Утверждаю:
Директор
КГОБУ Монастырищенская КШИ
_____А.А. Павлюченко

МЕНЮ

18.03.**2024 г.**
Дата

Возрастная категория: **7 – 11 лет**

Содержание меню	выход, г	белки	жиры	углеводы	Ккал
Завтрак					
Кофейный напиток на молоке	200	4.35	4.8	19.02	136.68
Омлет	150	12.95	6.6	3.29	170.25
Сыр	12	2.43	3.6	0	42.12
Хлеб с маслом	77/10	7.97	13.78	33.14	272.44
Мандарин	200	1	1	20	98.8
		28.5	29.58	75.05	710.29
Обед					
Овощи порц.(огурец)	60	1	1	3	14
Борщ со смет. на курин. бульоне	250	17	10.55	28.9	278.55
Рис с овощами	150	4.42	7.78	39.63	246.22
Гуляш из говядины	100	9.55	7.36	2.71	115.28
Компот из с/ф	200	0	0	20.3	81.2
Хлеб ржаной	60	2.3	1	20	91
Хлеб пшеничный	60	2.3	1	20	91
		37.57	32.27	142.33	1010.03
Полдник					
Булочка молочная	100	5.56	9.05	49.5	301.69
Сок	200	0.6	0	26.02	106.48
Молоко т/п	200	6	6	9	120
		6.16	9.05	75.52	408.17
Ужин					
Рыба духовая	100	21.5	23.6	5.9	322
Пюре картофельное	150	2.01	4.15	20.01	135.43
Чай	200	0.4	0.1	19.5	80.5
Хлеб с маслом	120/15	7.9	1	57.96	288.46
Морковная закуска	60	1	5	8	87
		34.18	34.44	115.4	939.3
Дополнительный ужин					
Снежок	200	5.8	5	8.4	101.8
Пряник	60	2	2	10	108
		7.4	6.6	18.4	239.8
		113.81	112.94	423.7	3359.59

Утверждаю:
Директор
КГОБУ Монастырищенская КШИ
_____А.А. Павлюченко

МЕНЮ

18.03.**2024 г**
Дата

Возрастная категория: **12 – 18 лет**

Содержание меню	выход, г	белки	жиры	углеводы	Ккал
Завтрак					
Кофейный напиток на молоке	200	4.35	4.8	19.02	136.68
Омлет	200	12.95	6.6	3.29	170.25
Сыр	12	2.43	3.6	0	42.12
Хлеб с маслом	77/10	7.97	13.78	33.14	272.44
Мандарин	200	1	1	20	98.8
		28.5	29.58	75.05	710.29
Обед					
Овощи порц.(огурец)	100	1	1	3	14
Борщ со смет. на курин. бульоне	250	20.80	12.32	35.03	334.20
Рис с овощами	180	4.42	7.78	39.63	246.22
Гуляш из говядины	100	9.55	7.36	2.71	115.28
Компот из с/ф	200	0	0	20.3	81.2
Хлеб ржаной	60	2.3	1	20	91
Хлеб пшеничный	60	2.3	1	20	91
		43.356	35.231	173.5373	1184.6512
Полдник					
Булочка молочная	100	5.56	9.05	49.5	301.69
Сок	200	0.6	0	26.02	106.48
Молоко т/п	200	6	6	9	120
		6.16	9.05	75.52	408.17
Ужин					
Рыба духовая	100	23.92	22.45	6.08	322.05
Пюре картофельное	180	2.01	4.15	20.01	135.43
Чай	200	0.4	0.1	19.5	80.5
Хлеб с маслом	120/15	9.88	1.25	72.45	375.00
Морковная закуска	100	1	5	8	87
		38.405	34.77	132.12	1029.48
Дополнительный ужин					
Снежок	200	5.8	5	8.4	101.8
Пряник	60	2	2	10	108
		7.4	6.6	18.4	209.8
		126.03	132.56	486.0501	3719.8664

