



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОПИ



МЕНЮ

Горячий обед

Возрастная категория с 7-11 лет

6 день

«09» декабря 2024г.

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	10,41
Рассольник Ленинградский со сметаной	250	3,30	7,02	18,23	167,12	16,75
Рыба запеченная	90	13,02	8,17	6,79	171,43	72,94
Соус сметанно - томатный	30	2,20	4,05	4,86	114,10	3,54
Пюре картофельное	160	2,47	3,97	25,01	119,25	27,61
Чай с сахаром	200	0,01	0,00	9,98	39,98	1,23
Хлеб "Николаевский" (нарезной)	25	1,65	0,30	8,55	43,00	2,15
Хлеб "Свежий" витамин. пшен.	50	4,05	0,50	24,40	97,00	3,77
Стоимость дня	865	28,20	29,01	111,72	862,88	138,40

Зав. Столовой _____

Мед. Работник _____





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ



МЕНЮ

Горячий обед

Возрастная категория с 7-11 лет

7 день

«10» декабря 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 гречками	220	7,10	8,60	37,51	203,14	28,14
Котлета столовая (говядина)	90	12,05	8,62	19,88	189,65	57,30
Капуста тушеная	150	3,50	5,10	17,89	142,63	19,39
Напиток из изюма	200	0,12	0,12	15,06	62,28	10,33
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
Стоимость дня	775	27,05	28,19	121,57	860,30	138,40

Зав. Столовой _____

Мед. Работник





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ



МЕНЮ

Горячий обед

Возрастная категория с 7-11 лет

8 день

«11» декабря 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	21,25
Щи из свежей капусты с птицей и	220	4,12	6,10	22,12	123,25	23,64
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	9,39
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
Стоимость дня	787	26,30	29,02	111,99	861,39	138,40

Зав. Столовой _____

Мед. Работник _____





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ

Таш



МЕНЮ

Горячий обед Возрастная категория с 7-11 лет

9 день

«12» декабря 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	24,22
Гуляш из мяса	100	11,19	11,75	3,06	230,36	55,65
Макароны отварные	150	5,82	1,90	35,01	176,00	14,37
Напиток из клубники	200	0,00	0,00	23,00	111,00	12,06
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
Стоимость дня	775	26,62	27,54	114,55	862,95	138,40

Зав. Столовой _____

Мед. Работник

Мед. Работник





МЕНЮ

Горячий обед

Возрастная категория с 7-11 лет

10 день

«13» декабря 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	17,18
Рассольник Ленинградский со	200	8,04	5,02	15,07	187,25	25,99
Рагу овощное с птицей	210	9,32	18,12	42,15	273,54	73,58
Компот из ягодной смеси	200	1,10	0,00	13,02	87,01	13,57
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
Стоимость дня	770	26,96	26,32	118,43	784,49	138,40

Зав. Столовой _____

Мед. Работник





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОИ



МЕНЮ

Горячий обед Возрастная категория с 7-11 лет

11 день

«16» декабря 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Белокочанная капуста с морковью	80	0,96	3,08	5,76	72,74	8,73
Суп картофельный со сметаной	250	3,33	4,05	16,08	147,43	18,70
Птица тушеная с овощами	90	14,14	15,42	12,59	254,18	56,64
Картофель отварной с маслом	160	3,87	3,11	37,25	192,47	36,08
Напиток из смородины	200	0,10	0,00	19,25	47,90	13,84
Хлеб "Николаевский" (нарезной)	25	1,98	0,36	10,26	51,60	2,15
Хлеб "Свежий" витамин. пшен.	30	1,97	0,25	13,28	90,00	2,26
Стоимость дня	835	26,35	26,27	114,47	856,32	138,40

Зав. Столовой _____

Мед. Работник 

