

## 1-день

№	Комплексный обед №1(1-4кл)	Ккал	Выход	Комплексный обед №1(соц)	Ккал	Выход
1	Суп лапша	72	200	Суп лапша	72	200
2	Тефтеля	157	90	Тефтеля	157	90
3	Гречка	224	150	Гречка	224	150
4	Чай с лимоном	64,4	200	Чай с лимоном	62,4	200
5	Хлеб	18	30	Хлеб	18	30
6				Мед	16,2	5

## Свободное меню

1	Салат из моркови	75	100
2	Суп лапша	72	250
3	Плов из говядины	258	200
4	Тефтеля	157	90
5	Гречка	224	150

## Напитки

1	Чай с молоком	156	200
2	Сок яблочный	93	200
3	Чай с лимоном	64,4	100
4	Кефир	80	200

## Выпечка

1	Булочка с маком	294,5	80
2	Самса с курицей	304,75	100
3	Пирожки с капустой	270	100

Руководитель школы:

Медсестра:

ИП



2-день

№	Комплексный обед №1(1-4кл)	Ккал	Выход	Комплексный обед №1(соц)	Ккал	Выход
1	Суп с крупой	93,5	200	Суп с крупой	93,5	200
2	Жаркое по домашнему	158	200	Жаркое по домашнему	158	200
3	Кисель	122	200	Кисель	122	200
5	Хлеб	18	30	Хлеб	18	30
6				Салат овощной	54	50

Свободное меню

1	Салат овощной	54	100
2	Суп с крупой	93,5	250
3	Жаркое по домашнему	158	200
4	Лагман	123,25	200

Напитки

1	Чай с молоком	156	200
2	Сок яблочный	93	200
3	Кисель	122	200
4	Кофе	125	200

Выпечка

1	Булочка с посыпкой	198	80
2	Сосиска в тесте	284,32	100
3	Пирожки с картофелем	270	100

Руководитель школы:

Медсестра:

ИП



3-день

№	Комплексный обед №1(1-4кл)	Ккал	Выход	Комплексный обед №1(соц)	Ккал	Выход
1	Рассольник	42	50	Рассольник	42	50
2	Курица в соусе	195	90/30	Курица в соусе	195	90/30
3	Макаронны отварные	136	150	Макаронны отварные	136	150
5	Чай с молоком	156	200	Чай с молоком	156	200
6	Хлеб	18	30	Салат из свеклы	178	50

Свободное меню

1	Салат из свеклы	178	30
2	Рассольник	42	200
3	Макаронны отварные	136	150
4	Курица в соусе	195	90/30
5	Котлета мясная	120	50/30

Напитки

1	Чай с молоком	156	200
2	Сок абрикосовый	93	200
3	Компот из сухофруктов	85	200
4	Кофе	125	200

Выпечка

1	Булочка с изюмом	198	80
2	Гребешок с курицей	284,32	100
3	Пирожки с капустой	270	100

Руководитель школы:

Медсестра:

ИП



## 4-день

№	Комплексный обед №1(1-4кл)	Ккал	Выход	Комплексный обед №1(соц)	Ккал	Выход
1	Суп харчо	141	200	Суп харчо	141	200
2	Котлета мясная	120	50/30	Котлета мясная	120	50/30
3	Гороховое пюре	153	100	Гороховое пюре	159	100
5	Компот из сухофруктов	83	200	Компот из сухофруктов	85	200
6	Хлеб	18	30	хлеб	18	30

## Свободное меню

1	Салат витаминный	54	100
2	Суп харчо	141	250
3	Гороховое пюре	153	100
4	Манты говяжья	130,8	2/60
5	Котлета мясная	120	50/30

## Напитки

1	Чай с молоком	156	200
2	Сок мульти-фруктовый	78	200
3	Компот из сухофруктов	85	200
4	Кофе	125	200

## Выпечка

1	Булочка с сахаром	294,97	100
2	Самса с мясом	304,75	100
3	Пирожки с картофелем	270	100
4	Пирог «Зебра»	355	100

Руководитель школы:

Медсестра:

ИП





## 6-день

№	Комплексный обед №1(1-4кл)	Ккал	Выход	Комплексный обед №1(соц)	Ккал	Выход
1	Борш	124,6	200	Борщ	124,6	200
2	Плов из курицы	210	150	Плов из курицы	210	150
3	Чай с сахаром	62,4	200	Чай с сахаром	62,4	200
6	Хлеб	18	30	хлеб	18	30
6				яблоко		

## Свободное меню

1	Салат из свежей капусты	86,2	100
2	борщ	124,6	200
3	Плов из курицы	200	150
4	Лагман	123,25	200