Утверждаю:
Директор
КГОБУ Монастырищенская КШИ
_____А.А. Павлюченко

МЕНЮ

19.**03.2024 г.**
Дата

Возрастная категория: **7 – 11 лет**

Содержание меню	выход, г	белки	жиры	углеводы	Ккал
Завтрак					
Чай с лимоном	200/5	0.445	0.11	19.65	81.325
Каша жидкая молочная пшеничная	200/10	6.15	8.14	27.47	207.74
Хлеб с маслом	77/15	7.97	13.78	33.14	272.44
СЫР	12	2.43	3.6	0	42.12
Яблоко	165	1	1	19	90
		16.995	25.625	80.26	603.625
Обед					
Щи на кур.бульоне	250	15.29	7.18	4.16	169.42
Котлета мясная	100	17.28	13	15.53	263.85
Рожки отварные	150	10	5.22	41.82	254.25
Кисель из конс.	200	0.62	0.18	26	106.4
Икра кабачковая	60	2	8.5	9.6	98.72
Хлеб ржаной	60	2.3	1	20	91
Хлеб пшеничный	60	2.3	1	20	91
		47.89	42.46	125	1074.41
Полдник					
Запеканка из творога	100	20.97	19.8	28.79	376.88
Сок	200	0.6	0	26.02	106.48
Молокот т/п	200	6	6	9	120
		21.99	22.22	75.63	588.56
Ужин					
Овощи порционные(огурец св)	60	1	0	2	14.72
Солянка домашняя с сол.огурцом	200	15.01	20.15	29.01	370.43
Чай	200	0.4	0.1	19.5	80.5
Хлеб с маслом	120/10	7.9	1	57.96	288.46
		26.2	27.4	117.02	837.92
Дополнительный ужин					
Йогурт	200	5.8	5	8	101.2
Печенье	35	2	1.5	10.1	102
		7.8	6.5	18.1	202.2
		120.88	124.21	416.01	3306.71

Утверждаю:

Директор
КГОБУ Монастырищенская КШИ
_____А.А. Павлюченко

МЕНЮ

19.03.2024 г.
Дата

Возрастная категория: **12 – 18 лет**

Содержание меню	выход, г	белки	жиры	углеводы	Ккал
Завтрак					
Чай с лимоном	200/5	0.445	0.11	19.65	81.325
Каша жидкая молочная пшеничная	250/10	6.36	8.65	31.5	229.29
Хлеб с маслом	77/15	10.36	17.91	43.08	340.55
СЫР	12	2.43	3.6	0	42.12
Яблоко	165	1	1	19	90
		19.596	30.269	94.232	782.09
Обед					
Щи на кур.бульоне	250	15.29	7.18	4.16	169.42
Котлета мясная	100	17.28	13	15.53	272.24
Рожки отварные	180	10	5.22	41.82	254.25
Кисель из конс.	200	0.62	0.18	26	106.4
Икра кабачковая	100	2	8.5	9.6	98.72
Хлеб ржаной	60	2.3	1	20	91
Хлеб пшеничный	60	2.3	1	20	91
		60.736	45.885	177.6262	1280.2236
Полдник					
Запеканка из творога	100	20.97	19.8	28.79	376.88
Сок	200	0.6	0	26.02	106.48
Молокот т/п	200	6	6	9	120
		21.99	22.22	75.63	588.56
Ужин					
Овощи порц.(огурец св)	60	1	0	2	14.72
Солянка домашняя с сол.огурцом	250	15.01	20.15	29.01	370.43
Чай	200	0.4	0.1	19.5	80.5
Хлеб с маслом	120/15	7.9	1	57.96	288.46
		28.575	30.85	131.71	925.75
Дополнительный ужин					
Йогурт	200	5.8	5	8	101.2
Печенье	35	2	1.5	10.1	102
		7.8	6.5	18.1	202.2
		138.7	135.72	497.2982	3778.8186

Утверждаю:
Директор
КГОБУ Монастырищенская КШИ
_____А.А. Павлюченко

МЕНЮ

20.03.2024 г.
Дата

Возрастная категория: **7 – 11 лет**

Содержание меню	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал
Завтрак					
Чай с лимоном	205	0.445	0.11	19.65	81.325
Каша жидк.молоч. «Геркулесовая"	200/10	12.6	9.01	31.3	256.69
Хлеб с маслом	77/15	7.97	13.78	33.14	272.44
СЫР	12	2.43	3.6	0	42.12
Яблоко	150	1	1	19	100
		24.245	27.295	103.69	741.375
Обед					
Овощи конс.отвар(кукуруза)	60	2	5	9	98.72
Свекольник со смет. на курин. бульоне	250	15.71	10.28	8.11	209.8
Ленивые голубцы с говяд	200	22.01	24.2	5.5	401.27
Компот из с/ф	200	0	0	20.3	81.2
Хлеб ржаной	60	2.3	1	20	91
Хлеб пшеничный	60	2.3	1	20	91
		44.42	40.71	82.71	972.76
Полдник					
Ватрушка	100	12.34	13	38.23	319.28
Сок	200	1	0	22.4	93.6
Молоко т/п	200	6	6	8	120
		13.34	13	60.63	412.88
Ужин					
Котлета рыбная	100	22.01	24.2	5.5	327.84
Картофель запеченный брусочками	150	2.9	4.9	20.01	135.74
Чай	200	0.4	0.1	19.5	80.5
Овощи порц (огурец)	60	1	0	2	14.01
Хлеб с маслом	120/15	7.9	1	57.96	288.46
		34.01	30.4	105.57	846.54
Дополнительный ужин					
Снежок	200	5.8	5	8.4	101.8
Вафли	40	1	8	18,1	160
		6.97	14.18	27.15	264.1
		123	125.6	379.75	3237.655

