

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ



Меню обедов

Понедельник

	Наименование блюд	Энерг.ценность кКал	Витамины
1	Рыба припущенная 75гр.	156.5	С В1
2	Картофельное пюре\подлива 150гр.	88.00	В1 А
3	Салат капустный 50гр.	152.00	А В1 С
4	Компот из сухофруктов 200	134.00	А В1 С
5	Хлеб пшеничный 100	265.00	А

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ



№ 4-Г
«Карабулака»
Угурчиева А.И.

Вторник

	Наименование блюд	Энерг.ценность кКал	Витамины
1	Котлеты из говядины 80гр.	260.00	B1 А
2	Макароны отварные с подливой 150гр.	112.01	А
3	Салат свекольный 50гр.	88.05	А B1 С
4	Хлеб пшеничный 100	265.00	А
5	Чай с лимоном 200/10	28.03	С B1

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ



Среда

	Наименование блюд	Энерг.ценность кКал	Витамины
1	Плов из говядины 220гр.	218.7	В1 А
2	Салат морковный 50г.	55.4	А В1 С
3	Хлеб пшеничный 100	265.00	А
4	Компот из сухофруктов 200	134.00	А В1 С

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ
«СОШ

№ 4
«Карабулака»
Угурчиева А.И.



Четверг

	Наименование блюд	Энерг.ценность кКал	Витамины
1	Куры отварные/макаронны отв/подлива 80/150гр.	170.8	B1 C
2	Салат свекольный 50гр.	88.05	A B1 C
3	Хлеб пшеничный 100	265.00	A
4	Чай с лимоном 200/10	28.03	A B1 C

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ



Пятница

	Наименование блюд	Энерг.ценность кКал	Витамины
1	Мясо тушенное с подливой/гречка 55/150гр.	167.7	В1 С
2	Салат капустный 50гр.	152.00	А В1 С
3	Хлеб пшеничный 100	265.00	А
4	Компот из сухофруктов 200	134.00	А В1 С