

Утверждаю

Директор МКОУ «МПД №2»

Абдуллаев М.А



## Двухнедельное меню

горячих завтраков для 1 – 4 классов

на апрель 2024г.

Понедельник 01.04.2024										
282		Сосиски аппетитные	90	5	6	4	141	2	44-28	
168		Картофельное пюре с томатным соусом	150/30	2,85	4,13	33,30	178,88	3	18-33	
1		Хлеб пшеничный	30	2	-	14	80	-	1-65	
2		Хлеб ржаной	20	2	-	6	52	-	1-10	
391		Чай с сахаром	200	-	-	10	43	3	1-89	
71		Салат из свежей моркови с зеленым горошком	60	0,84	6,06	4,08	74,40		5-73	
368		Яблоки	100						9-61	
		<b>Итого</b>		<b>20,69</b>	<b>21,19</b>	<b>97,38</b>	<b>670,28</b>	<b>8</b>	<b>82-59</b>	
		<b>Вторник 02.04.2024</b>								
56		Гуляш из куриной грудки	90	14	17	7	168	-	39-77	
216		Каша пшеничная	150	8	8	34	166	-	7-10	
399		Нектар абрикосовый	200	0,4	0,3	10	82	-	17-40	
1		Хлеб пшеничный	30	2	-	14	80	-	1-65	
2		Хлеб ржаной	20	2	-	6	52	-	1-10	
368		Яблоки	100				52	14	10-11	
71		Салат винегрет	60	0,84	6,06	4,08	74,40		5-46	
		<b>Итого</b>		<b>31,24</b>	<b>34,36</b>	<b>76,58</b>	<b>674,40</b>	<b>14</b>	<b>82-59</b>	

<b>Среда 03.04.2024</b>										
177		Каша молочная рисовая	200	6	8	29	220	21	19-92	
399		Компот из сухофруктов	200	4	5	18	123	2	6-40	
3		Бутерброд с маслом	40	2	3	12	99	-	11-68	
2		Хлеб ржаной	20	2	-	6	52	-	1-10	
97		Сыр Гагландский	23	4	4	-	71	-	18-55	
798		Рулет с повидлом	86						24-94	
		<b>Итого</b>		<b>18</b>	<b>20</b>	<b>65</b>	<b>565</b>	<b>38</b>	<b>82-59</b>	
		<b>Четверг 04.04.2024</b>								
437		Гуляш из говядины	90	12	9	7	162	-	51-54	
204		Макароны отварные	150	5	9	30	213	-	9-03	
391		Чай с лимоном	200	0,4	0,3	10	82	-	3-33	
1		Хлеб пшеничный	30	2	-	14	80	-	1-65	
2		Хлеб ржаной	20	2	-	6	52	-	1-10	
368		Яблоки	110				<b>52</b>	<b>14</b>	10-81	
40		Салат витаминный	60	0,78	2,52	4,26	43,80		5-13	
		<b>Итого</b>		<b>22,18</b>	<b>20,82</b>	<b>71,26</b>	<b>684,80</b>	<b>14</b>	<b>82-59</b>	
		<b>Пятница 05.04.2024</b>								
283		Котлета куринная с томатным соус.	120	8	8	34	166	-	48-42	

168		Каша гречневая рассыпчатая	150	4,5	7,05	23,25	180		8-44	
1		Хлеб пшеничный	30	2	-	14	80	-	1-65	
2		Хлеб ржаной	20	2	-	6	52	-	1-10	
399		Нектар яблочный	200					11	17-00	
		Печенье сахарное	25						5-98	
		<b>Итого</b>		<b>16-00</b>	<b>15,05</b>	<b>77,25</b>	<b>478</b>	<b>11</b>	<b>82-59</b>	
		<b>Понедельник 08.04.2024</b>								
304		Плов из куриных бедер	90/150	15	21	30	214	3	52-80	
391		Компот из сухофруктов	200	-	-	10	43	3	6-40	
1		Хлеб пшеничный	30	2	-	14	80	-	1-65	
2		Хлеб ржаной	20	2	-	6	52	-	1-10	
38		Салат из моркови с кукурузой	60	1	5	5	112	14	9-32	
368		Яблоки	115					15	11-32	
		<b>Итого</b>		<b>20</b>	<b>26</b>	<b>65</b>	<b>501</b>	<b>35</b>	<b>82-59</b>	
		<b>Вторник 09.04.2024</b>								
204		Вермишель отварная с маслом	150	8	8	34	166	-	9-03	
7061		Биточки из говядины с томатным соусом	90/30	6	6	5	158	2	62-35	
391		Чай с лимоном	200	0,4	0,3	10	82	-	3-33	

1		Хлеб пшеничный	30	2	-	14	80	-	1-65
2		Хлеб ржаной	20	2	-	6	52	-	1-10
71		Салат витаминный	60	0,84	6,06	4,08	74,40		5-13
		<b>Итого</b>		<b>19,24</b>	<b>20,36</b>	<b>77,58</b>	<b>621,40</b>	<b>5</b>	<b>82-59</b>
		<b>Среда 10.04.2024</b>							
283		Котлета куриная с томатным соусом	90/30	8	8	34	166	-	48-94
168		Каша гречневая рассыпчатая	150	4,5	7,05	23,25	180		8-44
1		Хлеб пшеничный	30	2	-	14	80	-	1-65
2		Хлеб ржаной	20	2	-	6	52	-	1-10
399		Нектар яблочный	200					11	17-00
71		Салат винегрет	60	0,84	6,06	4,08	74,40		5-46
		<b>Итого</b>		<b>16,84</b>	<b>21,11</b>	<b>81,33</b>	<b>552,40</b>	<b>11</b>	<b>82-59</b>
		<b>Четверг 11.04.2024</b>							
274		Гуляш говяжий с овощами	250	15	17	12	440	6,25	61-87
1		Хлеб пшеничный	30	2	-	14	80	-	1-65
2		Хлеб ржаной	20	2	-	6	52	-	1-10
391		Чай с лимоном	200	-	-	10	43	3	3-33
368		Яблоки	90					15	8-91
40		Салат из моркови с зеленым горошком	60	0,78	2,52	4,26	43,80		5-73
		<b>Итого</b>		<b>19,78</b>	<b>19,52</b>	<b>44,26</b>	<b>658,80</b>	<b>24,25</b>	<b>82-59</b>

Пятница 12.04.2024									
366		Запеканка из творога со сгущенным молоком	100/17	26,06	17,63	26,19	436,16	-	52-41
399		Нектар абрикосовый	200					11	17-40
1		Бутерброд с маслом	40	2	-	14	80	-	11-68
2		Хлеб ржаной	20	2	-	6	52	-	1-10
		<b>Итого</b>		<b>30.06</b>	<b>17.63</b>	<b>46.19</b>	<b>568.16</b>	<b>28</b>	<b>82-59</b>