

УТВЕРЖДАЮ

Директор муниципального бюджетного
образовательного учреждения

«Средняя общеобразовательная школа № 7»

имени Грановского Юрия Антоновича



А.М. Ковалев

20 03 года

10 ДНЕВНОЕ МЕНЮ

ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ

МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ТБИЛИССКИЙ РАЙОН

МБОУ «СОШ № 7» им. Грановского Ю.А.

возрастной группы 7-11 лет,

в том числе обучающихся с ОВЗ и детей-инвалидов

(завтрак)

ст-ца Тбилисская

2023 год

1 недел	1 день					
	Завтрак					
	3 Бутерброд с сыром и маслом сл.	50				
	масло слив	5				
	сыр российский	15				
	хлеб пшеничный или батон	30				
	181 Каша жидкая молоч. из манной крупы	210				
	молоко свеж	100				
	сахар песок	6				
	манная крупа	31				
	масло слив	10				
ттк	Кофейный напиток на молоке	200				
	молоко свеж	100				
	сахар песок	10				
	Кофейный напиток	5				
	Хлеб пшеничный	40				
	Хлеб ржаной	30				
	итого	530				
	обед					
70;71	Овощи натуральные (по сезону)огурец	60				
	соленые огурцы	66				
	124 Щи из свежей капусты с картофелем	250				
	картофель	30				
	капуста св. белокачан	50				
	лук	10				
	морковь	10				
	томат	3				
	масло слив	5				
	268 шницель мясной рубленый	90				
	говядина	75				
	молоко или вода	20				
	хлеб пшеничный	6				
	сухари	12				

	масло растит	3				
	лук репчатый	6				
303	Каша вязкая (пшеничная)	150				
	крупка пшеничная	29				
	масло слив	5				
пр.п	Кисломол.продукт (йогурт питев. 2,5%)	200				
	Фрукты свежие	100				
	Хлеб пшеничный	60				
	Хлеб ржаной	30				
	итого	920				
	полдник					
209	яйцо вареное	40				
пр.п	Булочка	50				
385	Молоко в упаковке тетрапак	200				
	итого	300				
1 неделя 2 день						
	Завтрак 2 день					
ттк	Овощи порционно (капуста квашенная)	60				
	капуста квашен	70				
	лук репчат	2				
	сахар	2				
	масло растительное	3				
437	Гуляш	90				
	говядина	79				
	масло растительное	4				
	лук репчат	10				
	томат	3				
	мука	3				
309	Макаронные изделия отварные	150				
	Макаронные изделия	52				
	масло слив	5				
	соль	1,5				

пр.п	Кисель из сока плодового	200				
	сок фруктофый	60				
	крахмал	10				
	сахар	10				
	Хлеб пшеничный	40				
	Хлеб ржаной	30				
	итого	570				
	обед					
	овощи порционно (солёный помидор)	60				
	помидор солёный	66				
139	Суп картофельный с бобовыми	250				
	горох колотый	20				
	картофель	50				
	лук репчатый	10				
	морковь	13				
	масло слив	5				
232	Рыба, запеченная в сметанном соусе	90				
	филе трески	79				
	мука пшеничная	3				
	масло растительное	5				
	сыр российский	2,5				
	масло слив	5				
	сметана	10				
	мука пшеничная	3				
312	Картофельное пюре	150				
	картофель	128				
	молоко	22,5				
	масло слив	5				
376	Чай с сахаром	200				
	чай заварка	0,8				
	сахар песок	15				
	Фрукты свежие	100				
	Кондитерское изделие - печенье	12				

	Хлеб пшеничный	60				
	Хлеб ржаной	30				
	итого	952				
	полдник					
208	Лапшевник с творогом	100				
	лапша	25				
	творог	33				
	сахар	4				
	масло растительное	3				
	сухари	3				
	масло слив	5				
	сметана	3				
пр.п	Сок фруктовый	200				
	итого	300				
1 недел	3 день					
	Завтрак					
78	Икра свекольная	60				
	свекла	47				
	лук репчатый	11				
	масло растительное	5				
	томат	16				
	сахар	0,75				
492	Плов из птицы	185				
	птица	107				
	масло слив	8				
	лук репчатый	8				
	морковь	8				
	томат паста	5				
	рис	45				
	Фрукты свежие (апельсин)	200				
388	Напиток из плодов шиповника	200				
	плоды шиповника	20				

