



директор

КГУ «Общеобразовательная школа села Новорыбинка»

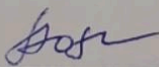
Перспективное 10-ти дневное меню

КГУ «Общеобразовательная школа села Новорыбинка»

с 1 по 11 класс

дата	Содержание меню	6-10 лет/грамм	11-18 лет/грамм	(ккал) на 100гр
1 23.09.2024	1.Суп гречневый 2.Гуляш макарона 3.Салат морковный 4.Молоко+мед 5.Творог сладкий 6. Яблоко 7.Хлеб	200 200 60 200/10 100 200 20	250 250 100 200/10 100 200 40	57 304 96 46 55 70 310
2 24.09.2024	1.Суп рисовый м/б 2.Овощное рагу 3.Компот 4. Творог сладкий 5. Хлеб из гречки м/б	200 200 200 100 20	250 250 200 100 40	49 85 46 55 310
3 25.09.2024	1.Суп пшенный м/б 2.Плов 3.Салат свекольный 4.Кефир 5.Хлеб 5.Яблоко	200 200 60 200 20 200	250 250 100 200 40 200	59 304 46 46 310 70
4 26.09.2024	1.Суп гороховый 2. Рыба жаренная 3.Гарнир: гречка 3.Салат капустный 4.Кисель 5.Сыр 6.Яблоко 7. Хлеб	200 80 100 620 200 10 200 20	250 100 150 100 200 10 200 40	62 162 60 96 60 310 70 310
5 27.09.2024	1.Суп овощной 2.Перловка 3.Котлета 4.Сок 5.Творог сладкий 6.Хлеб	200 100 80 200 100 20	250 150 100 200 100 40	49 90 215 44 55 310

дата	Содержание меню	6-10 лет/грамм	11-18 лет/грамм	(ккал) на 100гр
6 09.09.2024	1.Суп перловый м/б 2.Гречка с мясом 3.Салат из капусты 4.Кефир 5. Яблоко 6.Хлеб	200 200 60 200 200 20	250 250 100 200 200 40	73 304 90 46 70 310
7 10.09.2024	1.Суп гороховый м/б 2.Рожки 3.Котлета 4.Салат свекольный 5.Молоко+мед 6.Творог сладкий 7.Хлеб	200 150 80 60 200/10 100 20	250 150 100 100 200/10 100 40	57 23 215 46 46 55 310
8 11.09.2024	1.Борщ 2.Плов 3.Кисель 4.Творог сладкий 5.Яблоко 6.Хлеб	200 200 200 100 200 20	250 250 200 100 200 40	67 304 129 55 70 310
9 12.09.2024	1.Суп из гречки м/б 2.Пшено 3.Рыба 4. Салат морковный 4. Компот 5. Сыр 5.Хлеб	200 150 80 60 200 10 20	250 150 100 100 200 10 40	33 46 162 96 46 33 310
10 13.09..2024	1.Суп рисовый м/б 2.Рожки 3. Гуляш 3.Кефир 4.Яблоко 5.Хлеб	200 150 80 200 200 20	250 200 100 200 200 20	50 60 162 46 80 310

Повар  Подгайная С.В