



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ

Комарова

Павлов



МЕНЮ

«17» января 2022г.



Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Салат из свежей капусты морковью	80	0,99	3,05	5,66	54,48	6,48
Фрикадельки в соусе	80/30	8,01	9,00	19,43	180,00	35,09
Гречка рассыпчатая	150	4,00	5,28	28,62	187,05	11,66
Фрукт (яблоко) 1 шт	70	0,02	0,00	7,20	34,60	19,50
Чай с лимоном и апельсином "Цитрусовый заряд"	200/10/10	2,00	0,00	15,50	62,80	3,88
Хлеб "Рябинушка" пшеничный витаминизированный	25	1,97	0,22	13,28	56,74	1,76
Хлеб Дарницкий (нарезной)	25	1,12	0,22	11,58	55,25	1,63
Стоимость дня						80,00

Зав. Столовой _____

Мед. Работник *[Signature]*





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ

Комарова И.Б.



МЕНЮ

« 17 » января 2022г.

Горячий обед



Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Салат из свежих огурцов с перцем	60	0,80	3,00	2,80	41,40	19,97
Рассольник Ленинградский со сметаной	250/12/5	4,80	50,20	15,07	99,02	28,68
Рагу овощное с мясом	200	8,00	11,90	35,25	223,70	49,60
Компот из ягодной смеси	200	0,10	0,00	12,78	47,90	7,96
Хлеб "Дарницкий" (нарезной)	25	1,65	0,30	8,55	43,00	1,63
Хлеб пшеничный "Рябинушка"	25	2,25	0,25	12,20	48,50	1,76
Стоимость дня					109,6	109,60

Зав. Столовой _____

Мед. Работник *И.Б.* _____





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ

Каширова



МЕНЮ

« 18 » января 2022г.



Горячий завтрак

8день

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Нарезка из отварной свеклы	60	0,98	0,10	5,28	20,20	4,85
Сердце говяжье в соусе	50/50	5,50	3,15	2,50	56,50	44,24
Макаронны отварные	150	5,82	1,90	37,08	176,00	12,41
Кофейный напиток	200	2,10	2,90	21,40	124,00	14,44
Хлеб "Рябинушка"пшеничный	30	1,10	0,20	14,10	62,00	2,11
Хлеб Дарницкий (нарезной)	30	2,00	0,60	16,20	77,80	1,95
Стоимость дня						80,00

Зав. Столовой _____

Мед. Работник *[Signature]* _____





УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ

Полуп
Камарова Н.Б.



МЕНЮ

« 18 » января 2022г.

Горячий обед

8 день

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Салат из огурцов с маслом и зеленью	80	0,42	3,05	1,14	47,46	20,64
Щи из свежей капусты с картофелем,	250/12/5	4,77	9,10	8,80	178,92	19,03
Кура запеченая	100	16,20	15,10	2,10	203,50	38,43
Рис отварной	150	3,64	5,37	36,69	209,7	16,52
Компот из ягодной смеси	200	0,12	0,12	12,68	47,9	11,59
Хлеб "Дарницкий" (нарезной)	25	1,65	0,30	8,55	43,00	1,63
Хлеб пшеничный "Рябинушка"	25	2,25	0,25	12,20	48,50	1,76
Стоимость дня					109,6	109,60

Зав. Столовой

Мед. Работник

[Signature]





УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ

Кочарова А.В.



МЕНЮ

« 19 » января 2022г.



Горячий завтрак

11 день

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Бутерброд с маслом	30/10	1,6	8,7	9,9	124	11,94
Каша пшеничная с маслом	200/2	2,01	13,10	28,23	180,00	12,00
Сырники из творога со сгущенным молоком (2шт)	100/10	15,00	6,00	19,86	227,45	51,57
Чай с лимоном	200/2	0,01	0,00	9,98	39,98	2,86
Хлеб "Рябинушка" пшеничный	25	1,97	0,22	13,28	85,00	1,63
Стоимость дня						80,00

Зав. Столовой _____

Мед. Работник *[Signature]* _____





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ

Получено
Гомарова



МЕНЮ

« 19 » января 2022г.

