

Утверждаю

Директор  
ГБОУ СОШ с. Чёрный Ключ



*В.В. Ильина*

\_\_\_\_\_  
/В.В. Ильина

## Меню приготавливаемых блюд

| дата         | Название блюда       | Вес блюда (гр) | Энергетическая ценность | Название блюда      | Вес блюда(гр) | Энергетическая ценность |
|--------------|----------------------|----------------|-------------------------|---------------------|---------------|-------------------------|
| 07.11.2023г. |                      | С 11 и старше  | С 11 и старше           | родительские        | С 11 и старше | С 11 и старше           |
|              | <b>Завтрак</b>       |                |                         | <b>завтрак</b>      |               |                         |
|              | Каша молочная дружба | 200            | 248                     | Макароны отварные   | 200           | 210                     |
|              | Сок фруктовый        | 200            | 92                      | Котлета из говядины | 80            | 157                     |
|              | хлеб пшеничный       | 50             | 117                     | Кисель              | 200           | 50                      |
|              | яблоки               | 100            | 44                      | хлеб пшеничный      | 80            | 172                     |
|              | <b>Обед</b>          |                |                         |                     |               |                         |
|              | Суп гороховый        | 250            | 108                     |                     |               |                         |
|              | Макароны отварные    | 200            | 210                     |                     |               |                         |
|              | Котлета из говядины  | 80             | 157                     |                     |               |                         |
|              | Кисель               | 200            | 50                      |                     |               |                         |
|              | хлеб пшеничный       | 80             | 172                     |                     |               |                         |

|             |                       |     |     |                       |     |     |
|-------------|-----------------------|-----|-----|-----------------------|-----|-----|
| 08.11.2023г | <b>Завтрак</b>        |     |     | <b>завтрак</b>        |     |     |
|             | Каша молочная пшеница | 200 | 315 | жаркое по домашнему   | 200 | 326 |
|             | Сок фруктовый         | 200 | 92  | Салат из капусты      | 60  | 51  |
|             | хлеб пшеничный        | 50  | 117 | Компот из сухофруктов | 200 | 131 |
|             | Мандарины             | 100 | 43  | хлеб пшеничный        | 80  | 172 |
|             | <b>Обед</b>           |     |     |                       |     |     |
|             | суп с крупой          | 250 | 91  |                       |     |     |
|             | жаркое по домашнему   | 200 | 326 |                       |     |     |
|             | Салат из капусты      | 60  | 51  |                       |     |     |
|             | Компот из сухофруктов | 200 | 131 |                       |     |     |
|             | хлеб пшеничный        | 80  | 172 |                       |     |     |
| 09.11.2023г | <b>Завтрак</b>        |     |     | <b>завтрак</b>        |     |     |
|             | Суп молочный          | 200 | 150 | Каша гречневая        | 200 | 325 |
|             | Сок фруктовый         | 200 | 92  | гуляш                 | 80  | 157 |
|             | хлеб пшеничный        | 50  | 117 | Какао с молоком       | 200 | 178 |
|             | Яблоко                | 100 | 44  | хлеб пшеничный        | 80  | 172 |
|             | <b>Обед</b>           |     |     |                       |     |     |
|             | Суп с крупой          | 250 | 91  |                       |     |     |
|             | Каша гречневая        | 200 | 325 |                       |     |     |

|             |                       |     |     |                   |     |     |
|-------------|-----------------------|-----|-----|-------------------|-----|-----|
|             | гуляш                 | 80  | 157 |                   |     |     |
|             | Какао с молоком       | 200 | 178 |                   |     |     |
|             | хлеб пшеничный        | 80  | 172 |                   |     |     |
| 10.11.2023г | <b>Завтрак</b>        |     |     | <b>завтрак</b>    |     |     |
|             | Каша молочная рисовая | 200 | 278 | Картофельное пюре | 200 | 185 |
|             | Сок фруктовый         | 200 | 92  | Рыба              | 80  | 92  |
|             | хлеб пшеничный        | 50  | 117 | сок               | 200 | 92  |
|             | бананы                | 100 | 45  | хлеб пшеничный    | 80  | 172 |
|             | <b>Обед</b>           |     |     |                   |     |     |
|             | Суп с макаронами      | 250 | 85  |                   |     |     |
|             | Картофельное пюре     | 200 | 185 |                   |     |     |
|             | Рыба                  | 80  | 92  |                   |     |     |
|             | сок                   | 200 | 92  |                   |     |     |
|             | хлеб пшеничный        | 80  | 172 |                   |     |     |
|             |                       |     |     |                   |     |     |