Утверждаю:
Директор
КГОБУ Монастырищенская КШИ
_____А.А. Павлюченко

МЕНЮ

20.**03.2024 г.**_____
Дата

Возрастная категория: **12 – 18 лет**

Содержание меню	выход, г	белки	жиры	углеводы	Ккал
Завтрак					
Чай с лимоном	205	0.445	0.11	19.65	81.325
Каша жидк.молоч. «Геркулесовая"	250/10	7.6	13.1	31.3	273.68
Хлеб с маслом	77/15	10.36	17.91	43.08	340.55
СЫР	12	2.43	3.6	0	42.12
Яблоко	150	1	1	19	100
		27.445	28.11	109.65	801.325
Обед					
Овощи конс.отвар(кукуруза)	100	2	5	9	98.72
Свекольник со смет. на курин. бульоне	250	20.89	13.67	26.79	269.77
Ленивые голубцы с говяд	250	22.01	24.2	5.5	431.27
Компот из с/ф	200	0	0	20.3	81.2
Хлеб ржаной	60	2.3	1	20	91
Хлеб пшеничный	60	2.3	1	20	91
		52.304	47.667	121.19	1154.905
Полдник					
Ватрушка	100	12.34	13	38.23	319.28
Сок	200	1	0	22.4	93.6
Молоко т/п	200	6	6	8	120
		13.34	13	60.63	412.88
Ужин					
Котлета рыбная	100	31.2	29.6	2.1	379.6
Картофель запеченный брусочками	180	3.01	5.60	23.60	156.84
Чай	200	0.4	0.1	19.5	80.5
Овощи порц (огурец)	100	1	0	2	14.01
Хлеб с маслом	120/15	9.88	1.25	72.45	375.00
		45.549	36.816	121.108	1010.56
Дополнительный ужин					
Снежок	200	5.8	5	8.4	101.8
Вафли	40	1	8	18,1	160
		7.8	6.5	18.1	202.2
		138.7	135.72	497.2982	3778.8186

Утверждаю:
Директор
КГОБУ Монастырищенская КШИ
_____А.А. Павлюченко

МЕНЮ

21.03. 2024г.___
Дата

Возрастная категория: **7 – 11 лет**

Содержание меню	выход, г	белки	жиры	углеводы	Ккал
Завтрак					
Чай с лимоном	200	0.4	0.1	19.5	81.5
Вермишель молочная	200/10	5.2	9.14	31.47	229.94
Хлеб с маслом	77/15	7.97	13.78	33.14	272.44
СЫР	12	2.43	3.6	0	42.12
Яблоко	150	1	1	19	100
		20.05	22.63	80.26	688.825
Обед					
Овощи конс.отвар(кукуруза)	60	2	5	9	98.72
Суп куриный с гренками	250	11.53	12.6	47.28	348.64
Оладьи из печени	100	21.84	22.08	14	286.08
Гречка с овощами	150	4.42	7.78	39.63	246.22
Кисель из конс.	200	0.62	0.18	26	106.4
Хлеб ржаной	60	2.3	1	20	91
Хлеб пшеничный	60	2.3	1	20	91
		43.81	43.57	154.71	1183.11
Полдник					
Сырники запеченные	100	4	5	43	244
Сок	200	1	0	22.4	93.6
Молоко т/п	200	6	6	9	120
		5.89	5.54	66.05	337.62
Ужин					
Салат Дальневосточный	60	1	8	5	97
Чай	200	0.4	0.1	19.5	80.5
Овощное рагу из говядины	200	18.1	11.5	33.6	419.85
Хлеб с маслом	120/15	7.9	1	57.96	288.46
		27.2	20.55	116.66	886.41
Дополнительный ужин					
Сок	200	5.8	5	8	101.2
Пряник	60	2	1	10	102
		7.4	6.6	9	208.2
		104.35	98.885	426.68	3204.165