	сахар	10				
	Хлеб пшеничный	40				
	Хлеб ржаной	30				
	итого	715				
	обед					
132	Рассольник ленинградский	250				
	масло слив	5				
	огурцы солен	15				
	перловка	5				
	картофель	75				
	лук репчатый	5				
	морковь	10				
223	Запеканка из творога с молоком сгущ.	180				
	творог	141				
	манная крупа	10				
	сахар	12				
	яйцо	6				
	масло слив	6				
	сметана	6				
	сгущен молоко	20				
пр.п	Кисломол.продукт (йогурт питьев. 2,5%)	200				
	Хлеб пшеничный	60				
	Хлеб ржаной	30				
	итого	720				
	полдник					
15	Сыр порциями	20				
120	Суп молочный с макаронными изделиям	200				
	молоко	100				
	макароны	16				
	масло слив	8				
	сахар	6				
тتك	Какао с молоком	200				
	какао порошок	4				

	сахар	10				
	молоко	100				
	Хлеб пшеничный	20				
	итого	440				
1 недел	4 день					
	Завтрак					
пр.п	Горошек зеленый консервированный	60				
	Горошек зеленый консервированный	92				
235	Шницель рыбный натуральный	90				
	филе трески	81				
	лук репчат	5				
	яйцо	4				
	молоко или вода	7				
	сухари	11				
	масло растительное	6				
310	Картофель отварной	150				
	масло слив	5				
	Картофель отварной	150				
пр.п	Сок фруктовый	200				
	Кондитерское изделие - печенье	12				
	Фрукты свежие	100				
	Хлеб пшеничный	40				
	Хлеб ржаной	30				
	итого	682				
	обед					
70;71	Овощи натуральные (по сезону)помидор	60				
	соленый помидор	66				
110	Борщ с капустой и картофелем	250				
	свекла	40				
	Картофель	20				
	капуста св	20				

	лук репчат	10				
	морковь	13				
	масло растительное	5				
	сахар	3				
	томат	3				
258	Мясо духовое	200				
	говядина	83				
	картофель	100				
	лук репчат	6				
	морковь	10				
	масло растительное	6				
ттк	Кофейный напиток на молоке	200				
	молоко	100				
	кофейный напиток	5				
	сахар	10				
	Хлеб пшеничный	60				
	Хлеб ржаной	30				
	итого	800				
	полдник					
401	Оладьи с молоком сгуц	130				
	мука	53				
	яйцо	5				
	молоко свеж	53				
	молоко сгущенное	20				
	сахар	2				
	дрожжи	1				
378	Чай с молоком	200				
	молоко свеж	51				
	чай	0,8				
	сахар	15				
	итого	330				
1 недел	5 день					
	Завтрак					

пр.п	Салат из моркови	60				
	салат морковь	60				
255	Печень по-строгановски	100				
	печень говяжья	104				
	масло растительное	6				
	масло сливочн	1				
	сметана	12,5				
	мука	3,5				
	лук репчат	10				
	соль	0,8				
303	Каша вязкая (гречневая)	150				
	гречка	37,5				
	масло сливочн	5				
ттк	Компот из сухофруктов	200				
	смесь сухофруктов	20				
	сахар	10				
	Фрукты свежие	100				
	Кондитерское изделие - печенье	12				
	Хлеб пшеничный	40				
	Хлеб ржаной	30				
	итого	692				
	обед					
70;71	Овощи натуральные (по сезону)огурец	60				
	солен огурец	66				
112	Суп с мак. изд. и картофелем	250				
	масло растительное	5				
	макарон изд.	12,5				
	картофель	50				
	лук репчат	10				
	морковь	10				
	томат	2,5				
288	Птица отварная	90				
	Птица	79,2				

