



Директор МАОУ СОШ

[Signature]

МЕНЮ

«22» марта 2024г.

Горячий обед

Возрастная категория 7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Салат овощной	60	0,68	5,54	3,90	50,50	9,11
Суп - пюре овощной с курой и гренками	250	6,51	10,04	12,14	155,00	54,81
Плов с мясом	220	13,40	10,60	45,63	383,33	56,00
Чай с лимоном и апельсином	200	0,20	0,00	15,50	62,80	11,26
Хлеб "Николаевский" (нарезной)	40	2,64	0,48	13,68	68,80	3,45
Хлеб "Свежий" пшеничный нарезной	50	4,05	0,50	24,40	97,00	3,77
Стоимость дня						138,40

Зав. Столовой _____

Мед. Работник *[Signature]* _____





Директор МАОУ СОШ _____
Лоп

МЕНЮ

«21» марта 2024г.

Горячий обед

19 день Возрастная категория 7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Нарезка из свежих огурцов с маслом	60	0,42	3,05	1,14	47,46	16,19
Суп с макаронными	200	5,34	5,66	25,60	130,00	29,74
Суфле рыбное со сметанно-	100/30	11,10	12,33	21,11	274,11	47,80
Пюре картофельное	150	3,25	6,70	22,01	143,76	31,85
Компот из ягодой смеси	200			20,00	80,00	6,90
Хлеб "Николаевский" (нарезной)	25	1,65	0,30	8,55	43,00	2,15
Хлеб "Свежий" пшеничный нарезной	50	4,05	0,50	24,40	97,00	3,77
Стоимость дня						138,40

Зав. Столовой _____

Мед. Работник _____





Директор МАОУ СОШ _____

Мед.

МЕНЮ

«20» марта 2024г.

Горячий обед

18 день

Возрастная категория 7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,80	16,80
Уха рыбацкая	200,00	2,36	4,28	10,21	134,46	17,67
Бефстроганов из говядины	100	6,10	12,04	13,52	160,24	79,37
Макароны отварные	150	5,72	5,68	37,08	176,00	10,35
Чай с молоком и сахаром	200	1,55	1,28	14,41	75,64	6,13
Хлеб "Николаевский" (нарезной)	50	3,30	0,60	17,10	86,00	4,31
Хлеб "Свежий" пшеничный нарезной	50	4,05	0,50	24,40	97,00	3,77
Стоимость дня						138,40

Зав. Столовой _____

Мед. Работник *Мед.* _____





Директор МАОУ СОШ

[Signature]

МЕНЮ

«19» марта 2024г.

Горячий обед

17 день

Возрастная категория 7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Винегрет овощной	60	2,50	10,00	24,83	185,00	13,17
Суп "Солнечный день"	200/10/3	5,25	10,29	27,14	174,25	17,33
Кура запеченая	100	19,44	18,12	17,28	244,20	85,84
Гречка рассыпчатая	150	4,00	5,28	28,62	187,05	9,58
Компот из кураги	200	0,45	0,06	20,63	85,98	8,82
Хлеб "Николаевский" (нарезной)	25	1,65	0,00	8,55	43,00	2,15
Хлеб "Свежий" пшеничный нарезной	20	1,00	0,30	8,10	38,90	1,51
Стоимость дня						138,40

Зав. Столовой _____

Мед. Работник *[Signature]*





Директор МАОУ СОШ

Сысова

МЕНЮ

«18» марта 2024г.

Горячий обед

16 день

Возрастная категория 7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Нарезка из свежих помидоров с маслом	60	0,68	3,50	3,90	50,50	16,87
Борщ с мясом со сметаной	250	5,79	6,21	12,93	195,00	27,83
Котлета по-волжски с соусом сметанно-	90/30	14,15	10,25	21,83	208,13	66,91
Рис отварной	150	3,64	5,37	40,85	209,70	13,69
Компот с изюмом + Витамин С	200	0,12	0,12	17,80	62,28	9,44
Хлеб "Николаевский" (нарезной)	25	1,65	0,30	8,55	43,00	2,15
Хлеб "Свежий" пшеничный нарезной	20	2,00	0,60	16,20	77,80	1,51
Стоимость дня						138,40

