

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					
	<b>3</b> Бутерброд с сыром и маслом сл.	<b>50</b>				
	масло слив	5				
	сыр российский	15				
	хлеб пшеничный или батон	30				
	<b>181</b> Каша жидкая молоч. из манной крупы	<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>40</b>				
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>30</b>				
	<b>итого</b>	<b>530</b>				
	обед					
<b>70;71</b>	<b>Овощи натуральные (по сезону)огурец</b>	<b>60</b>				
	соленые огурцы	66				
	<b>124</b> <b>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</b> <b>шницель мясной рубленый</b>	<b>90</b>				
	говядина	75				
	молоко или вода	20				
	хлеб пшеничный	6				
	сухари	12				

	масло растит	3				
	лук репчатый	6				
<b>303</b>	<b>Каша вязкая (пшеничная)</b>	<b>150</b>				
	крупка пшеничная	29				
	масло слив	5				
<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>30</b>				
	<b>итого</b>	<b>920</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>итого</b>	<b>300</b>				
<b>1 неделя 2 день</b>						
	Завтрак 2 день					
<b>ттк</b>	<b>Овощи порционно (капуста квашенная)</b>	<b>60</b>				
	капуста квашен	70				
	лук репчат	2				
	сахар	2				
	масло растительное	3				
<b>437</b>	<b>Гуляш</b>	<b>90</b>				
	говядина	79				
	масло растительное	4				
	лук репчат	10				
	томат	3				
	мука	3				
<b>309</b>	<b>Макаронные изделия отварные</b>	<b>150</b>				
	Макаронные изделия	52				
	масло слив	5				
	соль	1,5				



пр.п	Кисель из сока плодового	200				
	сок фруктофый	60				
	крахмал	10				
	сахар	10				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>40</b>				
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>30</b>				
	<b>итого</b>	<b>570</b>				
	обед					
	<b>овощи порционно (соленый помидор)</b>	<b>60</b>				
	помидор соленый	66				
139	<b>Суп картофельный с бобовыми</b>	<b>250</b>				
	горох колотый	20				
	картофель	50				
	лук репчатый	10				
	морковь	13				
	масло слив	5				
232	<b>Рыба, запеченная в сметанном соусе</b>	<b>90</b>				
	филе трески	79				
	мука пшеничная	3				
	масло растительное	5				
	сыр российск	2,5				
	масло слив	5				
	сметана	10				
	мука пшеничная	3				
312	<b>Картофельное пюре</b>	<b>150</b>				
	картофель	128				
	молоко	22,5				
	масло слив	5				
376	<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>12</b>				



	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				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>40</b>				
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>30</b>				
	<b>итого</b>	<b>715</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 сгущ.</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>Хлеб пшеничный</b>	<b>60</b>				
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>30</b>				
	<b>итого</b>	<b>720</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>тتك</b>	<b>Какао с молоком</b>	<b>200</b>				
	какао порошок	4				

	сахар	10				
	молоко	100				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>20</b>				
	<b>итого</b>	<b>440</b>				
<b>1 недел</b>	<b>4 день</b>					
	Завтрак					
<b>пр.п</b>	<b>Горошек зеленый консервированный</b>	<b>60</b>				
	Горошек зеленый консервированный	92				
<b>235</b>	<b>Шницель рыбный натуральный</b>	<b>90</b>				
	филе трески	81				
	лук репчат	5				
	яйцо	4				
	молоко или вода	7				
	сухари	11				
	масло растительное	6				
<b>310</b>	<b>Картофель отварной</b>	<b>150</b>				
	масло слив	5				
	Картофель отварной	150				
<b>пр.п</b>	<b>Сок фруктовый</b>	<b>200</b>				
	Кондитерское изделие - печенье	12				
	Фрукты свежие	100				
	Хлеб пшеничный	40				
	Хлеб ржаной	30				
	<b>итого</b>	<b>682</b>				
	обед					
<b>70;71</b>	<b>Овощи натуральные (по сезону)помидор</b>	<b>60</b>				
	соленый помидор	66				
<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>30</b>				
	<b>итого</b>	<b>800</b>				
	полдник					
<b>401</b>	<b>Оладьи с молоком сгущ</b>	<b>130</b>				
	мука	53				
	яйцо	5				
	молоко свеж	53				
	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>итого</b>	<b>330</b>				
<b>1 недел</b>	<b>5 день</b>					
	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				
<b>142</b>	<b>Картофель и овощи, тушенные в соусе</b>	<b>150</b>				
	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				
<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>30</b>				
	<b>итого</b>	<b>840</b>				
	полдник					
<b>211</b>	<b>Омлет с сыром и маслом</b>	<b>120</b>				
	масло слив	4				
	яйцо	2шт				
	молоко	30				
	сыр российс	16				
	масло сливочное	10				
<b>пр.п</b>	<b>Кисломол.продукт (йогурт питьев. 2,5%)</b>	<b>200</b>				
	<b>итого</b>	<b>350</b>				
<b>2 неде</b>	<b>6 день</b>					
	Завтрак					
<b>пр.п</b>	<b>Горошек зеленый консервированный</b>	<b>60</b>				



	горошек консерв	92				
<b>211</b>	<b>Омлет с сыром</b>	<b>150</b>				
	масло слив	4				
	яйцо	2шт				
	молоко	55				
	сыр рос	22				
	масло слив	10				
<b>ттк</b>	<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>40</b>				
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>30</b>				
	<b>итого</b>	<b>580</b>				
	обед					
<b>70;71</b>	<b>Овощи натуральные (по сезону) помидор</b>	<b>60</b>				
	соленый помидор	66				
<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	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				
	<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>40</b>				
	<b>Фрукты свежие (апельсин)</b>	<b>200</b>				
	<b>Кондитерское изделие - печенье</b>	<b>12</b>				
<b>пр.п</b>	<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>60</b>				
	помидор соленый	66				
<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>150</b>				
	птица	76				
	картофель	64				
	лук	8				
	морковь	15				

	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>30</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>60</b>				
	салат свекла	60				
<b>232</b>	<b>Рыба, запеченная в сметанном соусе</b>	<b>90</b>				
	филе трески	79				
	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>150</b>				
	картофель	128				
	молоко	22,5				
	масло слив	5				
<b>пр.п</b>	<b>Сок фруктовый</b>	<b>200</b>				

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

	масло растительное	5				
	капуста свеж	150				
	лук	5				
	морковь	8				
	томат	5				
<b>349</b>	<b>Компот из сухофруктов</b>	<b>200</b>				
	сухофрукты	20				
	сахар	10				
	<b>Кондитерское изделие - печенье</b>	<b>12</b>				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>40</b>				
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>30</b>				
	<b>итого</b>	<b>582</b>				
	обед					
<b>пр.п</b>	<b>Горошек зеленый консервированный</b>	<b>60</b>				
	Горошек зеленый консервированный	92				
<b>138</b>	<b>Суп картофельный с крупой(перловой)</b>	<b>250</b>				
	масло сливочное	3				
	картофель	45				
	перловая	5				
	лук	10				
	морковь	10				
<b>235</b>	<b>Шницель рыбный натуральный</b>	<b>90</b>				
	филе трески	81				
	лук репчат	5				
	яйцо	4				
	молоко или вода	7				
	сухари	11				
	масло растительное	6				
	<b>Рагу из овощей</b>	<b>150</b>				
	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				
	<b>Фрукты свежие</b>	<b>100</b>				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>60</b>				
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>30</b>				
	<b>итого</b>	<b>940</b>				
	полдник					
пр.п	<b>Блинчики с джемом</b>	<b>100</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>				