

Согласовано

Фельдшер ГБОУ Республики Марий Эл
"Гуманитарная гимназия "Синяя птица" им.

Иштриковой Т.В."

/М.В.Калинина

Удостоверено
Директор ГБОУ Республики Марий Эл
"Гуманитарная гимназия "Синяя птица" им.

Иштриковой Т.В."

/С.В.Иштриков



Дни / дата	Завтрак	Масса порции	Эн. цен. Ккал.	Обед	Полдник	Масса порции	Эн. цен. Ккал.		
ВТ. / 04.06.2024 ПН. / 03.06.2024	Макароньы с сыром, маслом	250/25/17	494,12	Суп картоф.с рыбой	250/35/17	209,64	Сочень с творогом	90	189,00
	Чай зеленый с/с	200/15	60,13	Плов с филе куриным	250	460,81	Сок фруктовый т/п	200	96,00
ВТ. / 04.06.2024 ПН. / 03.06.2024	Апельсин	210	90,30	Салат из св. капусты с огурцом св.	100	67,40	Печенье Чоко Пай	30	129,00
	Хлеб пшеничный	20	47,00	Хлеб ржано-пшеничный	45	89,10	Груша	200	94,00
ВТ. / 04.06.2024 ПН. / 03.06.2024	Компот из изюма	200	116,05	Компот из изюма	200	116,05			
	Каша овсяная с маслом	200/10	163,24	Суп из овощей с мясом говяд., со сметаной	250/12/10	183,97	Плюшка сахарная	80	271,44
ВТ. / 04.06.2024 ПН. / 03.06.2024	Хлеб пшеничный	20	47,00	Тефтели в томат. соусе	80/50	243,53	Молоко в т/п	200	108,00
	Кофейный напиток на молоке	200	133,76	Каша гречневая рассыпчатая	180	339,27	Батончик шок.	50	226,50
ВТ. / 04.06.2024 ПН. / 03.06.2024	Бутерброд горячий с сыром	60	197,65	Икра свекольная	60	71,98	Яблоко	150	70,31
	Яйцо вареное	40	62,80	Хлеб ржано-пшеничный	45	89,1			
ВТ. / 04.06.2024 ПН. / 03.06.2024	Киви	115	54,05	Компот из сухофруктов	200	207,63			
	Запеканка творожная "Ватрушка королевская" со сгущенкой	200/30	645,09	Борщ из св.капусты с говяд., сметаной	250/12/10	209,25	Хачапури с сыром	75	210,37
СР. / 05.06.2024	Чай черный с/с	200	60,13	Котлета "Диетическая"	100	278,16	Сок фруктовый т/п	200	96,00
	Нектарин	200	88,00	Рис отварной	180	269,33	Груша	200	94,00
СР. / 05.06.2024				Горошек зеленый	30	16,5			
				Хлеб ржано-пшеничный	45	89,1			
СР. / 05.06.2024				Компот из чернослива	200	123,85			
	Каша пшеничная с маслом	200/10	282,54	Суп картофел.с вермиш. с курицей	250/25	206,92	Пирожок с яблоками	75	180,00
СР. / 05.06.2024	Какао на молоке	200	145,36	Рыба Аппетитная	90	181	Молоко в т/п	200	108,00
	Персик	120	55,20	Пюре картофельное	180	172,85	Батончик шок.	50	256,50
СР. / 05.06.2024	Хлеб пшеничный	40	94,00	Кукуруза порционная	30	17,4	Яблоко	150	70,31
				Компот из кураги	200	165,64			
СР. / 05.06.2024				Хлеб ржано-пшеничный	45	89,1			
	Оладьи с повидлом	150/40	508,91	Суп картофельный с мясными фрикад.	250/47	329,67	Сочень с творогом	90	189,00
ПТ. / 07.06.2024	Чай зеленый с/с	200/15	60,13	Котлета "Московская"	100	240,57	Сок фруктовый т/п	200	96,00
	Апельсин	210	90,30	Рожки отварные	180	254,58	Груша	200	94,00
ПТ. / 07.06.2024				Соус томатный	30	58,60			
				Салат из св. капусты с огурцом св.	100	67,40			
ПТ. / 07.06.2024				Хлеб ржано-пшеничный	45	89,1			
				Компот из изюма	200	116,05			
СБ. / 08.06.2024	Каша рисовая с маслом	200/10	239,98	Суп гороховый с мясом птицы	250/20	240,711	Плюшка сахарная	80	271,44
	Чай каркаде с/с	200	60,13	Запеканка картофельная с мясом	250	501,561	Молоко в т/п	200	108,00
СБ. / 08.06.2024	Яйцо вареное	40	62,80	Соус сметан. с томатом	30	24,15	Батончик шок.	50	256,50
	Яблоко	150	70,31	Горошек зеленый	30	16,5	Апельсин	210	90,30
СБ. / 08.06.2024	Бутерброд горячий с сыром	60	197,65	Хлеб ржано-пшеничный	45	89,1			
				Компот из сухофруктов	200	207,63			

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

/Е.Н.Сидоркина