Зав. Столовой _____

Мед. Работник *Мед* _____





Директор МАОУ СОШ _____
С. Г. Сысоева

МЕНЮ

«15» марта 2024г.
Горячий обед

15 день **Возрастная категория 7-11 лет**

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Нарезка из соленых огурцов	60	0,48	0,07	1,22	8,20	21,46
Суп - пюре с гречками	250	4,87	6,03	11,01	157,14	19,06
Азу	90	11,90	13,50	17,24	193,79	73,43
Гречка отварная рассыпчатая	150	4,00	6,28	28,62	187,05	9,60
Компот из кураги	200	0,45	0,06	20,63	96,25	8,93
Хлеб "Николаевский" (нарезной)	25	1,65	0,30	8,50	43,00	2,15
Хлеб "Свежий" пшеничный нарезной	50	4,05	0,50	24,40	97,00	3,77
Стоимость дня						138,40

Зав. Столовой _____

Мед. Работник *Мед.* _____





Директор МАОУ СОШ

Мед

МЕНЮ

«14» марта 2024г.

Горячий обед

14 день

Возрастная категория 7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,80	16,80
Рыбный суп	250	5,14	5,25	15,18	175,00	27,48
Фрикасе	95	7,89	11,84	4,22	181,14	66,58
Макароны отварные	150	3,82	4,49	39,73	212,15	14,83
Компот из сухофруктов	200	0,60	0,08	21,52	90,70	6,79
Хлеб "Николаевский" (нарезной)	25	1,65	0,30	8,55	43,00	2,15
Хлеб "Свежий" пшеничный нарезной	50	4,05	0,50	24,40	97,00	3,77
Стоимость дня						138,40

Зав. Столовой _____

Мед. Работник *Мед*





Директор МАБУХ СОШ



МЕНЮ

«13» марта 2024г.

Горячий обед

13 день

Возрастная категория 7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Горошек консервированный	60	1,98	0,18	5,67	31,05	12,71
Суп картофельный с птицей	250	3,80	8,57	21,12	229,61	20,97
Мясные шарики в сырном соусе	90/30	13,17	11,83	23,74	212,73	72,56
Капуста тушеная	150	3,50	5,10	19,99	142,63	22,89
Чай с лимоном	200	0,01	0,00	9,98	39,98	3,35
Хлеб "Николаевский" (нарезной)	25	1,65	0,30	8,55	43,00	2,15
Хлеб "Свежий" пшеничный нарезной	50	4,05	0,50	24,40	97,00	3,77
Стоимость дня						138,40

Зав. Столовой _____

Мед. Работник Мед





МЕНЮ

«12» марта 2024г.

Горячий обед

12 день

Возрастная категория 7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Нарезка из соленых огурцов	60	0,60	0,15	1,35	10,73	21,46
Суп рыбный с горбушей	250	6,14	16,24	23,37	249,18	40,50
Печень по-строгоновски	90	11,30	7,50	1,20	154,25	43,68
Макароны отварные	150	5,82	1,90	37,08	176,00	20,10
Кисель из свежих ягод	200	0,00	0,00	24,00	95,00	8,89
Хлеб "Свежий" пшеничный нарезной	50	4,05	0,50	24,40	97,00	3,77
Стоимость дня						138,40

Зав. Столовой _____

Мед. Работник





Директор МАОУ СОШ № 2



МЕНЮ

«11» марта 2024г.

Горячий обед

11 день

Возрастная категория 7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Нарезка из свежих помидоров с маслом	60	0,68	3,50	3,90	67,33	17,31
Суп картофельный со сметаной	250	3,33	4,05	16,08	147,43	18,48
Птица тушеная с овощами	90	14,14	15,37	12,59	254,18	45,30
Картофель отварной с маслом сливочным	150	3,87	3,11	37,25	192,47	36,34
Компот из кураги	200	0,10	0,00	19,25	47,90	16,56
Хлеб "Николаевский" (нарезной)	25	1,98	0,36	10,26	51,60	2,15
Хлеб "Свежий" пшеничный нарезной	30	1,97	0,25	13,28	90,00	2,26
Стоимость дня						138,40

Зав. Столовой _____

Мед. Работник  _____





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ № 7



МЕНЮ «07» марта 2024г.

