«Утверждаю»

 Директор МОБУ «Цвиллингская СОШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_К.К.Кураисова

.

МЕНЮ

**Понедельник 1 неделя**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование приема пищи | Наименование блюда | Масса порции | Калорийность |
| Завтрак  | 1.Салат из свежих овощей2. Фрукт 3.Плов с курицей4.Компот5.Хлеб Итого за обед: | 6010020020040740 | 81,555314,666,9162,1750,6 |
| Итого за день | 1320 | 1323 |

 Повар: Сухова М.Е.

« Утверждаю»

ДиректорМОБ*У «*Цвиллингская СОШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_К.К.Кураисова

МЕНЮ

Вторник 1 неделя

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование приема пищи | Наименование блюда | Масса порции | калорийность |
| Завтрак  | 1.Салат из овощей 2.Картофель отварной в молоке3.Рыба запеченная с сыром и с луком4 Компот5. Хлеб6. фрукт Итого за обед: | 1501508020040100780 | 8,5173,7140,181162,155705,7 |
| Итого задень | 1310 | 1219,1 |

Повар:Сухова М.Е

«Утверждаю»

 Директор МОБУ «Цвиллингская СОШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_К.К.Кураисова

МЕНЮ

Среда 1 неделя

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование приема пищи | Наименование блюда | Масса порции | калорийность |
| Завтрак  | 1Суп с макаронными изделиями 2.Хлеб 3.Компот4. Фрукт Итого за обед: | 20040200100745 | 110,4173,841,655710,9 |
| Итого на день | 1345 | 1375,2 |

Повар: Сухова М.Е.

«Утверждаю»

 Директор МОБУ «Цвиллингская СОШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_К.К.Кураисова

МЕНЮ

Четверг 1 неделя

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование приема пищи | Наименование блюда | Масса порции | калорийность |
|  Завтрак 1 | 1.Салат из капусты с овощами2. Картофельное пюре3.Гуляш из говядины4.Компот 5.ХлебИтого за обед: | 60 1508020040690 | 50139,4185,719,468,3682,5 |
| Итого на день | 1330 | 1266,5 |

 Повар:Сухова М.Е

«Утверждаю»

 Директор МОБУ «Цвиллингская СОШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_К.К.Кураисова

МЕНЮ

Пятница 1 неделя

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование приема пищи | Наименование блюда | Масса порции | калорийность |
| Завтрак 1 | 1.Салат из капусты с овощами 2.Макароны отварные3.Биточек из курицы4.хлеб5.Кисель6. Фрукт Итого за обед: | 601507540200100 | 73,515,4197126,5162,160,7735,2 |
| Итого на день | 1329 | 1206,8 |

Повар: Сухова М.Е

«Утверждаю»

 Директор МОБУ «Цвиллингская СОШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_К.К.Кураисова

.

МЕНЮ

**Понедельник 2 неделя**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование приема пищи | Наименование блюда | Масса порции | калорийность |
| Завтрак  | 1.Помидор в нарезке2.Капуста тушенная с мясом3.чай с сахаром 4. Хлеб5. фрукт Итого на обед | 6020020040100740 | 12,8339,481,3162,155721,6 |
| Итого на обед | 1350 | 1350,7 |

Повар: Сухова М.Е

« Утверждаю»

ДиректорМОБ*У «*Цвиллингская СОШ»

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_К.К. Кураисова

МЕНЮ

Вторник 2 неделя

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование приема пищи | Наименование блюда | Масса порции | калорийность |
| Завтрак  | 1.Борщ2.Хлеб 3. Компот4. Фрукт Итого за обед: | 20040200100850 | 110,468,329,355809,1 |
| Итого на день | 1500 | 1440,4 |

Повар: Сухова М.Е

«Утверждаю»

 Директор МОБУ «Цвиллингская СОШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_К. К. Кураисова

МЕНЮ

Среда 2 неделя

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование приема пищи | Наименование блюда | Масса порции | калорийность |
| Завтрак  | 1. Салат из овощей

2.Гарнир - перловка 3.гуляш 4.Чай с сахаром и лимоном 5.Фрукт 6.ХлебИтого за обед: | 1501508020010040820 | 73,1100,9249,5187,566,968,3782,3 |
| Итого на день | 1400 | 1288,7 |

Повар: Сухова М.Е.

«Утверждаю»

 Директор МОБУ «Цвиллингская СОШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_К .К .Кураисова

МЕНЮ

Четверг 2 неделя

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование приема пищи | Наименование блюда | Масса порции | калорийность |
| Завтрак  | 1.Салат из капусты с овощами2. Жаркое по-домашнему3.Хлеб 4.Компот 5. фрукт Итого за обед: | 60 20040200100780 | 50225,6162,18155710,6 |
| Итого на день | 1420 | 1307,3 |

Повар: Сухова М.Е

«Утверждаю»

 Директор МОБУ «Цвиллингская СОШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_К .К. Кураисова

МЕНЮ

Пятница 2 неделя

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование приема пищи | Наименование блюда | Масса порции | калорийность |
| Завтрак  | 1. Нарезка из помидоров 2. Каша гречневая3.Курица отварная4.Чай с лимоном и с сахаром5.хлеб6. Фрукт Итого за обед: | 1501508020040100810 | 17,292,2123,827,9162,155732,7 |
| Итого на день | 1310 | 1255,2 |

Повар: Сухова М.Е