



«Бекітемін»
директор школы
Айдаболова М.М

Ежедневное меню на 10.01.2022

Для учащихся 1-4 классов				
	<i>Наименование</i>	<i>Грамм</i>	<i>Ккал</i>	
<i>Обед комплексный</i>	Сосиска отварная	200	252	
	Гречка с соусом	60	108,6	
	Компот из сухофруктов	200	92	
	Хлеб ржано-пшеничный	35	70,3	
	Салат из капусты и моркови	60	60	

Социальное меню			
	<i>Наименование</i>	<i>Грамм</i>	<i>Ккал</i>
<i>Обед комплексный</i>	Сосиска отварная	200	252
	Гречка с соусом	60	108,6
	Компот из сухофруктов	200	92
	Хлеб ржано-пшеничный	35	70,3
	Салат из капусты и моркови	60	60
	Суп гороховый	200	66

Повар _____



«Бекітемін»
директор школы
Айдаболова М.М

Ежедневное меню на 11.01.2022

Для учащихся 1-4 классов

	<i>Наименование</i>	<i>Грамм</i>	<i>Ккал</i>	
<i>Обед комплексный</i>	Жаркое из курицы	130	83,7	
	Салат морковный	60	108,6	
	Компот из сухофруктов	200	137	
	Хлеб ржано-пшеничный	35	70,3	
	Мёд	10	10	

Социальное меню

	<i>Наименование</i>	<i>Грамм</i>	<i>Ккал</i>
<i>Обед комплексный</i>	Жаркое из курицы	130	83,7
	Салат морковный	60	108,6
	Компот из сухофруктов	200	137
	Хлеб ржано-пшеничный	35	70,3
	Мёд	10	10
	Суп вермишелевый	200	66

Повар _____



«Бекітемін»
директор школы
Айдаболова М.М

Ежедневное меню на 12.01.2022

Для учащихся 1-4 классов

	<i>Наименование</i>	<i>Грамм</i>	<i>Ккал</i>	
Обед <i>комплексный</i>	Тефтели мясные с луком с соусом	90/20	245,3	
	Макаронные изделия отварные	130	166,4	
	Кисель плодово- ягодный	200	35	
	Хлеб ржано-пшеничный	35	70,3	
	Салат свекольный	60	60	

Социальное меню

	<i>Наименование</i>	<i>Грамм</i>	<i>Ккал</i>
Обед <i>комплексный</i>	Тефтели мясные с луком с соусом	90/20	245,3
	Макаронные изделия отварные	130	166,4
	Кисель плодово- ягодный	200	35
	Хлеб ржано-пшеничный	35	70,3
	Салат свекольный	60	60
	Суп гречневый	200	38

Повар _____



«Бекітемін»
директор школы
Айдаболова М.М

Ежедневное меню на 13.01.2022

Для учащихся 1-4 классов

	<i>Наименование</i>	<i>Грамм</i>	<i>Ккал</i>
<i>Обед комплексный</i>	Котлета рыбная	90/20	205,2
	Картофельное пюре	130	120,5
	Чай с лимоном	200/5	55
	Хлеб ржано-пшеничный		
		35	70,3
	Салат витаминный	60	60

Социальное меню

	<i>Наименование</i>	<i>Грамм</i>	<i>Ккал</i>
<i>Обед комплексный</i>	Котлета рыбная	90/20	205,2
	Картофельное пюре	130	120,5
	Чай с лимоном	200/5	55
	Хлеб ржано-пшеничный		
		35	70,3
	Салат витаминный	60	60
	Борщ	200	32

Повар _____



«Бекітемін»
директор школы
Айдаболова М.М

Ежедневное меню на 17.01.2022

Для учащихся 1-4 классов

Обед комплексный	Наименование	Грамм	Ккал
	Овощной салат	60	11,2
	Сосиска отварная	50/50	211
	Макаронные изделия отварные	130	166,4
	Чай черный	200	53
	Хлеб ржано-пшеничный	35	70,3
	Мёд	5	5

Социальное меню

Обед комплексный	Наименование	Грамм	Ккал
	Овощной салат	60	11,2
	Сосиска отварная	50/50	211
	Макаронные изделия отварные	130	166,4
	Чай черный	200	53
	Хлеб ржано-пшеничный	35	70,3
	Мёд	5	5
Суп рыбный	200	46	

