



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ



МЕНЮ

Горячий завтрак
Возрастная категория 7-11 лет
С 1-5 класс
3 день

« » 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Бутерброд с сыром	30	5,32	3,72	14,02	83,30	15,43
Борщ с мясом и сметаной	220	6,13	8,00	13,95	210,00	29,28
Пирог "Царский"	80	5,00	5,90	23,23	123,00	52,99
Чай с молоком	200	2,10	2,18	21,40	124,00	7,49
Хлеб "Дарницкий" (нарезной)	26	1,11	0,19	14,69	64,55	2,51
Стоимость дня	556	19,66	19,99	87,29	604,85	107,70

4 день

« 13 » января 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1,80	4,00	7,30	72,4	13,31
Бефстроганов	90	8,95	13,78	6,98	120,04	62,32
Макароны отварные	150	5,82	1,90	22,80	176,00	18,62
Отвар из шиповника	200	0,68	0,28	21,64	104,68	8,14
Хлеб "Дарницкий" (нарезной)	20	0,89	0,15	11,75	51,64	1,93
Хлеб "Свежий" пшеничный витамин.	40	1,19	0,33	16,27	64,67	3,38
Стоимость дня	560	19,33	20,443	86,74	589,43	107,70

Зав. Столовой _____

Мед. Работник _____



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ

Комарова А.Б.

МЕНЮ

Горячий обед

Возрастная категория с 7-11 лет

С 1-5 класс

3 день

« » 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Яйцо отварное с горошком	60	5,28	4,84	5,3	65,12	26,38
Суп "Солнечный день"	200	5,25	10,29	34,25	202,25	26,16
Жаркое по - домашнему	200	15,01	12,40	30,15	353,14	68,53
Напиток из клубники	200	0,00	0,00	19,00	111,00	13,71
Хлеб "Дарницкий" (нарезной)	20	0,89	0,15	11,75	51,64	1,93
Хлеб "Свежий" витамин. пшен.	20	0,89	0,25	12,20	48,50	1,69
Стоимость дня	700	27,32	27,93	112,65	831,65	138,40

4 день

13 января 2024г

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Нарезка из отварной свеклы с сыром	60	0,88	6,60	11,66	53,40	26,57
Щи из свежей капусты со сметаной	200	3,48	3,46	12,51	158,73	18,97
Котлета столовая (говядина) в сырном соусе	100	15,97	11,71	23,74	212,73	70,74
Гречка рассыпчатая	150	4,00	5,21	28,62	187,05	8,03
Чай с молоком и сахаром	200	1,55	1,28	16,41	75,64	9,62
Хлеб "Дарницкий" (нарезной)	20	0,89	0,15	11,75	51,64	1,93
Хлеб "Свежий" витамин. пшен.	30	0,89	0,25	12,20	48,50	2,54
Стоимость дня	780	27,66	28,66	116,89	787,69	138,40

Зав. Столовой _____

Мед. Работник _____



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ



МЕНЮ

Горячий завтрак Возрастная категория 7-11 лет

С 1-5 класс

7 день

« 14 » января 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Плов из мяса	220	15,85	15,38	37,84	401,54	80,46
Чай с лимоном	200	0,01	0,00	9,98	39,98	4,26
Хлеб "Дарницкий" (нарезной)	20	0,89	0,15	11,75	51,64	1,93
Хлеб "Свежий" пшеничный витамин.	30	0,89	0,25	12,20	48,50	2,54
Слойка с сахаром	50	0,90	3,45	12,38	69,00	18,51
Стоимость дня	520	18,54	19,23	84,15	610,66	107,70

8 день

« » 2024г.

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	15,91
Котлета столовая (говядина) в томатном соусе	120	10,59	14,20	15,40	124,00	67,05
Макароны отварные	150	4,62	2,00	22,80	176,00	7,15
Кофейный напиток	200	2,10	2,90	17,04	124,00	13,97
Хлеб "Свежий" пшеничный витамин.	20	0,59	0,16	8,13	62,37	1,69
Хлеб "Дарницкий" (нарезной)	20	0,89	0,15	11,75	51,64	1,93
Стоимость дня	570	19,77	19,51	80,40	558,21	107,70

Зав. Столовой _____

Мед. Работник _____



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ

П. И. Сидоров

Комарова А.Б.



МЕНЮ

Горячий обед

Возрастная категория с 7-11 лет

С 1-5 класс

7 день

« 14 » января 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	23,58
Суп гороховый с гренками	220	9,05	8,60	37,01	203,14	24,31
Котлета столовая (говядина) в соусе томатном	100	12,05	8,62	19,88	189,65	53,21
Капуста тушеная	150	3,50	5,10	17,80	142,63	26,55
Напиток из изюма	200	0,12	0,12	15,06	62,28	7,12
Хлеб "Дарницкий" (нарезной)	20	0,89	0,15	11,75	51,64	1,93
Хлеб "Свежий" витамин. пшен.	20	0,89	0,25	12,20	48,50	1,69
Стоимость дня	770	27,16	28,04	123,10	827,44	138,40

