



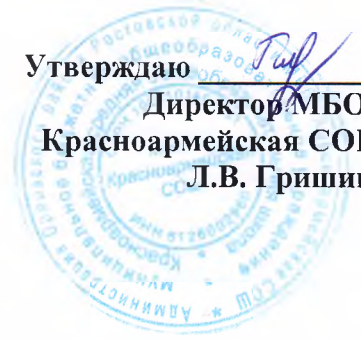
Утверждаю 
Директор МБОУ
Красноармейской СОШ
Л.В. Гришина



Понедельник 16 ноября 2020 г.

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.
Завтрак 1-4 классы						
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
	Итого	439	56,332	53,649	78,869	550,5

Утверждаю 
Директор МБОУ
Красноармейская СОШ
Л.В. Гришина



Вторник 17 ноября 2020 г.

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.
Завтрак 1-4 классы						
1	Сосиска отварная	80	10,6	15,28	36,96	255,68
2	Макаронны 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
	Итого	590	25,186	23,159	122,421	821,89

Утверждаю

Директор МБОУ
Красноармейской СОШ
Л.В. Гришина



Среда 18 ноября 2020 г.

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.
Завтрак 1-4 классы						
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
	Итого	505	12	12,04	69,15	443,5

Утверждаю _____
Директор МБОУ
Красноармейской СОШ
Л.В. Гришина



Четверг 19 ноября 2020 г.

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.
Завтрак 1-4 классы						
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
	Итого	475	14,75	26,38	28,66	504,26

Утверждаю _____
Директор МБОУ
Красноармейской СОШ
Л.В. Гришина



Пятница 20 ноября 2020 г.

	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.
Завтрак 1-4 классы						
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
	Итого	528	20,8	10,05	64,85	542,36