Повар



«Бекітемін»
директор школы
Айдаболова М.М

Ежедневное меню на 18.01.2022

Для учащихся 1-4 классов			
	<i>Наименование</i>	<i>Грамм</i>	<i>Ккал</i>
<i>Обед комплексный</i>	Плов из говядины	200	244
	Салат морковный	60	60
	Кисель плодово- ягодный	200	35
	Хлеб ржано-пшеничный	35	70,3
	Мёд	5	5

Социальное меню			
	<i>Наименование</i>	<i>Грамм</i>	<i>Ккал</i>
<i>Обед комплексный</i>	Плов из говядины	200	244
	Салат морковный	60	60
	Кисель плодово- ягодный	200	35
	Хлеб ржано-пшеничный	35	70,3
	Мёд	5	5
	Щи по Уральский	200	36

Повар 



«Бекітемін»
директор школы
Айдаболова М.М

Ежедневное меню на 19.01.2022

Для учащихся 1-4 классов

Обед комплексный	Наименование	Грамм	Ккал
	Салат Витаминный	60	70,56
	Котлета мясная с соусом	90/20	202,5
	Каша ячневая вязкая гарнирная	130	104
	Напиток "Мозаика" (Яблоко, ягода)	200	75
	Хлеб ржано-пшеничный	35	70,3
	Мёд		5

Социальное меню

Обед комплексный	Наименование	Грамм	Ккал
	Салат Витаминный	60	70,56
	Котлета мясная с соусом	90/20	202,5
	Каша ячневая вязкая гарнирная	130	104
	Напиток "Мозаика" (Яблоко, ягода)	200	75
	Хлеб ржано-пшеничный	35	70,3
	Мёд	5	5
	Свекольник	200	72

Повар _____



«Бекітемін»
директор школы
Айдаболова М.М

Ежедневное меню на 20.01.2022

Для учащихся 1-4 классов

	<i>Наименование</i>	<i>Грамм</i>	<i>Ккал</i>
<i>Обед комплексный</i>	Салат овощной (огурцы, помидоры, м/р)	60	75,2
	Шницель рыбный натуральный с соусом	90/20	130,5
	Рис припущенный	130	170,7
	Компот из сухофруктов	200	102
	Хлеб ржано-пшеничный	35	70,3
	мед	5	5

Социальное меню

	<i>Наименование</i>	<i>Грамм</i>	<i>Ккал</i>
<i>Обед комплексный</i>	Салат овощной (огурцы, помидоры, м/р)	60	75,2
	Шницель рыбный натуральный с соусом	90/20	130,5
	Рис припущенный	130	170,7
	Компот из сухофруктов	200	102
	Хлеб ржано-пшеничный	35	70,3
	мед		5
	Рассольник	200	74,2

Повар _____



«Бекітемін»
директор школы
Айдаболова М.М

Ежедневное меню на 21.01.2022

Для учащихся 1-4 классов

	<i>Наименование</i>	<i>Грамм</i>	<i>Ккал</i>
Обед <i>комплексный</i>	Салат свекольный	60	124,8
	Мед	5	5
	Котлета куриная с красным соусом	90/20	268,2
	Каша гречневая рассыпчатая	130	182,8
	Чай черный с сахаром	200	53
	Хлеб ржано-пшеничный	35	70,3

Социальное меню

	<i>Наименование</i>	<i>Грамм</i>	<i>Ккал</i>
Обед <i>комплексный</i>	Салат свекольный	60	124,8
	Мед	5	5
	Котлета куриная с красным соусом	90/20	268,2
	Каша гречневая рассыпчатая	130	182,8
	Чай черный с сахаром	200	53
	Хлеб ржано-пшеничный	35	70,3
	Суп харчо	200	31

Повар _____



«Бекітемін»
директор школы
Айдаболова М.М

Ежедневное меню на 24.01.2022

Для учащихся 1-4 классов				
	<i>Наименование</i>	<i>Грамм</i>	<i>Ккал</i>	
Обед <i>комплексный</i>	Сосиска отварная	200	252	
	Гречка с соусом	60	108,6	
	Компот из сухофруктов	200	92	
	Хлеб ржано-пшеничный	35	70,3	
	Салат из капусты и моркови	60	60	

Социальное меню			
	<i>Наименование</i>	<i>Грамм</i>	<i>Ккал</i>
Обед <i>комплексный</i>	Сосиска отварная	200	252
	Гречка с соусом	60	108,6
	Компот из сухофруктов	200	92
	Хлеб ржано-пшеничный	35	70,3
	Салат из капусты и моркови	60	60
	Суп гороховый	200	66