8 день

« » 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Нарезка из огурцов с маслом	100	0,42	3,05	1,14	109,60	42,84
Щи из свежей капусты с птицей и сметаной	220	4,12	6,10	22,12	123,25	25,99
Кура запеченная в сметанном соусе	90	15,84	13,95	15,97	303,50	47,31
Рис отварной	150	3,64	5,37	38,25	144,14	15,72
Чай с лимоном	200	0,1	0	12,68	47,9	2,92
Хлеб "Дарницкий" (нарезной)	20	0,89	0,15	11,75	51,64	1,93
Хлеб "Свежий" витамин. пшен.	20	0,89	0,25	12,20	48,50	1,69
Стоимость дня	800	25,90	28,87	114,11	828,53	138,40

Зав. Столовой *О. В. Сидорова*

Мед. Работник *И. И. Сидорова*





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОП



МЕНЮ

Горячий завтрак
Возрастная категория 7-11 лет
С 1-5 класс
6 день
« 15 » января 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Салат Здоровье	60	1,06	3,06	4,59	60,55	18,30
Бутерброд с сыром	20/15	5,55	9,75	15,75	132,5	21,49
Гречка по купечески	200	10,69	7,32	29,94	262,73	61,39
Чай с сахаром	200	0,01	0,00	9,98	39,98	1,69
Хлеб "Дарницкий" (нарезной)	50	1,79	0,29	23,50	103,29	4,83
Стоимость дня	510	19,10	20,42	83,76	599,05	107,70

Зав. Столовой _____

Мед. Работник _____



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ

Комарова А.Б.

МЕНЮ

Горячий обед

Возрастная категория с 7-11 лет

С 1-5 класс

6 день

« 15 » января 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	19,02
Рассольник Ленинградский со сметаной	200	7,32	9,02	18,23	230,63	19,00
Палочки из рыбы тресковых пород	90	12,95	8,18	23,55	180,53	59,10
Пюре картофельное	160	2,47	3,97	25,01	119,25	36,39
Чай с сахаром	200	0,01	0,00	9,98	39,98	1,27
Хлеб "Дарницкий" (нарезной)	20	0,89	0,15	11,75	51,64	1,93
Хлеб "Свежий" витамин. пшен.	20	0,89	0,25	12,20	48,50	1,69
Стоимость дня	750	26,03	26,57	114,62	781,53	138,40

Зав. Столовой

Мед. Работник



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ

Полковник

Комарова А.Б.



МЕНЮ

Горячий завтрак Возрастная категория 7-11 лет

С 1-5 класс

19 день

« 16 » января 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Бутерброд с повидлом	20/15	1,60	8,70	9,90	124,00	7,63
Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом со сметаной	230	10,80	4,10	3,74	72,17	24,91
Пирог с какао	80	4,56	6,72	23,21	194,00	35,64
Напиток из сухофруктов +витамин С	200	0,60	0,08	21,52	90,70	5,81
Фрукт (Яблоко) 1 шт	150	0,49	0,00	14,42	59,20	31,20
Хлеб "Дарницкий" (нарезной)	26	1,11	0,19	14,69	64,55	2,51
Стоимость дня	716	19,16	19,79	87,48	604,62	107,70

20 день

« 17 » января 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Нарезка из отварной свеклы с сыром	70	0,66	5,20	9,40	40,05	29,44
Азу	90	12,95	11,50	15,00	262,96	56,22
Макароны отварные	150	5,82	1,90	37,08	196,00	18,06
Чай с сахаром	200	0,01	0,00	9,98	39,98	1,78
Хлеб "Свежий" пшеничный витамин.	26	0,59	0,16	8,13	32,31	2,20
Стоимость дня	536	20,03	18,76	79,59	571,30	107,70

Зав. Столовой

Полковник

Мед. Работник

Полковник



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ

Комарова А.Б.

МЕНЮ

Горячий обед

Возрастная категория с 7-11 лет

С 1-5 класс

19 день

16 января 2024г

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Нарезка из свежих огурцов с маслом	100	0,42	3,05	1,14	47,46	42,62
Суп с макаронными изделиями, картофелем и курицей	200	10,25	5,66	25,60	145,10	17,09
Суфле рыбное со сметанно-томатным соусом	90	11,10	12,33	21,11	274,11	28,44
Пюре картофельное	150	3,25	6,70	22,01	143,76	34,41
Напиток из смородины	200	0,00	0,00	20,00	80,00	12,22
Хлеб "Дарницкий" (нарезной)	20	0,89	0,15	11,75	51,64	1,93
Хлеб "Свежий" витамин. пшен.	20	0,89	0,25	12,20	48,50	1,69
Стоимость дня	820	26,80	28,14	113,81	790,57	138,40

20 день

« 17 » января 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Салат овощной	80	0,68	5,54	3,90	50,50	19,98
Суп - пюре овощной с птицей и гречками	230	8,51	10,04	12,14	155,00	43,58
Плов с мясом	200	13,40	10,60	42,63	383,33	59,83
Чай с лимоном и апельсином	200	0,20	0,00	15,50	62,80	6,92
Хлеб "Дарницкий" (нарезной)	40	1,78	0,15	23,50	103,28	3,86
Хлеб "Свежий" витамин. пшен.	50	1,97	0,50	24,40	97,00	4,23
Стоимость дня	800	26,54	26,83	122,07	851,91	138,40

Зав. Столовой

Мед. Работник