

УТВЕРЖДАЮ

Директор муниципального бюджетного  
общеобразовательного учреждения

«Средняя общеобразовательная школа № 7»  
имени Грановского Юрия Антоновича



А.М. Ковалев

20 23 года

10 ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ТБИЛИССКИЙ РАЙОН  
МБОУ «СОШ № 7» им. Грановского Ю.А.  
возрастной группы 12 лет и старше,  
в том числе обучающихся с ОВЗ и детей-инвалидов  
(завтрак)

ст-ца Тбилисская  
2023 год

1 недел	1 день					
	Завтрак					
	<b>3 Бутерброд с сыром и маслом сл.</b>	<b>50</b>				
	масло слив	5				
	сыр российский	15				
	хлеб пшеничный или батон	30				
	<b>181 Каша жидкая молоч. из манной крупы</b>	<b>210</b>				
	молоко свеж	100				
	сахар песок	6				
	манная крупа	31				
	масло слив	10				
ттк	<b>Кофейный напиток на молоке</b>	<b>200</b>				
	молоко свеж	100				
	сахар песок	10				
	Кофейный напиток	5				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>50</b>				
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>40</b>				
	обед					
<b>70;71</b>	<b>Овощи натуральные (по сезону)огурец</b>	<b>100</b>				
	соленые огурцы	110				
	<b>124 Щи из свежей капусты с картофелем</b>	<b>250</b>				
	картофель	30				
	капуста св. белокачан	50				
	лук	10				
	морковь	10				
	томат	3				
	масло слив	5				
	<b>268 шницель мясной рубленый</b>	<b>100</b>				
	говядина	83				
	молоко или вода	20				
	хлеб пшеничный	7				
	сухари	13				
	масло растит	3				

	лук репчатый	6				
<b>303</b>	<b>Каша вязкая (пшеничная)</b>	<b>180</b>				
	крупя пшеничная	35				
	масло слив	6				
<b>пр.п</b>	<b>Кисломол.продукт (йогурт питев. 2,5%)</b>	<b>200</b>				
	<b>Фрукты свежие</b>	<b>100</b>				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>60</b>				
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>50</b>				
	полдник					
<b>209</b>	<b>яйцо вареное</b>	<b>40</b>				
<b>пр.п</b>	<b>Булочка</b>	<b>50</b>				
<b>385</b>	<b>Молоко в упаковке тетрапак</b>	<b>200</b>				
<b>1 неделя 2 день</b>						
	Завтрак 2 день					
<b>ттк</b>	<b>Овощи порционно (капуста квашенная)</b>	<b>100</b>				
	капуста квашен	116				
	лук репчат	2				
	сахар	2				
	масло растительное	5				
<b>437</b>	<b>Гуляш</b>	<b>120</b>				
	говядина	88				
	масло растительное	5				
	лук репчат	10				
	томат	5				
	мука	3				
<b>309</b>	<b>Макаронные изделия отварные</b>	<b>180</b>				
	Макаронные изделия	63				
	масло слив	7				
	соль	2				
<b>пр.п</b>	<b>Кисель из сока плодового</b>	<b>200</b>				
	сок фруктофый	60				
	крахмал	10				

	сахар	10			
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>50</b>			
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>40</b>			
	обед				
	<b>овощи порционно (соленый помидор)</b>	<b>100</b>			
	помидор соленый	110			
<b>139</b>	<b>Суп картофельный с бобовыми</b>	<b>250</b>			
	горох колотый	20			
	картофель	50			
	лук репчатый	10			
	морковь	13			
	масло слив	5			
<b>232</b>	<b>Рыба, запеченная в сметанном соусе</b>	<b>120</b>			
	филе трески	105			
	мука пшеничная	3			
	масло растительное	5			
	сыр российск	2,5			
	масло слив	5			
	сметана	10			
	мука пшеничная	3			
<b>312</b>	<b>Картофельное пюре</b>	<b>180</b>			
	картофель	153			
	молоко	27			
	масло слив	6			
<b>376</b>	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>			
	чай заварка	0,8			
	сахар песок	15			
	<b>Фрукты свежие</b>	<b>100</b>			
	<b>Кондитерское изделие - печенье</b>	<b>22</b>			
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>60</b>			
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>50</b>			
	полдник				
<b>208</b>	<b>Лапшевник с творогом</b>	<b>150</b>			

