



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ

Г. Ю. Ю.

Комарова А.



МЕНЮ

Горячий завтрак

Возрастная категория с 12 лет и старше

С 6-11 класс

15 день

« 20 » января 2025г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Салат из отварной свеклы с соленым огурцом	100	1,83	1,77	16,77	97,33	
Палочки из рыбы тресковых пород	100	14,39	9,09	26,17	200,59	
Рис отварной	180	3,31	6,02	20,27	184,36	
Соус томатный	30	1,20	3,05	4,80	85,00	
Кофейный напиток	200	1,12	2,90	8,40	76,00	
Хлеб "Свежий" пшеничный витамин.	36	1,00	0,33	16,27	62,67	
Стоимость дня	616	22,85	23,16	92,67	705,95	107,70

16 день

« » 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Суп с макаронными изделиями, картофелем и курицей	260	12,46	8,18	21,96	215,20	
Чай с шиповником	200	0,68	0,28	19,60	104,68	
Хлеб "Свежий" пшеничный витамин.	20	0,59	0,16	8,13	32,31	
Манник "Ванилька"	100	5,80	11,18	30,60	218,25	
Йогурт	125	2,20	2,80	11,00	78,00	
Стоимость дня	705	21,73	22,59	91,29	648,44	107,70

Зав. Столовой *А. Ю.*

Мед. Работник *А. Ю.*





Утверждаю:

Генеральный директор

ООО «Материнский вкус»

М.Г. Сыслова

2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ

П. П. П.



МЕНЮ

Горячий обед

Возрастная категория с 12 лет и старше

С 6-11 класс

15 день

« 20 » января 2025г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Нарезка из соленых огурцов	100	0,48	0,07	1,22	8,20	
Суп - пюре овощной с птицей и гренками	250	6,09	7,54	25,01	254,59	
Азу	100	16,99	16,44	25,77	239,89	
Гречка отварная рассыпчатая	180	4,80	7,54	35,54	224,46	
Напиток из ягодно-яблочной смеси	200	0,45	0,06	20,63	96,25	
Хлеб "Дарницкий" (нарезной)	25	0,89	0,15	11,75	51,64	
Хлеб "Свежий" витамин. пшен.	25	1,11	0,31	15,25	60,63	
Стоимость дня	880	30,81	32,11	135,17	935,65	138,40

16 день

« » 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Салат из белокочанной капусты с морковью	100	0,85	4,38	4,88	63,13	
Борщ с мясом со сметаной	250	7,24	9,01	16,16	243,75	
Палочки из рыбы тресковых пород	100	15,72	11,39	24,26	231,26	
Рис отварной	180	4,37	6,44	49,02	251,64	
Напиток из изюма	200	0,12	0,12	17,80	62,28	
Хлеб "Дарницкий" (нарезной)	25	0,89	0,15	11,75	51,64	
Хлеб "Свежий" витамин. пшен.	20	0,89	0,25	12,20	48,50	
Стоимость дня	895	30,08	31,74	136,06	952,19	138,40

Зав. Столовой

Мед. Работник





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ

Голу

Комарова А.В.



МЕНЮ

Горячий завтрак

Возрастная категория с 12 лет и старше

С 6-11 класс

13 день

« _ » 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Винегрет овощной	100	1,87	6,25	17,37	138,75	
Кура запеченная	100	11,44	14,32	11,24	226,11	
Макароны отварные	180	6,98	2,28	26,50	153,60	
Компот из яблок + Витамин С	200	0,08	0,08	13,94	63,28	
Хлеб "Дарницкий" (нарезной)	26	1,11	0,19	14,69	64,55	
Хлеб "Свежий" пшеничный витамин.	40	1,19	0,33	16,27	64,67	
Стоимость дня	646	22,67	23,45	100,00	710,96	107,70

