



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ СОШ

*[Signature]*

# МЕНЮ

## Горячий обед

Возрастная категория с 7-11 лет

7 день

«08» октября 2024г.

| 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         | 18,83         |
| Суп гороховый с гренками         | 220        | 7,10              | 8,60         | 37,51         | 203,14        | 28,14         |
| Котлета столовая (говядина)      | 90         | 12,05             | 8,62         | 19,88         | 189,65        | 57,24         |
| Капуста тушеная                  | 150        | 3,50              | 5,10         | 17,89         | 142,63        | 20,30         |
| Напиток из изюма                 | 200        | 0,12              | 0,12         | 15,06         | 62,28         | 9,48          |
| Хлеб "Николаевский" (нарезной)   | 25         | 1,65              | 0,30         | 8,55          | 43,00         | 2,15          |
| Хлеб "Свежий" витамин. пшен.     | 30         | 1,97              | 0,25         | 13,28         | 90,00         | 2,26          |
| <b>Стоимость дня</b>             | <b>775</b> | <b>27,05</b>      | <b>28,19</b> | <b>121,57</b> | <b>860,30</b> | <b>138,40</b> |

Зав. Столовой \_\_\_\_\_

Мед. Работник *[Signature]* \_\_\_\_\_





УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ СОШ

# МЕНЮ

## Горячий обед

Возрастная категория с 7-11 лет

8 день

«09» октября 2024г.

| 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        | 0,00          |
| Щи из свежей капусты с птицей и | 220        | 4,12              | 6,10         | 22,12         | 123,25        | 23,57         |
| Кура запеченная                 | 90         | 12,20             | 9,90         | 11,11         | 210,40        | 64,72         |
| Соус сметанный                  | 30         | 2,20              | 4,05         | 4,86          | 93,10         | 3,59          |
| Рис отварной                    | 150        | 3,64              | 5,37         | 38,25         | 144,14        | 12,81         |
| Напиток из смородины            | 200        | 0,1               | 0            | 12,68         | 47,9          | 9,46          |
| Хлеб "Николаевский" (нарезной)  | 20         | 1,65              | 0,30         | 8,55          | 43,00         | 1,72          |
| Хлеб "Свежий" витамин. пшен.    | 17         | 1,97              | 0,25         | 13,28         | 90,00         | 1,28          |
| <b>Стоимость дня</b>            | <b>787</b> | <b>26,30</b>      | <b>29,02</b> | <b>111,99</b> | <b>861,39</b> | <b>117,15</b> |

Зав. Столовой \_\_\_\_\_

Мед. Работник  \_\_\_\_\_





УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ СОШ

*[Signature]*

## МЕНЮ

### Горячий обед Возрастная категория с 7-11 лет

9 день

«10» октября 2024г.

| 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         | 26,93         |
| Свекольник со сметаной         | 200        | 2,13              | 12,8         | 11,42         | 155,00        | 21,08         |
| Гуляш из мяса                  | 90         | 11,19             | 11,75        | 3,06          | 230,36        | 62,05         |
| Макароны отварные              | 150        | 5,82              | 1,90         | 35,01         | 176,00        | 12,66         |
| Напиток из клубники            | 200        | 0,00              | 0,00         | 23,00         | 111,00        | 10,51         |
| Хлеб "Николаевский" (нарезной) | 25         | 1,65              | 0,30         | 8,55          | 43,00         | 2,15          |
| Хлеб "Свежий" витамин. пшен.   | 40         | 3,24              | 0,40         | 19,52         | 77,60         | 3,02          |
| <b>Стоимость дня</b>           | <b>765</b> | <b>26,62</b>      | <b>27,54</b> | <b>114,55</b> | <b>862,95</b> | <b>138,40</b> |

Зав. Столовой \_\_\_\_\_

Мед. Работник

*[Signature]*





УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ СОШ

## МЕНЮ

### Горячий обед Возрастная категория с 7-11 лет

10 день

«11» октября 2024г.

| Наименование блюда                   | Выход      | Химический состав |              |               |               | Цена          |
|--------------------------------------|------------|-------------------|--------------|---------------|---------------|---------------|
|                                      |            | Белки,г           | Жиры,г       | Угл.,г        | ЭЦ,ккал       |               |
| Салат из моркови с сыром             | 60         | 1,15              | 2,08         | 6,69          | 53,69         | 17,01         |
| Рассольник Ленинградский со сметаной | 200        | 8,04              | 5,02         | 15,07         | 187,25        | 26,82         |
| Рагу овощное с птицей                | 210        | 9,32              | 18,12        | 42,15         | 273,54        | 74,96         |
| Компот из ягодной смеси              | 200        | 1,10              | 0,00         | 13,02         | 87,01         | 11,53         |
| Хлеб "Николаевский" (нарезной)       | 50         | 3,30              | 0,60         | 17,10         | 86,00         | 4,31          |
| Хлеб "Свежий" витамин. пшен.         | 50         | 4,05              | 0,50         | 24,40         | 97,00         | 3,77          |
| <b>Стоимость дня</b>                 | <b>770</b> | <b>26,96</b>      | <b>26,32</b> | <b>118,43</b> | <b>784,49</b> | <b>138,40</b> |

Зав. Столовой \_\_\_\_\_

Мед. Работник  \_\_\_\_\_

