



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











35,01	Сыр Голландский	25	5,4	5,4	-	95,85	-	15-79
368	Яблоки	150	0,6	0,45	15	61,5	15	11-50
0.03	Корж песочный	100	1	5	5	52	14	19-68
	<b>Итого</b>		<b>28,9</b>	<b>35,85</b>	<b>101</b>	<b>754.35</b>	<b>59</b>	<b>89-00</b>
	<b>Суббота 08.04.2023</b>							
283	Котлета куриная	90	8	8	34	166	-	4-64
168	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,5	7,05	23,25	180		7-90
1	Хлеб пшеничный	30	2	-	14	80	-	1-29
2	Хлеб ржаной	20	2	-	6	52	-	0-86
	Нектар абрикосовый	200	0,4	0,3	10	82	-	16-00
10	Огурцы свежие	60						12-53
0.03	Печенье детское	83	1,47	0,37	28,03	80		15-78
	<b>Итого</b>		<b>18,37</b>	<b>16,17</b>	<b>115,28</b>	<b>558</b>		<b>89-00</b>
	<b>Понедельник 10.04.2023</b>							
168	Каша гречневая рассыпчатая	150	8	8	34	166	-	7-90
7061	Биточки из говядины	90	6	6	5	158	2	54-36
391	Чай с сахаром	200	0,4	0,3	10	82	-	1-71
1	Хлеб пшеничный	30	2	-	14	80	-	1-29
2	Хлеб ржаной	20	2	-	6	52	-	0-86
10	Помидоры свежие	60	-	-	4,5	9	3	11-96
0.03	Печенье детское	57						10-92
	<b>Итого</b>		<b>18,4</b>	<b>14,3</b>	<b>73,5</b>	<b>547</b>	<b>5</b>	<b>89-00</b>



**Вторник 11.04.2023**

168		Каша молочная пшениная	200	8	10	40	240	26	15-37
		Нектар яблочный	200	10	10	32	160	48	14-00
3		Бутерброд с маслом	40	2	3	12	99	-	8-85
2		Хлеб ржаной	20	2	-	6	52	-	0-86
15		Сыр Российский	30	4	4	-	71	-	18-95
368	145.9 7	Апельсин	120	0,4	0,3	10	41	10	19-17
0.03	69.41	Пряник детский	69						11-80
		<b>Итого</b>		<b>26,4</b>	<b>22,3</b>	<b>86</b>	<b>624</b>	<b>106</b>	<b>89-00</b>
		<b>Среда 12.04.2023</b>							
286		Тефтели из курицы в томатном соусе	90	12	9	7	162	-	26-63
204		Макароны отварные	150	5	9	30	213	-	8-28
376		Компот из сухофруктов	200	0,4	0,3	10	82	-	5-78
1		Хлеб пшеничный	30	2	-	14	80	-	1-29
2		Хлеб ржаной	20	2	-	6	52	-	0-86
10	70	Огурцы свежие	60	1	5	5	112	14	12-53
368	155	Бананы	140	0,6	0,45	15	61,5	15	16-89
0.03	88.42	Корж песочный	88	0,6	0,45	15	61,5	15	16-80
		<b>Итого</b>		<b>23,4</b>	<b>30,45</b>	<b>102</b>	<b>824</b>	<b>44</b>	<b>89-00</b>



**Четверг 13.04.2023**

274	Гуляш говяжий с овощами	250	15	17	12	440	6,25	59-42
1	Хлеб пшеничный	30	2	-	14	80	-	1-29
2	Хлеб ржаной	20	2	-	6	52	-	0-86
391	Чай с лимоном	200	-	-	10	43	3	3-07
10	Помидоры свежие	65	-	-	4,5	9	3	13-66
0.03	Печенье детское	55						10-70
	<b>Итого</b>		<b>19</b>	<b>17</b>	<b>48,5</b>	<b>624</b>	<b>12,25</b>	<b>89-00</b>
	<b>Пятница 14.04.2023</b>							
172	Каша молочная пшеничная	200	6	8	29	220	21	15-37
	Нектар абрикосовый	200	4	5	18	123	2	16-00
3	Бутерброд с маслом	45	2	3	12	99	-	12-64
2	Хлеб ржаной	20	2	-	6	52	-	0-86
15	Сыр Голландский	24	4	4	-	71	-	15-49
213	Яйцо вареное	40	5	5	-	63	-	8-00
368	Яблоки	125	0,6	0,45	15	61,5	15	9-70
0.03	Пряник детский	69						11-80
	<b>Итого</b>		<b>23,6</b>	<b>25,45</b>	<b>80</b>	<b>689,5</b>	<b>38</b>	<b>89-00</b>
	<b>Суббота 15.04.2023</b>							



	Гуляш из куриной грудки	90	14	17	7	168	-	28-14
168	Каша гречневая рассыпчатая	150	8	8	34	166	-	7-90
372	Компот из свежих яблок	200	0,4	0,3	10	82	-	6-26
1	Хлеб пшеничный	30	2	-	14	80	-	1-29
2	Хлеб ржаной	20	2	-	6	52	-	0-86
10	Огурцы свежие	60	-	-	1,5	9	4	12-53
368	Груша	130	-	-	-	47	80	19-42
	Корж песочный	65						12-60
	<b>Итого</b>		<b>24,40</b>	<b>25,3</b>	<b>72,5</b>	<b>604</b>	<b>84</b>	<b>89-00</b>