Повар _____



«Бекітемін»
директор школы
Айдаболова М.М

Ежедневное меню на 25.01.2022

Для учащихся 1-4 классов

	<i>Наименование</i>	<i>Грамм</i>	<i>Ккал</i>	
<i>Обед комплексный</i>	Жаркое из курицы	130	83,7	
	Салат морковный	60	108,6	
	Компот из сухофруктов	200	137	
	Хлеб ржано-пшеничный	35	70,3	
	Мёд	10	10	

Социальное меню

	<i>Наименование</i>	<i>Грамм</i>	<i>Ккал</i>
<i>Обед комплексный</i>	Жаркое из курицы	130	83,7
	Салат морковный	60	108,6
	Компот из сухофруктов	200	137
	Хлеб ржано-пшеничный	35	70,3
	Мёд	10	10
	Суп вермишелевый	200	66

Повар _____



«Бекітемін»
директор школы
Айдаболова М.М

Ежедневное меню на 26.01.2022

Для учащихся 1-4 классов

<i>Обед комплексный</i>	<i>Наименование</i>	<i>Грамм</i>	<i>Ккал</i>
	Тефтели мясные с луком с соусом	90/20	245,3
Макаронные изделия отварные	130	166,4	
Кисель плодово- ягодный	200	35	
Хлеб ржано-пшеничный	35	70,3	
Салат свекольный	60	60	

Социальное меню

<i>Обед комплексный</i>	<i>Наименование</i>	<i>Грамм</i>	<i>Ккал</i>
	Тефтели мясные с луком с соусом	90/20	245,3
Макаронные изделия отварные	130	166,4	
Кисель плодово- ягодный	200	35	
Хлеб ржано-пшеничный	35	70,3	
Салат свекольный	60	60	
Суп гречневый	200	38	

Повар _____



«Бекітемін»
директор школы
Айдаболова М.М

Ежедневное меню на 27.01.2022

Для учащихся 1-4 классов

	<i>Наименование</i>	<i>Грамм</i>	<i>Ккал</i>
Обед <i>комплексный</i>	Котлета рыбная	90/20	205,2
	Картофельное пюре	130	120,5
	Чай с лимоном	200/5	55
	Хлеб ржано-пшеничный	35	70,3
	Салат витаминный	60	60

Социальное меню

	<i>Наименование</i>	<i>Грамм</i>	<i>Ккал</i>
Обед <i>комплексный</i>	Котлета рыбная	90/20	205,2
	Картофельное пюре	130	120,5
	Чай с лимоном	200/5	55
	Хлеб ржано-пшеничный	35	70,3
	Салат витаминный	60	60
	Борщ	200	32

Повар _____



«Бекітемін»
директор школы
Айдаболова М.М

Ежедневное меню на 28.01.2022

Для учащихся 1-4 классов

	<i>Наименование</i>	<i>Грамм</i>	<i>Ккал</i>
<i>Обед комплексный</i>	Котлета домашняя	50\50	190
	Каша ячневая	130	95
	Компот из сухофруктов	200	110
	Хлеб ржано-пшеничный	35	70,3
	Салат осенний	60	60

Социальное меню

	<i>Наименование</i>	<i>Грамм</i>	<i>Ккал</i>
<i>Обед комплексный</i>	Котлета домашняя	50\50	190
	Каша ячневая	130	95
	Компот из сухофруктов	200	110
	Хлеб ржано-пшеничный	35	70,3
	Салат осенний	60	60
	Суп рисовый	200	66

Повар _____



«Бекітемін»
директор школы
Айдаболова М.М

Ежедневное меню на 31.01.2022

Для учащихся 1-4 классов			
	<i>Наименование</i>	<i>Грамм</i>	<i>Ккал</i>
Обед комплексный	Овощной салат	60	11,2
	Сосиска отварная	50/50	211
	Макаронные изделия отварные	130	166,4
	Чай черный	200	53
	Хлеб ржано-пшеничный	35	70,3
	Мёд	5	5

Социальное меню			
	<i>Наименование</i>	<i>Грамм</i>	<i>Ккал</i>
Обед комплексный	Овощной салат	60	11,2
	Сосиска отварная	50/50	211
	Макаронные изделия отварные	130	166,4
	Чай черный	200	53
	Хлеб ржано-пшеничный	35	70,3
	Мёд	5	5
	Суп рыбный	200	46

Повар