	лапша	37,5				
	творог	50				
	сахар	5				
	масло растительное	3				
	сухари	3				
	масло слив	6				
	сметана	4				
<b>пр.п</b>	<b>Сок фруктовый</b>	<b>200</b>				
<b>1 недел</b>	<b>3 день</b>					
	Завтрак					
<b>78</b>	<b>Икра свекольная</b>	<b>100</b>				
	свекла	78				
	лук репчатый	11				
	масло растительное	5				
	томат	16				
	сахар	0,75				
<b>492</b>	<b>Плов из птицы</b>	<b>185</b>				
	птица	107				
	масло слив	8				
	лук репчатый	8				
	морковь	8				
	томат паста	5				
	рис	45				
<b>388</b>	<b>Напиток из плодов шиповника</b>	<b>200</b>				
	плоды шиповника	20				
	сахар	10				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>50</b>				
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>40</b>				
	обед					
<b>132</b>	<b>Рассольник ленинградский</b>	<b>250</b>				
	масло слив	5				
	огурцы солен	15				

	перловка	5				
	картофель	75				
	лук репчатый	5				
	морковь	10				
<b>223</b>	<b>Запеканка из творога с молоком сгуц.</b>	<b>180</b>				
	творог	141				
	манная крупа	10				
	сахар	12				
	яйцо	6				
	масло слив	6				
	сметана	6				
	сгущен молоко	20				
<b>пр.п</b>	<b>Кисломол.продукт (йогурт питьев. 2,5%)</b>	<b>200</b>				
	<b>фрукты апельсин</b>	<b>200</b>				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>60</b>				
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>50</b>				
	полдник					
<b>15</b>	<b>Сыр порциями</b>	<b>20</b>				
<b>120</b>	<b>Суп молочный с макаронными изделиям</b>	<b>200</b>				
	молоко	100				
	макароны	16				
	масло слив	8				
	сахар	6				
<b>ттк</b>	<b>Какао с молоком</b>	<b>200</b>				
	какао порошок	4				
	сахар	10				
	молоко	100				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>40</b>				
<b>1 недел</b>	<b>4 день</b>					
	Завтрак					
<b>пр.п</b>	<b>Горошек зеленый консервированный</b>	<b>100</b>				

	Горошек зеленый консервированный	153				
	<b>Шницель мясной натуральный</b>	<b>100</b>				
	говядина	81				
	лук репчат	5				
	яйцо	4				
	молоко или вода	7				
	сухари	11				
	масло растительное	6				
<b>310</b>	<b>Картофель отварной</b>	<b>180</b>				
	масло слив	6				
	Картофель отварной	180				
пр.п	Сок фруктовый	200				
	Кондитерское изделие - печенье	22				
	Фрукты свежие	100				
	Хлеб пшеничный	50				
	Хлеб ржаной	40				
	обед					
<b>70;71</b>	<b>Овощи натуральные (по сезону)помидор</b>	<b>100</b>				
	соленый помидор	110				
<b>110</b>	<b>Борщ с капустой и картофелем</b>	<b>250</b>				
	свекла	40				
	Картофель	20				
	капуста св	20				
	лук репчат	10				
	морковь	13				
	масло растительное	5				
	сахар	3				
	томат	3				
<b>258</b>	<b>Мясо духовое</b>	<b>200</b>				
	говядина	83				
	картофель	100				
	лук репчат	6				
	морковь	10				

	масло растительное	6				
<b>ттк</b>	<b>Кофейный напиток на молоке</b>	<b>200</b>				
	молоко	100				
	кофейный напиток	5				
	сахар	10				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>60</b>				
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>50</b>				
	полдник					
<b>401</b>	<b>Оладьи с молоком сгущ</b>	<b>150</b>				
	мука	61				
	яйцо	5				
	молоко свеж	61				
	молоко сгущенное	20				
	сахар	2				
	дрожжи	1				
<b>378</b>	<b>Чай с молоком</b>	<b>200</b>				
	молоко свеж	51				
	чай	0,8				
	сахар	15				
<b>1 недел</b>	<b>5 день</b>					
	Завтрак					
<b>пр.п</b>	<b>Салат из моркови</b>	<b>100</b>				
	салат морковь	100				
<b>255</b>	<b>Печень по-строгановски</b>	<b>120</b>				
	печень говяжья	156				
	масло растительное	6				
	масло сливочн	1				
	сметана	12,5				
	мука	3,5				
	лук репчат	10				
	соль	0,8				
<b>303</b>	<b>Каша вязкая (гречневая)</b>	<b>180</b>				
	гречка	45				