	лук репчат	2,2				
	масло слив	5				
142	Картофель и овощи, тушенные в соусе	150				
	масло растительное	8,4				
	картофель	138				
	лук репчат	6				
	морковь	6				
	соус сметанный	30				
	сметана	7,5				
	мука	2,5				
	соль	0,2				
	томат	3				
пр.п	Кисель из сока плодового	200				
	сок фруктовый	60				
	крахмал	10				
	сахар песок	10				
	Хлеб пшеничный	60				
	Хлеб ржаной	30				
	итого	840				
	полдник					
211	Омлет с сыром и маслом	120				
	масло слив	4				
	яйцо	2шт				
	молоко	30				
	сыр российс	16				
	масло сливочное	10				
пр.п	Кисломол.продукт (йогурт питьев. 2,5%)	200				
	итого	350				
2 неде	6 день					
	Завтрак					
пр.п	Горошек зеленый консервированный	60				

	горошек консерв	92				
211	Омлет с сыром	150				
	масло слив	4				
	яйцо	2шт				
	молоко	55				
	сыр рос	22				
	масло слив	10				
ттк	Кофейный напиток на молоке	200				
	молоко	100				
	кофейный напиток	5				
	сахар	10				
	Фрукты свежие	100				
	Хлеб пшеничный	40				
	Хлеб ржаной	30				
	итого	580				
	обед					
70;71	Овощи натуральные (по сезону) помидор	60				
	соленый помидор	66				
110	Борщ с капустой и картофелем	250				
	свекла	40				
	Картофель	20				
	капуста св	20				
	лук репчат	10				
	морковь	13				
	масло растительное	5				
	сахар	3				
	томат	3				
244	Плов из отварной говядины	190				
	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	12			
		Хлеб пшеничный	60			
		Хлеб ржаной	30			
		итого	802			
		полдник				
120		Суп молочный с макаронными изделиям	200			
		молоко	100			
		макароны	16			
		масло слив	8			
		сахар	6			
пр.п		Кисломол.продукт (йогурт питьев. 2,5%)	180			
		Хлеб пшеничный	20			
		итого	400			
		Итого	1782			
2 неде.	7 день					
		Завтрак				
70;71		Овощи натуральные (по сезону) огурец	60			
		соленые огурцы	66			
259		Жаркое по-домашнему	150			
		говядина	73			
		масло растительное	5			
		картофель	80			
		лук репчат	10			
		томат	2,3			
378		Чай с молоком	200			
		чай заварка	0,8			
		сахар	15			
		молоко	51			
		Фрукты свежие	100			
		Хлеб ржаной	30			

	Хлеб пшеничный	40				
	итого	580				
	обед					
ттк	Овощи порционно (капуста квашенная)	60				
	капуста квашен	70				
	лук репчат	2				
	сахар	2				
	масло растительное	3				
139	Суп картофельный с бобовыми	250				
	горох колотый	20				
	картофель	50				
	лук репчатый	10				
	морковь	13				
	масло слив	5				
229	Рыба, тушенная в томате с овощами	120				
	филе трески	97				
	масло растительное	5				
	лук реп	9				
	морковь	46				
	томат	10				
304	Рис отварной	150				
	рис	54				
	масло слив	6				
349	Компот из сухофруктов	200				
	сухофрукты	20				
	сахар	10				
	Хлеб пшеничный	60				
	Хлеб ржаной	30				
	итого	870				
	полдник					
пр.п	Булочка	50				
пр.п	Кисель из сока плодового	200				
	сок фруктовый	60				

	крахмал	10				
	сахар песок	10				
	итого	320				
2 неде	8 день					
	Завтрак					
223	Запеканка из творога с молоком сгуц.	180				
	творог	141				
	манная крупа	10				
	сахар	12				
	яйцо	6				
	масло слив	6				
	сметана	6				
	сгущен молоко	20				
	Хлеб пшеничный	40				
	Фрукты свежие (апельсин)	200				
	Кондитерское изделие - печенье	12				
пр.п	Кисломол.продукт (йогурт питьев.2,5%)	200				
	итого	632				
	обед					
70;71	Овощи натуральные (по сезону)помидор	60				
	помидор соленый	66				
131	Рассольник домашний	250				
	масло сливочное	5				
	картофель	75				
	капуста све	20				
	лук	10				
	морковь	10				
	огурец соленый	17				
289	Рагу из птицы	150				
	птица	76				
	картофель	64				
	лук	8				
	морковь	15				

