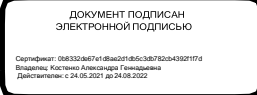


Утверждаю:
И.о. директора школы:



А.Г.Костенко

МЕНЮ IV НЕДЕЛЯ

№ технолог. карты	ПОНЕДЕЛЬНИК	5-8 класс		1-4 класс			
		Выход, гр.	Пищевая/энергетическая ценность Б/Ж/У(г)/Эн.цен.(ккал)	Выход, гр.	Пищевая/энергетическая ценность Б/Ж/У(г)/Эн.цен.(ккал)		
9	Икра свекольная	100	2,1/7,1/12,1/120,8	80,27	60	1,26/4,26/7,26/72,48	68,61
39	Суп куриный с рисом	250	5,5/9,5/11,5/154		200	4,4/7,6/9,2/123,2	
86	Жаркое с мясом	280	19,3/36,12/28,56/516,88		250	17,3/32,3/25,5/461,5	
119/120	Хлеб пшеничный/ржаной	60/35	4,26/0,42/26,52/144 2,0/0,39/13,02/63,46		50/30	3,55/0,35/22,1/120 1,71/0,33/11/16/54,39	
107	Сок фруктовый	200	0/0/19,6/78		200	0/0/19,6/78	
ВТОРНИК							
13	Маринад из моркови	100	2/7,1/10,3/113,17	48,33	60	1,2/4,2/6,18/67,92	41,62
41	Суп картофельный с фасолью	250	8,5/6,75/11/138,75		200	6,8/5,4/8,8/111	
146	Рыба запеченная с сыром (минтай)	100	21,4/3,8/3,5/134,3		90	19,26/3,42/3,15/120,87	
53	Рис отварной с маслом	180	3,96/5,94/38,7/223,74		150	3,3/4,95/32,25/186,45	
119/120	Хлеб пшеничный/ржаной	60/35	34,26/0,42/26,52/144 2,0/0,39/13,02/63,46		50/30	3,55/0,35/22,1/120 1,71/0,33/11/16/54,39	
98	Компот из сухофруктов	200	0,4/0/28,6/110	200	0,4/0/28,6/110		
СРЕДА							
28	Огурцы порционные	100	0,7/0,1/1,7/10,3	58,12	60	0,42/0,06/1,02/6,18	48,40
47/1	Суп из тыквы с гречками	250/12	5,25/21,5/24,75/314,25		200/10	4,2/17,2/19,8/251,4	
80	Филе птицы тушеное в томатном соусе	100	16,48/14,79/6,59/225,2		90	14,85/13,32/5,94/202,68	
205	Сложный гарнир (картофель запеченный, капуста тушеная)	100/80	3,78/5,4/21,06/147,42		100/50	3,1/4,5/17,5/122,8	
119/120	Хлеб пшеничный/ржаной	60/35	4,26/0,42/26,52/144 2,0/0,39/13,02/63,46		50/30	3,55/0,35/22,1/120 1,71/0,33/11/16/54,39	
155	Компот фруктово-ягодный (яблоко - клюква)	200	0,28/0/15,6/63,8	200	0,28/0/15,6/63,8		
ЧЕТВЕРГ							
29	Помидоры порционные	100	1,17/0,2/3,83/23	70,91	60	0,66/0,12/2,28/13,8	62,15
187	Суп картофельный с мясом	250	7,5/6,75/13,5/144,5		200	6/5,4/10,8/115,6	
83	Филе птицы запеченное с помидорами	100	22,5/12,8/1,5/211,1		90	20,2/11,5/1,3/189,9	
54	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	8,64/6,12/40,68/252,36		150	7,2/5,1/33,9/210,3	
119/120	Хлеб пшеничный/ржаной	60/35	4,26/0,42/26,52/144 2,0/0,39/13,02/63,46		50/30	3,55/0,35/22,1/120 1,71/0,33/11/16/54,39	
106	Компот фруктово-ягодный (яблоко-жимолость)	200	0/0/15,2/60,8	200	0/0/15,2/60,8		
ПЯТНИЦА							
133	Кукуруза консервированная	100	2,2/0,4/14,7/68	78,44	60	1,32/0,24/8,82/40,8	64,05
33	Рассольник с мясом и сметаной	250	8/7,75/15,25/163,25		200	6,4/6,2/12,2/130,6	
57	Котлета мясная с сыром	100	20/18,43/3,22/258,7		90	18/16,59/2,9/232,8	
64	Макароны отварные с маслом	180	7,74/4,86/48,24/268,38		150	6,45/4,05/40,2/223,65	
119/120	Хлеб пшеничный/ржаной	60/35	4,26/0,42/26,52/144 2,0/0,39/13,02/63,46		50/30	3,55/0,35/22,1/120 1,71/0,33/11/16/54,39	
103	Компот фруктово-ягодный (красная смородина)	200	0,2/0/14,9/61,8	200	0,2/0/14,9/61,8		