Утверждаю:
Директор
КГОБУ Монастырищенская КШИ
_____А.А. Павлюченко

МЕНЮ

21.03. 2024 г._____
Дата

Возрастная категория: **12 – 18 лет**

Содержание меню	выход, г	белки	жиры	углеводы	Ккал
Завтрак					
Чай с лимоном	200	0.4	0.1	19.5	81.5
Вермишель молочная	200/10	5.2	9.14	31.47	249.94
Хлеб с маслом	77/15	10.36	17.91	43.08	340.55
СЫР	12	2.43	3.6	0	42.12
Банан	150	1	1	19	100
		23.591	22.31	82.682	882.085
Обед					
Овощи конс.отвар(кукуруза)	100	2	5	9	98.72
Оладьи из печени	100	21.84	22.08	14	286.08
Суп куриный с гренками	250	15.33	14.12	52.88	399.94
Кисель из конс.	200	0.62	0.18	26	106.4
Гречка с овощами	180	5.88	10.35	52.71	290.22
Хлеб ржаной	60	2.3	1	20	91
Хлеб пшеничный	60	2.3	1	20	91
		51.64	48.09	193.846	1373.96
Полдник					
Сырники запеченные	100	4	5	43	244
Сок	200	1	0	22.4	93.6
Молоко т/п	200	6	6	9	120
		9.24	10.34	62.67	380.7
Ужин					
Салат Дальневосточный	100	1	8	5	97
Чай	200	0.4	0.1	19.5	80.5
Овощное рагу из говядины	250	18.1	11.5	33.6	449.85
Хлеб с маслом	120/15	9.88	1.25	72.45	375.00
		29.34	22.4	132.27	1022.47
Дополнительный ужин					
Сок	200	5.8	5	8	101.2
Пряник	60	2	1	10	102
		2.2	1.6	27.02	214.48
		106	104.74	478.4879	3773.6496

Утверждаю:
Директор
КГОБУ Монастырищенская КШИ
_____А.А. Павлюченко

МЕНЮ

22.**03.2024г.**_____
Дата

Возрастная категория: **7 – 11 лет**

Содержание меню	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал
Завтрак					
Чай с лимоном	200/5	0.445	0.11	19.65	81.325
Каша жидк.мол. ячневая	230/10	6.05	9.13	21.4	229.97
Хлеб с маслом	77/15	7.97	13.78	33.14	272.44
Сыр	12	2.43	3.6	0	42.12
Яблоко	140	1	1	19	90
		21.695	27.415	104.79	736.655
Обед					
Рассольник со смет. на курин. бульоне	250	15.39	10.3	7.3	183.19
Гуляш из говяд.	100	9.55	7.36	2.71	115.28
Пюре картофельное	150	3.01	5.15	21.01	142.43
Компот из с/ф	200	0	0	20.3	81.2
Овощи конс.отвар(кукуруза)	60	2	5	9	98
Хлеб ржаной	60	2.3	1	20	91
Хлеб пшеничный	60	2.3	1	20	91
		34.65	32.01	100.12	802.59
Полдник					
Рогали	100	5.97	9.8	44.79	301.88
Сок	200	1	0.2	20.2	86.6
Молоко п/т	200	6	6	9	120
Конфеты	40	0	3	22	105
		6.56	9.25	64.68	488.29
Ужин					
		114.2	116.2	332.71	2219.395

Утверждаю:
Директор
КГОБУ Монастырищенская КШИ
_____А.А. Павлюченко

22.**03.2024 г.**_____
Дата

Возрастная категория: **12 – 18 лет**

Содержание меню	выход, г	белки	жиры	углеводы	Ккал
Завтрак					
Чай с лимоном	200/5	0.445	0.11	19.65	81.325
Каша жидк.мол.ячневая	250/10	6.05	9.13	21.4	229.97
Хлеб с маслом	77/15	10.36	17.91	43.08	340.55
Сыр	12	2.43	3.6	0	42.12
Яблоко	140	1	1	19	90
		13.591	22.31	62.682	782.085
Обед					
Рассольник со смет. на курин. бульоне	250	21.84	22.08	52	286.08
Гуляш из говяд.	100	15.33	14.12	52.88	399.94
Пюре картофельное	180	3.01	5.15	21.01	142.43
Компот из с/ф	200	0	0	20.3	81.2
Овощи конс.отвар(кукуруза)	100	2	5	9	108
Хлеб ржаной	60	2.3	1	20	91
Хлеб пшеничный	60	2.3	1	20	91
		51.64	48.09	193.846	961.115
Полдник					
Рогалик	100	5.97	9.8	44.79	301.88
Сок	200	4.35	4.8	19.02	136.68
Молоко п/т	200	6	6	9	120
Конфеты	40	0	3	22	105
		9.24	10.34	62.67	480.7
Ужин					
		114.2	116.2	332.71	2219.395
		6.97	14.18	26.75	232.8
		127.3	125.8	432.558	3309.7866