	масло растительное	6				
	томат	2				
	мука	1				
377	Чай с сахаром и лимоном	200				
	чай заварка	0,8				
	сахар песок	10				
	лимон свеж	7				
	Хлеб пшеничный	60				
	Хлеб ржаной	30				
	итого	750				
	полдник					
пр.п	Блинчики с вар. сгущенкой	130				
388	Напиток из плодов шиповника	200				
	плоды шиповника	20				
	сахар	10				
	итого	330				
2 неде	9 день					
	Завтрак					
пр.п	Салат из свеклы	60				
	салат свекла	60				
232	Рыба, запеченная в сметанном соусе	90				
	филе трески	79				
	мука пшеничная	3				
	масло растительное	5				
	сыр российск	2,5				
	масло слив	5				
	сметана	10				
	мука пшеничная	3				
312	Картофельное пюре	150				
	картофель	128				
	молоко	22,5				
	масло слив	5				
пр.п	Сок фруктовый	200				

	Хлеб пшеничный	40				
	Хлеб ржаной	30				
	итого	570				
	обед					
ттк	Овощи порционно (капуста квашенная)	60				
	капуста квашен	70				
	лук репчат	2				
	сахар	2				
	масло растительное	3				
109	Борщ	250				
	масло слив					
	свекла	40				
	капуста свеж	30				
	лук	10				
	морковь	10				
	томат	8				
	сахар	3				
	кислота лимонная	0,12				
261	Печень, тушенная в соусе	100				
	печень говяжья	99				
	масло слив	5				
	соус сметанный	50				
	сметана	12,5				
	мука	3,5				
	лук реп	10				
	масло слив	1				
	соль	0,3				
303	Каша вязкая (гречневая)	150				
	гречка	37,5				
	масло сливочн	5				
пр.п	Кисель из сока плодового	200				
	сок фруктовый	60				
	крахмал	10				

	сахар песок	10				
	Фрукты свежие	100				
	Хлеб пшеничный	60				
	Хлеб ржаной	30				
	итого	950				
	полдник					
222	Пудинг из творога с молоко сгуц	130				
	творог	90				
	манка	8				
	сахар	5				
	яйцо	3				
	изюм	4				
	сметана	8				
	масло сливочное	4				
	сгущенное молоко	15				
пр.п	Кисломол. Продукт йогурт 2,5%)	200				
	итого	330				
2 неде.	10 день					
	Завтрак					
пр.п.	Икра кабачковая	60				
	икра из кабачков	62				
278	Тефтели из говядины 1-й вар. с соусом	90				
	говядина	50				
	масло растительное	3				
	хлеб пшеничный	10				
	лук	8				
	соус томатный	30				
	масло слив	1				
	лук	2				
	морковь	2				
	томат	10				
	мука	2				
321	Капуста тушеная	150				

	масло растительное	5				
	капуста свеж	150				
	лук	5				
	морковь	8				
	томат	5				
349	Компот из сухофруктов	200				
	сухофрукты	20				
	сахар	10				
	Кондитерское изделие - печенье	12				
	Хлеб пшеничный	40				
	Хлеб ржаной	30				
	итого	582				
	обед					
пр.п	Горошек зеленый консервированный	60				
	Горошек зеленый консервированный	92				
138	Суп картофельный с крупой(перловой)	250				
	масло сливочное	3				
	картофель	45				
	перловая	5				
	лук	10				
	морковь	10				
235	Шницель рыбный натуральный	90				
	филе трески	81				
	лук репчат	5				
	яйцо	4				
	молоко или вода	7				
	сухари	11				
	масло растительное	6				
	Рагу из овощей	150				
	масло растительное	6				
	картофель	75				
	капуста свеж	25				
	лук	6				

	морковь	34				
ттк	Какао с молоком	200				
	молоко	100				
	какао порошок	4				
	сахар песок	10				
	Фрукты свежие	100				
	Хлеб пшеничный	60				
	Хлеб ржаной	30				
	итого	940				
	полдник					
пр.п	Блинчики с джемом	100				
377	Чай с сахаром и лимоном	200				
	чай заварка	0,8				
	сахар песок	10				
	лимон свеж	7				
	итого	300				