14 день

« 21 » января 2025г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Салат из моркови с сыром	100	1,92	3,47	12,15	93,48	
Жаркое по - домашнему	220	12,52	9,27	19,94	274,69	
Слойка с повидлом	50	6,23	9,00	34,36	179,12	
Чай с сахаром	200	0,01	0,00	9,98	39,98	
Хлеб "Дарницкий" (нарезной)	25	1,11	0,19	14,69	64,55	
Стоимость дня	595	21,79	21,93	91,12	651,83	107,70

Зав. Столовой *Голу*

Мед. Работник *Голу*





Утверждаю:

Генеральный директор

ООО «Мамин Вкус»

М.Г. Сысцова

2025 г

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ

Полу

Комаров



МЕНЮ

Горячий обед

Возрастная категория с 12 лет и старше

С 6-11 класс

13 день

« » 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Горошек консервированный	100	1,98	0,18	5,67	31,05	
Суп картофельный с птицей	250	7,04	10,71	29,74	294,51	
Мясные шарики в сырном соусе	100	14,96	14,26	29,71	268,59	
Капуста тушеная	180	4,20	6,12	28,96	171,16	
Чай с лимоном	200	0,01	0,00	9,98	39,98	
Хлеб "Дарницкий" (нарезной)	20	0,89	0,15	11,75	51,64	
Хлеб "Свежий" витамин. пшен.	20	0,89	0,25	12,20	48,50	
Стоимость дня	890	29,97	31,67	128,01	905,43	138,40

14 день

« 21 » января 2025г.

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	
Рыбный суп	250	7,40	7,56	18,98	218,75	
Фрикассе	100	11,02	13,16	12,04	201,27	
Макароны отварные	180	4,58	5,39	47,68	254,58	
Компот из сухофруктов	200	0,60	0,08	21,52	90,70	
Хлеб "Дарницкий" (нарезной)	25	0,89	0,15	11,75	51,64	
Хлеб "Свежий" витамин. пшен.	25	1,11	0,31	15,25	60,63	
Стоимость дня	820	30,69	31,25	127,49	940,36	138,40

Зав. Столовой

Сысцова

Мед. Работник

Сысцова





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ

Полу

Комарова А.



МЕНЮ

Горячий завтрак Возрастная категория с 12 лет и старше С 6-11 класс

17 день

« 22 » января 2025г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Бутерброд с маслом	30	1,60	8,70	9,90	124,00	
Салат из белокочанной капусты с зеленью	100	2,13	5,18	14,93	121,25	
Плов с мясом	220	13,99	14,08	17,82	278,85	
Какао с молоком	200	2,80	3,54	19,80	109,05	
Хлеб "Свежий" пшеничный витамин.	40	1,00	0,33	16,27	62,67	
Хлеб "Дарницкий" (нарезной)	40	1,78	0,30	23,50	103,28	
Стоимость дня	600	21,70	23,44	92,32	675,10	107,70

18 день

« » 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Овощи натуральные соленые	100	0,48	0,07	1,22	8,20	
Котлета столовая (говядина) в соусе	100	12,35	11,36	17,64	213,00	
Гречка рассыпчатая	180	5,80	8,38	34,34	249,46	
Соус томатный	30	0,57	1,71	1,56	23,40	
Чай с сахаром	200	0,78	0,01	13,68	55,88	
Хлеб "Свежий" пшеничный витамин.	20	0,59	0,16	8,13	32,31	
Хлеб "Дарницкий" (нарезной)	25	1,11	0,19	14,69	64,55	
Стоимость дня	655	21,68	21,88	91,26	646,80	107,70

Зав. Столовой

Полу

Мед. Работник

Полу





Утверждаю:

Генеральный директор

ООО «Матия вкуса»

М.Г. Сыскова

2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ

Паша

Комарова



МЕНЮ

Горячий обед
Возрастная категория с 12 лет и старше
С 6-11 класс
17 день
« 22 » января 2025г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Винегрет овощной	100	4,17	4,84	35,32	225,00	
Суп "Солнечный день"	250	7,81	12,86	25,41	192,81	
Кура запеченная	100	12,71	9,02	16,78	160,22	
Гречка рассыпчатая	180	4,80	6,34	18,65	224,46	
Напиток из ягодно-яблочной смеси	200	0,45	0,06	20,63	85,98	
Хлеб "Дарницкий" (нарезной)	25	0,89	0,15	11,75	51,64	
Хлеб "Свежий" витамин. пшен.	20	0,89	0,25	12,20	48,50	
Стоимость дня	875	31,72	33,52	140,74	988,61	138,40

18 день
« » 2024г.

