

Согласовано
Фельдшер ГБОУ
Республики Марий Эл
"Гуманитарная гимназия
Синяя птица" им.
Иштриковой Т.В."

Калинина М.В.

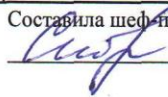


Утверждаю
Директор ГБОУ Республики
Марий Эл "Гуманитарная
гимназия Синяя птица" им.
Иштриковой Т.В."



Дни / дата	Завтрак 1-4 кл.			Обед 1-4 кл.			Полдник 1-4 кл.		
	Масса порции	Эн. цен. Ккал.		Масса порции	Эн. цен. Ккал.		Масса порции	Эн. цен. Ккал.	
ПН. /	Каша гречневая рас.	150	282,62	Суп картоф.с рыбой	200/28	142,72	Ватрушка с творогом Молоко кипяч	105	313,22
	Яйцо вареное	40	62,80	Гуляш из мяса говяд.	100	224,76		200	108
	Чай черный с/с	200/15	60,13	Рожки отварные	150	211,82			
	Яблоко	100	47,00	Сок	200	96,00			
	Батон	40	104,80	Хлеб ржаной	45	89,1			
ВТ. /	Каша манная	200	266,47	Суп горох. с мясом	200/10	176,21	Булочка Дорожная Компот из чернослива	100	391,72
	Какао на молоке	200	145,36	Плов из кур.филе	250	467,90		200	123,85
	Хлеб пшеничный	40	94,00	Компот из сух/ф	200	207,63			
	Баранка	80	278,4	Хлеб ржаной	45	89,1			
				Кукуруза порционная	30	17,4			
СР. /	Каша пшеничная	200	282,54	Суп из овощей с мясом, сметаной	200/10/8	153,94	Манник со сгущ. Чай каркаде с/с	100/20	381,07
	Хлеб пшеничный	40	94,00	Запеканка картофельная	200	296,79		200	60,13
	Иммунолакт	200	117,95	Соус томатный	30	58,64			
	Печенье	60	235,80	Сок	200	96,00			
				Хлеб ржаной	45	89,1			
			Икра свекольная	60	71,97				
ЧТ. /	Каша овсяная	150	208,96	Суп картоф.вермиш.с курицей	200/20	164,98	Сдоба обыкновенная Компот из изюма	100	284,14
	Кофейный напиток на молоке	200	133,76	Рис отварной	150	224,76		200	116,05
	Хлеб пшеничный	40	94,00	Рыба тушен.с овощами	75/75	227,63			
	Мандарин	100	38,00	Чай черный с сахаром	200	60,13			
	Яйцо вареное	40	62,80	Хлеб ржаной	45	89,1			
ПТ. /	Запеканка творожная "Королевская" со сгущ.молоком	150/20	475,25	Борщ из свеж.кап.с мясом, сметаной	200/10/8	161,01	Булочка розовая Чай черный с/с, молоком	100	283,05
	Яблоко	130	61,28	Пюре картофельное	150	150,1		200	87,13
	Чай зеленый с/с	200	60,13	Сок	200	96,00			
				Хлеб ржаной	45	89,1			
				Котлета "Диетическая"	90	231,77			
			Капуста тушеная	60	38,76				
СБ. /									

Составила шеф-повар ГБОУ Республики Марий Эл "Гуманитарная гимназия "Синяя птица" им. Иштриковой Т.В."

 /Е.Н.Сидоркина