



**Понедельник 19 октября 2020 г.**

	<b>Наименование блюда</b>	<b>Выход</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углеводы</b>	<b>Ккал.</b>
<b>Завтрак 1-4 классы</b>						
1	Сырники (запеканка) из творога со сметаной	142/22	44,852	37,629	32,939	155,2
2	Какао с молоком	200	3,8	3,1	25,17	145
3	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	20,7	117
4	Масло сливочное	10	0,08	7,82	0,06	73,3
5	Сыр	15	3,8	4,8	0	60
	<b>Итого</b>	<b>439</b>	<b>56,332</b>	<b>53,649</b>	<b>78,869</b>	<b>550,5</b>

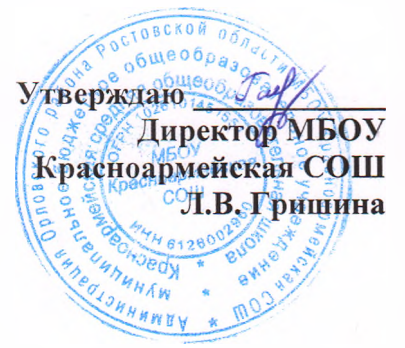


Утверждаю

Директор МБОУ  
Красноармейская СОШ  
Л.В. Гришина

**Вторник 20 октября 2020 г.**

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.
<b>Завтрак 1-4 классы</b>						
1	Сосиска отварная	80	10,6	15,28	36,96	255,68
2	Макароны отварные	200	7,536	5,959	48,031	276,11
3	Кофейный напиток	200	1,33	1,5	12,77	149,1
4	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	20,7	117
5	Зеленый горошек	60	1,92	0,12	3,96	24
	<b>Итого</b>	<b>590</b>	<b>25,186</b>	<b>23,159</b>	<b>122,421</b>	<b>821,89</b>



Утверждаю  
Директор МБОУ  
Красноармейская СОШ  
Л.В. Гришина

Среда 21 октября 2020 г.

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.
<b>Завтрак 1-4 классы</b>						
1	Каша рисовая вязкая молочная с маслом, сахаром	265	6,3	7,09	44,8	269
2	Чай с сахаром	200	0	0	14	56
3	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,15	10,35	58,5
4	Сыр	15	3,8	4,8	0	60
	<b>Итого</b>	<b>505</b>	<b>12</b>	<b>12,04</b>	<b>69,15</b>	<b>443,5</b>



Утверждаю  
Директор МБОУ  
Красноармейская СОШ  
Л.В. Гришина

Четверг 22 октября 2020 г.

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.
<b>Завтрак 1-4 классы</b>						
1	Омлет натуральный	150	11,02	22,73	2,29	263,86
2	Икра кабачковая	100	0,5	2	3,25	32,8
3	Кофейный напиток	200	1,33	1,5	12,77	149,1
4	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,15	10,35	58,5
	<b>Итого</b>	<b>475</b>	<b>14,75</b>	<b>26,38</b>	<b>28,66</b>	<b>504,26</b>



Пятница 23 октября 2020 г.

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.
<b>Завтрак 1-4 классы</b>						
1	Биточки рыбные	78	14,8	5,4	15,5	165
2	Картофель отварной	150	3,5	4,5	23,7	253,06
3	Огурец соленый/ салат из квашеной капусты	75	0,6	0	1,3	9,8
4	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,15	10,35	58,5
5	Чай с сахаром	200	0	0	14	56
	<b>Итого</b>	<b>528</b>	<b>20,8</b>	<b>10,05</b>	<b>64,85</b>	<b>542,36</b>