



Согласовано:

Директор Константиновской Школы

Чепурна Е.П.



Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель

Архиповский М.В.

Меню

От 17 апреля 2023 г.

возрастная категория от 12-18 лет

	Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептур
1	Макароны отварные с сыром	150/40	44-45	12,7	18,1	25,4	307,2	274/1996г.
2	Фрукты свежие (апельсин)	100	23-81	0,5	0,5	21	51	
3	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	5-54	0,3	0	14,3	58,4	627;628/1996г.
4	Батон йодированный	30	1-20	2,22	0,88	15,42	75	
	ИТОГО:	520	75-00					

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептур
1	Суп с макаронными изделиями и курой	250/5	11-30	3,8	5	32,7	133,8	148/1996г.
2	Шницель мясной рубленый куриный	90	31-75	13	18,3	8,1	290,8	460/1996г
3	Греча отварная рассыпчатая	150	14-36	8,3	6,1	35,9	225	255/1996г
4	Овощи свежие (помидоры)	60	6-56	0,4	0,1	3,5	47	
4	Напиток «Витошка» с витаминами	200	9-60	0	0	19,4	75	
5	Хлеб ржаной	50	1-43	3,3	0,4	21,2	102	
	ИТОГО:	805	75-00					

Зав.производством

Кавина И.П.



Согласовано:

Директор Константиновской Школы

Чепурна Е.П.



Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель

Архиповский М.В.

Меню

От 18 апреля 2023 г.

возрастная категория от 12-18 лет

	Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептур
1	Запеканка из творога с молоком сгущенным	150/50	52-05	28	17,8	45,1	463,4	29/2010
2	Фрукт свежий(яблоко)	150	20-52	0,5	0,5	21	51	
3	Чай с низким содержания сахара	200/7	2-43	0,2	0	15	61	430/2008
	ИТОГО:	550	75-00					

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептур
1	Суп картофельный	200	7-26	5,6	7,1	28,3	158,2	92/2008
2	Гуляш из свинины	90	39-82	9,57	21,15	20,59	278,1	260/2015
3	Картофельное пюре	150	16-48	3,2	5,1	25	134,8	385/2008
4	Овощи свежие (помидоры)	60	4-96	0,4	0,1	11,3	96	
5	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	5-54	0,3	0	14,3	58,4	431/2008
6	Хлеб ржаной	50	0-94	3,3	0,4	21,2	102	
	ИТОГО:	750	75-00					

Зав.производством

Кавина И.П.



Согласовано:

Директор Константиновской Школы

Чепурна Е.П.



Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель

Архиповский М.В.

Меню

От 19 апреля 2023 г.

возрастная категория от 12-18 лет

	Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептур
1	Блинчики с джемом	150	28-14	10,2	9,8	52,5	318	728/2004
2	Йогурт фруктовый	125	22-81	3,5	10,1	17,3	112,5	ГОСТ-2013
3	Фрукт свежий(груша)	150	20-69	0,5	0,5	11,8	96	
4	Чай с сахаром	200/15	3-36	0,2	0	15	61	430/2008
	ИТОГО:	625	75-00					

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептур
1	Суп картофельный с яйцом	200	9-66	6,8	3,4	12,8	110	200/2017
2	Тефтели мясные с соусом	60/50	37-82	16,7	18,1	19,2	206	422/1994
3	Овощи свежие(огурцы)	60	4-96	0,4	0,1	3,5	96	
4	Рис отварной	150	14-85	5,6	6	41,5	209	325/2008
5	Напиток из ягод свежезамороженных с вит.С	200	7-23	0,8	0,12	2,8	86,2	439/2008
6	Хлеб ржаной	50	0-48	3,3	0,4	21,2	102	
	ИТОГО:	770	75-00					

Зав.производством

Кавина И.П.



Согласовано:

МОУ Директор Константиновской Школы

Чепурна Е.П.



Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель

Архиповский М.В.

Меню

От 20 апреля 2023 г.

возрастная категория от 12-18 лет

	Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептов
1	Биточек из говядины	90	39-30	9,1	9,4	10,1	257	416/1994
2	Макароны отварные	150	9-48	5,4	4,2	29,6	204	331/2008
3	Фрукты свежие (груша)	150	21-36	0,5	0,5	11,8	47	
4	Чай с сахаром	200/15	3-36	0,2	0	15	61	430/2008
5	Батон йодированный	30	1-50	2,22	0,88	15,42	75	
	ИТОГО:	620	75-00					

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептов
1	Суп вермишелевый с гречками	250	8-60	7,48	3,82	26,85	107,63	147/1994
2	Жаркое по-домашнему	170/30	54-40	18,7	32,3	34,1	393	394/1994
3	Овощи свежие (помидоры)	60	4-96	0,4	0,1	11,3	96	
4	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	5-54	0,3	0	14,3	58,4	431/2008
5	Хлеб ржаной	50	1-50	3,3	0,4	21,2	102	
	ИТОГО:	760	75-00					

Зав.производством

Кавина И.П.



Согласовано:

Директор Константиновской Школы

Чепурна Е.П.



Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель

Архиповский М.В.

Меню

От 21 апреля 2023 г.

возрастная категория от 12-18 лет

	Завтрак	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептов
1	Котлета рыбная	90	31-50	11,4	4,5	10,5	103,5	241/2008
2	Картофельное пюре	150	16-48	3,2	5,1	20	134,8	335/2008
3	Фрукты свежие (мандарины)	140	20-28	0,5	0,5	21	96	
4	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	5-54	0,3	0	14,3	58,4	431/2008
5	Батон йодированный	30	1-20	2,22	0,88	15,42	75	
	ИТОГО:	610	75-00					

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептов
1	Суп из овощей	250	9-47	7,6	7,1	14,5	147,1	92/2008
2	Котлета из мяса кур	90	32-60	16	22,3	8,1	290,8	271/2008
3	Рис отварной	150	14-85	3,6	6	41,5	209	325/2008
4	Овощи свежие(огурец)	60	7-36	0,4	0,1	11,3	111,7	
5	Напиток «Витошка» с витаминами	200	9-60	0	0	19,4	75	
6	Хлеб ржаной	50	1-12	3,3	0,4	21,2	102	
	ИТОГО:	800	75-00					

Зав.производством

Кавина И.П.