	масло сливочн	6				
<b>ттк</b>	<b>Компот из сухофруктов</b>	<b>200</b>				
	смесь сухофруктов	20				
	сахар	10				
	<b>Фрукты свежие</b>	<b>100</b>				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>50</b>				
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>40</b>				
	обед					
<b>70;71</b>	<b>Овощи натуральные (по сезону)огурец</b>	<b>100</b>				
	солен огурец	110				
<b>112</b>	<b>Суп с мак. изд. и картофелем</b>	<b>250</b>				
	масло растительное	5				
	макарон изд.	12,5				
	картофель	50				
	лук репчат	10				
	морковь	10				
	томат	2,5				
<b>288</b>	<b>Птица отварная</b>	<b>100</b>				
	Птица	128				
	лук репчат	2,2				
	масло слив	5				
<b>142</b>	<b>Картофель и овощи, тушенные в соусе</b>	<b>180</b>				
	масло растительное	8,4				
	картофель	166				
	лук репчат	7				
	морковь	8				
	соус сметанный	30				
	сметана	8				
	мука	3				
	соль	0,2				
	томат	3				
<b>пр.п</b>	<b>Кисель из сока плодового</b>	<b>200</b>				
	сок фруктовый	60				

	крахмал	10			
	сахар песок	10			
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>60</b>			
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>50</b>			
	полдник				
<b>211</b>	<b>Омлет с сыром и маслом</b>	<b>150</b>			
	масло слив	4			
	яйцо	109			
	молоко	30			
	сыр российс	22			
	масло сливочное	10			
пр.п	<b>Кисломол.продукт (йогурт питьев. 2,5%)</b>	<b>200</b>			
<b>2 неде</b>	<b>6 день</b>				
	Завтрак				
пр.п	<b>Горошек зеленый консервированный</b>	<b>100</b>			
	горошек консерв	153			
<b>211</b>	<b>Омлет с сыром</b>	<b>180</b>			
	масло слив	4			
	яйцо	92			
	молоко	60			
	сыр рос	27			
	масло слив	10			
ттк	<b>Кофейный напиток на молоке</b>	<b>200</b>			
	молоко	100			
	кофейный напиток	5			
	сахар	10			
	<b>Фрукты свежие</b>	<b>100</b>			
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>50</b>			
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>40</b>			
	обед				
<b>70;71</b>	<b>Овощи натуральные (по сезону) помидо</b>	<b>100</b>			

	соленый помидор	110				
<b>110</b>	<b>Борщ с капустой и картофелем</b>	<b>250</b>				
	свекла	40				
	Картофель	20				
	капуста св	20				
	лук репчат	10				
	морковь	13				
	масло растительное	5				
	сахар	3				
	томат	3				
<b>244</b>	<b>Плов из отварной говядины</b>	<b>190</b>				
	говядина	85,5				
	масло растительное	10				
	рис	43				
	лук репчат	10				
	морковь	10				
	соль					
	томат паста	8				
пр.п	Сок фруктовый	200				
	Кондитерское изделие - печенье	22				
	Хлеб пшеничный	60				
	Хлеб ржаной	50				
	полдник					
<b>120</b>	<b>Суп молочный с макаронными изделиям</b>	<b>200</b>				
	молоко	100				
	макароны	16				
	масло слив	8				
	сахар	6				
пр.п	Кисломол.продукт (йогурт питьев. 2,5%)	200				
	Хлеб пшеничный	40				
<b>2 неде</b>	<b>7 день</b>					
	Завтрак					
<b>70;71</b>	<b>Овощи натуральные (по сезону) огурец</b>	<b>100</b>				

