



Утверждено

Директор ИКОУ «МШПН№2»

М.А. Абдуллаев

**Двухнедельное меню  
горячих завтраков для 1-4 классов  
на ноябрь 2023г**

<b>Среда 22.11.2023</b>										
177		Каша молочная рисовая	200	6	8	29	220	21	19-07	
399		Нектар яблочный	180	4	5	18	123	2	14-38	
3		Бутерброд с маслом	40	2	3	12	99	-	9-97	
2		Хлеб ржаной	20	2	-	6	52	-	1-10	
97		Сыр Гауландский	20	4	4	-	71	-	15-24	
368		Груши	70					<b>15</b>	11-95	
		<b>Итого</b>		<b>18</b>	<b>20</b>	<b>65</b>	<b>565</b>	<b>38</b>	<b>71-71</b>	
		<b>Четверг 23.11.2023</b>								
437		Гуляш из говядины	90	12	9	7	162	-	51-91	
204		Макаронны отварные	150	5	9	30	213	-	8-42	
391		Чай с лимоном	200	0,4	0,3	10	82	-	3-48	
1		Хлеб пшеничный	30	2	-	14	80	-	1-65	
2		Хлеб ржаной	20	2	-	6	52	-	1-10	
368		Яблоки	65				52	14	5-15	
		<b>Итого</b>		<b>21,4</b>	<b>18,3</b>	<b>67</b>	<b>641</b>	<b>14</b>	<b>71-71</b>	
		<b>Пятница 24.11.2023</b>								
283		Котлета куриная	90	8	8	34	166	-	46-48	

168		Каша гречневая расщипчатая	150	4,5	7,05	23,25	180		7-75
1		Хлеб пшеничный	30	2	-	14	80	-	1-65
2		Хлеб ржаной	20	2	-	6	52	-	1-10
399		Нектар абрикосовый	170	0,4	0,3	10	82	-	14-73
		<b>Итого</b>		<b>18,90</b>	<b>15,80</b>	<b>87,25</b>	<b>478</b>		<b>71-71</b>
		<b>Понедельник 27.11.2023</b>							
304		Плов из куриных бедер	90/150	15	21	30	214	3	53-25
391		Чай с сахаром	200	-	-	10	43	3	1-97
1		Хлеб пшеничный	30	2	-	14	80	-	1-65
2		Хлеб ржаной	20	2	-	6	52	-	1-10
38		Салат из моркови с зеленым горошком	60	1	5	5	112	14	6-01
368		Яблоки	95					15	7-73
		<b>Итого</b>		<b>20</b>	<b>26</b>	<b>65</b>	<b>501</b>	<b>35</b>	<b>71-71</b>
		<b>Вторник 28.11.2023</b>							
204		Вермишель отварная с маслом	150	8	8	34	166	-	8-42
7061		Биточки из говядины с томатным соусом	90/30	6	6	5	158	2	58-57
391		Чай с сахаром	200	0,4	0,3	10	82	-	1-97
1		Хлеб пшеничный	30	2	-	14	80	-	1-65

2	Хлеб ржаной	20	2	-	6	52	-	1-10	
	<b>Итого</b>		<b>18,4</b>	<b>14,3</b>	<b>73,5</b>	<b>547</b>	<b>5</b>	<b>71-71</b>	
	<b>Среда 29.11.2023</b>								
283	Коглета куриная	90	8	8	34	166	-	46-48	
168	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,5	7,05	23,25	180		7-75	
1	Хлеб пшеничный	30	2	-	14	80	-	1-65	
2	Хлеб ржаной	20	2	-	6	52	-	1-10	
399	Нектар абрикосовый	170					11	14-73	
	<b>Итого</b>		<b>16</b>	<b>15,10</b>	<b>77,25</b>	<b>478</b>	<b>11</b>	<b>71-71</b>	
	<b>Четверг 30.11.2023</b>								
274	Гуляш говяжий с овощами	250	15	17	12	440	6,25	60-78	
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	3-48	
368	Печенье ромашка	23					15	4-70	
	<b>Итого</b>		<b>19</b>	<b>17</b>	<b>40</b>	<b>615</b>	<b>24,25</b>	<b>71-71</b>	