Горячий обед

9 день

Возрастная категория 7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Кукуруза консервированная	60	2,59	0,39	13,99	69,99	23,52
Свекольник со сметаной	200	2,13	12,8	11,42	155,00	23,40
Гуляш из мяса	90	11,19	11,75	3,06	230,36	68,86
Макароны отварные	150	5,82	1,90	35,01	176,00	11,47
Компот из сухофруктов+Витамин С	200	0,00	0,00	23,00	111,00	5,98
Хлеб "Николаевский" (нарезной)	25	1,65	0,30	8,55	43,00	2,15
Хлеб "Свежий" пшеничный нарезной	40	3,24	0,40	19,52	77,60	3,02
Стоимость дня						138,40

Зав. Столовой _____

Мед. Работник _____





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ



МЕНЮ

«06» марта 2024г.

Горячий обед

8 день

Возрастная категория 7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Нарезка из огурцов с маслом	60	0,42	3,05	1,14	109,60	16,56
Щи из свежей капусты с мясом и	220	4,12	6,10	20,12	143,25	23,64
Кура запеченая	100	16,20	13,90	5,10	212,40	69,11
Соус сметанный	30	2,20	4,05	4,86	114,10	5,17
Рис отварной	150	3,64	5,37	37,25	202,14	13,32
Компот из ягодной смеси	200	0,1	0	12,68	47,9	7,60
Хлеб "Николаевский" (нарезной)	20	1,65	0,30	8,55	43,00	1,72
Хлеб "Свежий" пшеничный нарезной	17	1,97	0,25	13,28	90,00	1,28
Стоимость дня					110	138,40

Зав. Столовой _____

Мед. Работник Мед





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ



МЕНЮ

«05» марта 2024г.

Горячий обед

7 день

Возрастная категория 7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Салат из отварной свеклы с сыром	60	0,66	5,2	9,4	129,6	18,51
Суп гороховый на курином бульоне	220	7,10	8,60	37,51	203,14	25,14
Котлета по - хлыновски	90,00	12,05	8,62	19,88	189,65	58,29
Капуста тушеная	150	3,50	5,10	17,89	142,63	21,31
Компот с изюмом + Витамин С	200	0,12	0,12	15,06	62,28	10,75
Хлеб "Николаевский" (нарезной)	25	1,65	0,30	8,55	43,00	2,15
Хлеб "Свежий" пшеничный нарезной	30	1,97	0,25	13,28	90,00	2,26
Стоимость дня						138,40

Зав. Столовой _____

Мед. Работник _____





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СПО



МЕНЮ

«04» марта 2024г.

Горячий обед

6 день

Возрастная категория 7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Винегрет овощной	60	1,50	5,00	13,90	111,00	9,33
Рассольник Ленинградский со сметаной	250	3,30	7,02	18,23	167,12	13,15
Рыба запеченная	90	13,02	8,17	6,79	171,43	70,06
Соус сметанно - томатный	30	2,20	4,05	4,86	114,10	5,17
Пюре картофельное	150	2,47	3,97	25,01	119,25	35,28
Чай с сахаром	200	0,01	0,00	9,98	39,98	1,37
Хлеб "Николаевский" (нарезной)	25	1,65	0,30	8,55	43,00	2,15
Хлеб "Свежий" пшеничный нарезной	25	4,05	0,50	24,40	97,00	1,89
Стоимость дня						138,40

Зав. Столовой _____

Мед. Работник _____





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ



МЕНЮ

«01» марта 2024г.

Горячий обед

5 день

Возрастная категория 7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Салат картофельный с огурцами	60	1,2	3,06	7,06	68,40	12,86
Суп Лагман с курицей и сметаной	220	12,84	9,60	21,80	186,25	35,32
Грудка запеченная в молочном соусе	100	7,53	9,25	8,96	113,00	52,40
Рис отварной	150	3,64	5,37	36,69	221,14	19,30
Компот с изюмом + Витамин С	200	0,12	0,12	15,06	62,28	14,54
Хлеб "Николаевский" (нарезной)	20	0,70	0,10	9,40	41,30	1,72
Хлеб "Свежий" пшеничный нарезной	30	1,97	0,25	13,28	90,00	2,26
Стоимость дня						138,40

Зав. Столовой _____

Мед. Работник _____