Горячий обед

11 день

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Обед						
Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,96	3,08	5,76	54,56	6,72
Суп картофельный со сметаной	250/5	3,33	4,05	13,21	147,43	13,60
Говядина тушеная с овощами	90	14,14	15,37	12,59	197,70	58,99
Картофель отварной с маслом сливочным	150	3,05	3,11	26,85	147,59	21,31
Компот из ягодной смеси	200	0,10	0,00	12,68	47,90	5,59
Хлеб "Дарницкий" (нарезка)	25	1,65	0,30	8,55	43,00	1,63
Хлеб пшеничный "Рябинушка" витаминизированный	25	2,25	0,25	12,20	48,50	1,76
Стоимость дня					109,6	109,60

Зав. Столовой

Мед. Работник

[Signature]





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ

Полуф
Комарова А.В.



МЕНЮ

« 20 » января 2022г.



Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Горячий бутерброд с сыром	25/10/8	5,55	9,75	15,75	172,50	17,33
Суп гороховый	250/12	9,10	8,60	32,50	185,00	14,18
Фрукт (Апельсин)	200	0,66	0,38	14,25	120,00	33,80
Какао с молоком	200	3,80	4,54	18,58	119,05	13,06
Хлеб Дарницкий (нарезной)	25	1,40	0,20	18,80	81,30	1,63
Стоимость дня						80,00

Зав. Столовой _____

Мед. Работник *[Signature]* _____





УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ

Комарова



МЕНЮ

« 20 » января 2022г.

Горячий обед

12 день

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Нарезка из соленых огурцов	45	0,42	3,05	1,14	47,46	15,51
Суп с рыбными консервами	250/30	8,60	13,36	19,60	246,58	26,59
Сердце говяжье в соусе	50/50	10,30	8,30	9,00	134,85	43,24
Макароны отварные	150	5,82	1,90	37,08	176,00	8,31
Кисель с витаминами "Витошка"	200	0,08	0,08	13,94	57,28	12,56
Хлеб "Дарницкий" (нарезка)	25	1,65	0,30	8,55	43,00	1,63
Хлеб пшеничный "Рябинушка" витаминизированный	25	2,25	0,25	12,20	48,50	1,76
Стоимость дня					109,6	109,60

Зав. Столовой

Мед. Работник

[Signature]





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ

Колесникова



МЕНЮ

« 21 » января 2022г.

Горячий завтрак

14день

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Кукуруза свежая на поджаривание	60	1,86	0,10	3,90	24,00	15,42
Жаркое по - домашнему	200	8,50	5,70	19,45	193,47	47,81
Слойка с повидлом	50	2,43	9,00	30,23	163,00	13,76
Чай с сахаром	200	0,01	0,00	9,98	39,98	1,38
Хлеб Дарницкий (нарезной)	25	1,65	0,30	8,55	43,00	1,63
Стоимость дня						80,00

Зав. Столовой _____

Мед. Работник *[Signature]* _____





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ

Кошарова



МЕНЮ

« 21 » января 2022г.



Горячий обед

14 день

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,80	11,36
Рыбный суп	250/20	7,94	5,25	15,18	175,00	23,28
Фрикасе	95	15,87	8,02	4,22	195,00	46,31
Макароны отварные	150	5,82	4,49	39,73	212,15	13,34
Компот из ягодной смеси	200			0,50	80,00	11,92
Хлеб "Дарницкий" (нарезка)	25	1,65	0,30	8,55	43,00	1,63
Хлеб пшеничный "Рябинушка"	25	2,25	0,25	12,20	48,50	1,76
Стоимость дня					109,6	109,60

Зав. Столовой _____

Мед. Работник *[Signature]* _____