	соленые огурцы	110				
<b>259</b>	<b>Жаркое по-домашнему</b>	<b>180</b>				
	говядина	81				
	масло растительное	5				
	картофель	100				
	лук репчат	10				
	томат	2,3				
<b>378</b>	<b>Чай с молоком</b>	<b>200</b>				
	чай заварка	0,8				
	сахар	15				
	молоко	51				
	<b>Фрукты свежие</b>	<b>100</b>				
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>40</b>				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>50</b>				
	обед					
<b>тتك</b>	<b>Овощи порционно (капуста квашенная)</b>	<b>100</b>				
	капуста квашен	116				
	лук репчат	2				
	сахар	2				
	масло растительное	5				
<b>139</b>	<b>Суп картофельный с бобовыми</b>	<b>250</b>				
	горох колотый	20				
	картофель	50				
	лук репчатый	10				
	морковь	13				
	масло слив	5				
<b>229</b>	<b>Рыба, тушенная в томате с овощами</b>	<b>120</b>				
	филе трески	97				
	масло растительное	5				
	лук реп	9				
	морковь	46				
	томат	10				
<b>304</b>	<b>Рис отварной</b>	<b>180</b>				

		рис	65			
		масло слив	8			
<b>349</b>	<b>Компот из сухофруктов</b>		<b>200</b>			
		сухофрукты	20			
		сахар	10			
	<b>Хлеб пшеничный</b>		<b>60</b>			
	<b>Хлеб ржаной</b>		<b>50</b>			
	<b>итого</b>	<b>870</b>				
	полдник					
пр.п	<b>Булочка</b>		<b>50</b>			
пр.п	<b>Кисель из сока плодового</b>		<b>200</b>			
		сок фруктовый	60			
		крахмал	10			
		сахар песок	10			
	<b>итого</b>	<b>320</b>				
<b>2 неде</b>	<b>8 день</b>					
	Завтрак					
<b>223</b>	<b>Запеканка из творога с молоком сгущ.</b>		<b>180</b>			
		творог	141			
		манная крупа	10			
		сахар	12			
		яйцо	6			
		масло слив	6			
		сметана	6			
		сгущен молоко	20			
	<b>Хлеб пшеничный</b>		<b>60</b>			
	<b>Фрукты свежие (апельсин)</b>		<b>200</b>			
	<b>Кондитерское изделие - печенье</b>		<b>22</b>			
пр.п	<b>Кисломол.продукт (йогурт питьев.2,5%)</b>		<b>200</b>			
	<b>итого</b>	<b>632</b>				
	обед					
<b>70;71</b>	<b>Овощи натуральные (по сезону)помидор</b>		<b>100</b>			
	помидор соленый		110			

<b>131</b>	<b>Рассольник домашний</b>	<b>250</b>				
	масло сливочное	5				
	картофель	75				
	капуста све	20				
	лук	10				
	морковь	10				
	огурец соленый	17				
<b>289</b>	<b>Рагу из птицы</b>	<b>180</b>				
	птица	82				
	картофель	78				
	лук	9				
	морковь	20				
	масло растительное	6				
	томат	2				
	мука	1				
<b>377</b>	<b>Чай с сахаром и лимоном</b>	<b>200</b>				
	чай заварка	0,8				
	сахар песок	10				
	лимон свеж	7				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>60</b>				
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>50</b>				
	<b>итого</b>	<b>750</b>				
	полдник					
<b>пр.п</b>	<b>Блинчики с вар. сгущенкой</b>	<b>130</b>				
<b>388</b>	<b>Напиток из плодов шиповника</b>	<b>200</b>				
	плоды шиповника	20				
	сахар	10				
	<b>итого</b>	<b>330</b>				
<b>2 неде</b>	<b>9 день</b>					
	Завтрак					
<b>пр.п</b>	<b>Салат из свеклы</b>	<b>100</b>				
	салат свекла	100				
<b>232</b>	<b>Рыба, запеченная в сметанном соусе</b>	<b>120</b>				

