



«Утверждаю»
директор школы
/Санчы Э.Т./

МЕНЮ

на «04» сентября 2023 г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Раздел	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Закуска	54-2а-2020	Овощи в нарезке (помидор)	60	0,5	0,1	1,5	8,5
1 блюдо	54-82с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	4,8	5,8	13,6	128,5
Гарнир	54-1г-2020	Макаронные отварные	150	4,4	5,3	30,5	187,1
2 блюдо	54-2м-2020	Гуляш из говядины	100	13,5	13,1	3,2	185,6
Холодные напитки	54-3хн-2020	Компот из вишни	200	0,2	0	13	52,9
Соус	54-3соус-2020	Соус красный основной	20	0,7	0,5	1,8	14,1
Пром.		Хлеб пшеничный	80	2,3	0,4	10	51,2



«Утверждаю»
директор школы
/Санчы Э.Т./

МЕНЮ

на «07» сентября 2023 г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Раздел	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Сладкое	Пром.	Конфеты	15	0,015	0	11,91	48,15
1 блюдо	54-8с-2020	Суп гороховый	200	6,7	4,6	16,3	133,1
Гарнир	54-5г-2020	Рис отварной	150	3,6	4,8	36,4	203,5
2 блюдо	54-2м-2020	Рыба припущенная в молоке (горбуша)	100	12,8	4,1	6,1	112,3
Соус	54-5соус-2020	Соус красный основной	20	0,5	0,8	0,9	12,5
Холодные напитки	54-3хн-2020	Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100,4
Пром.		Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2



«Утверждаю»
директор школы
/Санчы Э.Т./

МЕНЮ

на «05» сентября 2023 г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Раздел	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Фрукты	Пром.	яблоки	150	0,5	0,5	16	33
1 блюдо	54-8с-2020	Рассольник домашний	200	4,6	5,7	11,6	116,1
2 блюдо	54-11м-2020	Плов из отварной говядины	200	15,3	14,7	38,6	348,2
Горячие напитки	54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0	6,7	27,9
Пром.		Хлеб ржаной	60	4,6	0,5	29,5	140,6



«Утверждаю»
директор школы
/Санчы Э.Т./

МЕНЮ

на «08» сентября 2023 г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Раздел	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
сладкое	Пром.	Конфеты	15	0,015	0	11,91	48,15
1 блюдо	54-8с-2020	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	6,7	4,6	16,3	133,1
Гарнир	54-5г-2020	Каша пшеничная рассыпчатая	150	4,4	5,3	30,5	187,1
2 блюдо	54-2м-2020	Курица тушенная с морковью	100	13,5	13,1	3,2	185,6
Холодные напитки	54-3хн-2020	Кисель из смородины	200	0,5	0,2	19,4	81,3
Пром.		Хлеб пшеничный	80	2,3	0,2	14,8	70,3



«Утверждаю»
директор школы
/Санчы Э.Т./

МЕНЮ

на «06» сентября 2023 г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Раздел	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Закуска	54-1а-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	15,6	3,5	4,4	0	53,8
1 блюдо	54-8с-2020	Щи из свежей капусты со сметаной	200	6,7	4,6	16,3	133,1
Гарнир	54-5г-2020	Каша пшеничная рассыпчатая	150	4,4	5,3	30,5	187,1
2 блюдо	54-25м-2020	Курица тушенная с морковью	90	14,1	5,7	4,4	126,4
соус	54-5соус-2020	Соус красный основной	20	0,7	1,5	1,9	23,8
Холодные напитки	54-3хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
Пром.		Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6



«Утверждаю»
директор школы
/Санчы Э.Т./

МЕНЮ

на «09» сентября 2023 г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Раздел	№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1 блюдо	54-10м-2020	Капуста тушенная с мясом	200	22,1	21,9	13,2	339,4
Холодные напитки	54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,5	0,2	19,4	81,3
Пром.		Хлеб пшеничный	80	2,3	0,2	14,8	70,3