## Напитки

1	Чай с сахаром	62,4	200
2	Сок апедьсиновый	93	200
4	Кофе	125	200

## Выпечка

1	Булочка с корецией	372	100
2	Кекс	324	50
3	Пирожки с картофелем	270	100
4	Самса с мясом	304,75	100

Руководитель школы:

Медсестра:

ИП



## 7-день

№	Комплексный обед №1(1-4кл)	Ккал	Выход	Комплексный обед №1(соц)	Ккал	Выход
1	Суп лапша	72	200	Суп лапша	72	200
2	Вермешель	136	150	Вермешель	136	150
3	Тефтеля	157	200	Тефтеля	157	200
6	Компот	83	200	Компот	83	200
6	Хлеб	18	30	Хлеб	18	30
7				Салат из моркови	75	100

## Свободное меню

1	Салат из моркови	75	100
2	Суп лапша	72	200
3	Вермишель	136	150
4	Тефтеля	157	200
5	Жаркое по домашнему	158	200

## Напитки

1	Чай с сахаром	62,4	200
2	Сок апельсиновый	93	200
4	Кофе	125	200
5	Компот	85	200

## Выпечка

1	Булочка с начинкой	294,5	100
2	Пирог «Манник»	295	100
3	Пирожки с капустой	270	100
4	Гребешок с курицей	284,52	100

Руководитель школы: 

Медсестра:

ИП



## 8-день

№	Комплексный обед №1(1-4кл)	Ккал	Выход	Комплексный обед №1(соц)	Ккал	Выход
1	Щи	80	200	Щи	80	200
2	Биточки	195	50/30	Биточки	195	50/30
3	Горох пюре	224	150	Горох пюре	224	150
6	Чай с лимоном	64,4	200	Чай с лимоном	64,4	200
6	Хлеб	18	30	Хлеб	18	30
7				Салат из свеж. овощей	75	100

## Свободное меню

1	Салат из моркови	75	100
2	Суп лапша	80	200
3	Биточки	195	50/30
4	Гороховое пюре	224	150
5	Пельмени	295	200

## Напитки

1	Чай с лимоном	62,4	200
2	Сок абрикосовый	78	200
4	Кофе	125	200

## Выпечка

1	Булочка с маком	294,5	100
2	Сосиски в тесте	284	100
3	Самса с мясом	304,75	100
4	Ватрушки с творогом	355	100
5	Пирожки с картофелем	270	100

Руководитель школы:

Медсестра:

ИП





9-день

№	Комплексный обед №1(1-4кл)	Ккал	Выход	Комплексный обед №1(соц)	Ккал	Выход
1	Суп рыбный	185	200	Суп рыбный	185	200
2	Бефстроганов из курицей	137,85	80	Бефстроганов из курицей	137,85	80
3	Рис отварной	136	150	Рис отварной	136	150
6	Кисель	122	200	Кисель	122	200
6	Хлеб	18	30	Хлеб	18	30
7						

Свободное меню

1	Салат из моркови	75	100
2	Суп рыбный	185	200
3	Бефстроганов из курицей	137,85	80
4	Рис отварной	136	150
5	Котлета мясная	120	50/30

Напитки

1	Чай с сахаром	62,4	200
2	Сок персиковый	86	200
4	Кофе	125	200
5	Кисель	122	200
6	Чай с молоком	62,4	200

Выпечка

1	Булочка с посыпкой	198	100
2	Пирожки с капустой	270	100
3	Самса с курицей	304,75	100
4	Сочник с творогом	199,5	100

Руководитель школы:

Медсестра:

ИП



## 10-день

№	Комплексный обед №1(1-4кл)	Ккал	Выход	Комплексный обед №1(соц)	Ккал	Выход
1	Свекольник	136	200	Свекольник	136	200
2	Вареники с картофелем	190	200	Вареники с картофелем	190	200
6	Чай с сахаром	62,4	200	Чай с сахаром	62,4	200
6	Хлеб	18	30	Хлеб	18	30
7						

## Свободное меню

1	Салат из помидоров	25	100
2	Свекольник	136	200
3	Вареники с картофелем	190	200
4	Капуста тушенная	91	150
5	Гуляш	157	100

## Напитки

1	Чай с сахаром	62,4	200
2	Сок апельсиновый	93	200
4	Кофе	125	200
5	Кефир	80	200
6	Чай с молоком	62,4	200

## Выпечка

1	Булочка с маком	198	100
2	Пирожки с картофелем	270	100
3	Самса слоенная	304,75	100
4	Кекс	324	100

Руководитель школы:

Медсестра:

ИП