	филе трески	105				
	мука пшеничная	3				
	масло растительное	5				
	сыр российск	2,5				
	масло слив	5				
	сметана	10				
	мука пшеничная	3				
<b>312</b>	<b>Картофельное пюре</b>	<b>180</b>				
	картофель	153				
	молоко	27				
	масло слив	6				
<b>пр.п</b>	<b>Сок фруктовый</b>	<b>200</b>				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>50</b>				
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>40</b>				
	<b>итого</b>	<b>570</b>				
	обед					
<b>тتك</b>	<b>Овощи порционно (капуста квашенная)</b>	<b>100</b>				
	капуста квашен	116				
	лук репчат	2				
	сахар	2				
	масло растительное	5				
<b>109</b>	<b>Борщ</b>	<b>250</b>				
	масло слив					
	свекла	40				
	капуста свеж	30				
	лук	10				
	морковь	10				
	томат	8				
	сахар	3				
	кислота лимонная	0,12				
<b>261</b>	<b>Печень, тушенная в соусе</b>	<b>120</b>				
	печень говяжья	127				
	масло слив	6				

	соус сметанный	50				
	сметана	13				
	мука	4				
	лук реп	10				
	масло слив	1				
	соль	0,3				
<b>303</b>	<b>Каша вязкая (гречневая)</b>	<b>180</b>				
	гречка	45				
	масло сливочн	6				
<b>пр.п</b>	<b>Кисель из сока плодового</b>	<b>200</b>				
	сок фруктовый	60				
	крахмал	10				
	сахар песок	10				
	<b>Фрукты свежие</b>	<b>100</b>				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>60</b>				
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>50</b>				
	<b>итого</b>	<b>950</b>				
	полдник					
<b>222</b>	<b>Пудинг из творога с молоко сгуц</b>	<b>150</b>				
	творог	110				
	манка	10				
	сахар	5				
	яйцо	3				
	изюм	5				
	сметана	8				
	масло сливочное	4				
	сгущенное молоко	15				
	<b>чай с сахаром</b>	<b>200</b>				
	чай заварка	0,8				
	сахар	15				
<b>2 неде.</b>	<b>10день</b>					
	Завтрак					
<b>пр.п.</b>	<b>Икра кабачковая</b>	<b>100</b>				

	икра из кабачков	104				
<b>278</b>	<b>Тефтели из говядины 1-й вар. с соусом</b>	<b>100</b>				
	говядина	56,4				
	масло растительное	3				
	хлеб пшеничный	11				
	лук	8				
	<b>соус томатный</b>	<b>30</b>				
	масло слив	1				
	лук	2				
	морковь	2				
	томат	10				
	мука	2				
<b>321</b>	<b>Капуста тушеная</b>	<b>180</b>				
	масло растительное	6				
	капуста свеж	180				
	лук	6				
	морковь	9				
	томат	5				
<b>349</b>	<b>Компот из сухофруктов</b>	<b>200</b>				
	сухофрукты	20				
	сахар	10				
	<b>Кондитерское изделие - печенье</b>	<b>22</b>				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>50</b>				
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>40</b>				
	<b>итого</b>	<b>582</b>				
	обед					
<b>пр.п</b>	<b>Горошек зеленый консервированный</b>	<b>100</b>				
	Горошек зеленый консервированный	153				
<b>138</b>	<b>Суп картофельный с крупой(перловой)</b>	<b>250</b>				
	масло сливочное	3				
	картофель	45				
	перловая	5				
	лук	10				

	морковь	10			
235	<b>Шницель рыбный натуральный</b>	<b>100</b>			
	филе трески	123			
	лук репчат	5			
	яйцо	5			
	молоко или вода	7			
	сухари	12			
	масло растительное	6			
	<b>Рагу из овощей</b>	<b>180</b>			
	масло растительное	6			
	картофель	100			
	капуста свеж	35			
	лук	6			
	морковь	44			
ттк	<b>Какао с молоком</b>	<b>200</b>			
	молоко	100			
	какао порошок	4			
	сахар песок	10			
	<b>Фрукты свежие</b>	<b>100</b>			
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>60</b>			
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>50</b>			
	<b>итого</b>	<b>940</b>			
	полдник				
пр.п	<b>Блинчики с джемом</b>	<b>150</b>			
377	<b>Чай с сахаром и лимоном</b>	<b>200</b>			
	чай заварка	0,8			
	сахар песок	10			
	лимон свеж	7			
	<b>итого</b>	<b>300</b>			