



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ «20» февраля 2023 г.

Неделя: первая  
 День: понедельник  
 Сезон: осенне-зимний

<b>ЗАВТРАК 7-11</b>			
№ п/п	Наименование блюда	Выход готового блюда (гр.)	Энергетическая ценность
1	Салат из белокочанной капусты	60 гр.	52,03
2	Плов	200 гр.	310,50
3	Сыр «Российский»	15 гр.	54,00
4	Компот из смеси сухофруктов	200 мл.	126,05
5	Хлеб пшеничный	30 гр.	71,40
6	Груша	200 гр.	84,00

<b>ЗАВТРАК 12-18</b>			
№ п/п	Наименование блюда	Выход готового блюда (гр.)	Энергетическая ценность
1	Плов	250 гр.	388,13
2	Компот из смеси сухофруктов	200 мл.	126,05
3	Хлеб пшеничный	30 гр.	71,40

<b>ОБЕД 12-18</b>			
№ п/п	Наименование блюда	Выход готового блюда (гр.)	Энергетическая ценность
1	Салат из белокочанной капусты с зелёным горошком	60 гр.	55,05
2	Рассольник	250 гр.	116,59
3	Чай с сахаром с лимоном	200 мл.	88,25
4	Хлеб пшеничный	30 гр.	71,40
5	Вафля	20 гр.	42,18

Повар                      Карась И.Н.

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор МБОУ «Брацлавская СОШ»

*Толмачёва*  
Т.В. Толмачёва

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ «21» февраля 2023 г.

Неделя: первая

День: вторник

Сезон: осенне-зимний

ЗАВТРАК 7-11

№ п/п	Наименование блюда	Выход готового блюда (гр.)	Энергетическая ценность (ккал.)
1	Макароны отварные	150 гр.	152,96
2	Котлета мясная	80 гр.	178,47
3	Соус красный	50 гр.	36,06
4	Какао с молоком	200 мл.	233,90
5	Хлеб пшеничный	30 гр.	71,40
6	Зефир	70 гр.	228,20

ЗАВТРАК 12-18

№ п/п	Наименование блюда	Выход готового блюда (гр.)	Энергетическая ценность (ккал.)
1	Макароны отварные	180 гр.	183,56
2	Котлета мясная	80 гр.	178,47
3	Какао с молоком	200 мл.	233,90
4	Хлеб пшеничный	30 гр.	71,40

ОБЕД 12-18

№ п/п	Наименование блюда	Выход готового блюда (гр.)	Энергетическая ценность (ккал.)
1	Суп рисовый на курином бульоне	250 гр.	120
2	Чай с сахаром с лимоном	200 мл.	88,25
3	Хлеб пшеничный	30 гр.	71,40
4	Печенье	30 гр.	125,10

Повар *Карась* Карась И.Н.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ «22» февраля 2023 г.

Неделя: первая  
День: среда  
Сезон: осенне-зимний

ЗАВТРАК 7-11

№ п/п	Наименование блюда	Выход готового блюда (гр.)	Энергетическая ценность (ккал.)
1	Салат-нарезка из помидоров и огурцов	80 гр.	15,46
2	Картофельное пюре	150 гр.	162,54
3	Ленивые голубцы	120 гр.	131,00
4	Кофейный напиток на молоке	200 мл.	120,27
5	Хлеб пшеничный	30 гр.	71,40
6	Апельсин	200 гр.	80,00

ЗАВТРАК 12-18

№ п/п	Наименование блюда	Выход готового блюда (гр.)	Энергетическая ценность (ккал.)
1	Картофельное пюре	180 гр.	195,05
2	Мясо куриное тушёное с овощами	80 гр.	211,38
3	Кофейный напиток на молоке	200 мл.	120,27
4	Хлеб пшеничный	30 гр.	71,40

ОБЕД 12-18

№ п/п	Наименование блюда	Выход готового блюда (гр.)	Энергетическая ценность (ккал.)
1	Суп гороховый на курином бульоне	250 гр.	126,04
2	Котлета мясная	80 гр.	178,47
3	Чай с сахаром с лимоном	200 мл.	88,25
4	Хлеб пшеничный	30 гр.	71,40
5	Вафля	20 гр.	42,18

Повар *Карась* Карась И.Н.