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	
Уха рыбацкая	250	5,81	5,35	12,30	168,08	
Бефстроганов	100	7,26	13,38	15,02	190,87	
Макароны отварные	180	6,86	6,82	44,50	211,20	
Чай с молоком и сахаром	200	1,55	1,28	14,41	75,64	
Хлеб "Дарницкий" (нарезной)	50	1,79	0,29	23,50	103,29	
Хлеб "Свежий" витамин. пшен.	50	1,97	0,50	24,40	97,00	
Стоимость дня	870	30,32	32,21	134,41	908,88	138,40

Зав. Столовой

[Signature]

Мед. Работник

[Signature]





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ

Г. О. М.

Комаров



МЕНЮ

Горячий завтрак
Возрастная категория 12 лет и старше
С 6-11 класс
3 день
« 23 » января 2025г.

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	
Борщ с мясом и сметаной	250	6,99	9,09	15,85	238,64	
Пирог "Царский"	90	5,87	6,69	26,13	138,38	
Чай с молоком	200	2,10	2,18	21,40	124,00	
Хлеб "Дарницкий" (нарезной)	26	1,11	0,19	14,69	64,55	
Стоимость дня	596	21,39	21,87	92,09	648,86	107,70

4 день
« » 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Салат из белокочанной капусты с морковью	100	3,00	6,67	12,17	120,67	
Бефстроганов	100	9,94	14,31	7,76	133,38	
Макароны отварные	180	6,98	2,28	27,36	211,20	
Отвар из шиповника	200	0,68	0,28	21,64	104,68	
Хлеб "Дарницкий" (нарезной)	20	0,89	0,15	11,75	51,64	
Хлеб "Свежий" пшеничный витамин.	40	1,19	0,33	16,27	64,67	
Стоимость дня	640	22,685	24,02	96,94	686,23	107,70

Зав. Столовой *О. О.*

Мед. Работник *И. И.*





Утверждаю:

Генеральный директор

ООО «Малая Вкуса»

М.Г. Сыслова

2025 г

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ

Полу

Комарова



МЕНЮ

Горячий обед

Возрастная категория с 12 лет и старше

С 6-11 класс

3 день

« 23 » января 2025г.

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	
Суп "Солнечный день"	250	6,56	12,86	42,81	252,81	
Жаркое по - домашнему	250	16,51	13,64	36,37	388,45	
Напиток из клубники	200	0,00	0,00	19,00	111,00	
Хлеб "Дарницкий" (нарезной)	20	0,89	0,15	11,75	51,64	
Хлеб "Свежий" витамин. пшен.	20	0,89	0,25	12,20	48,50	
Стоимость дня	800	30,13	31,74	127,43	917,53	138,40

4 день

« » 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Нарезка из отварной свеклы с сыром	100	1,47	8,94	19,43	89,00	
Щи из свежей капусты со сметаной	250	4,38	4,02	15,64	198,41	
Котлета столовая (говядина) в сырном соусе	110	15,97	12,06	26,11	234,00	
Гречка рассыпчатая	180	4,80	5,50	34,34	0	
Чай с молоком и сахаром	200	1,55	1,28	16,41	75,64	
Хлеб "Дарницкий" (нарезной)	20	0,89	0,15	11,75	51,64	
Хлеб "Свежий" витамин. пшен.	30	0,89	0,25	12,20	48,50	
Стоимость дня	900	29,95	32,20	135,89	697,20	138,40

Зав. Столовой

Полу

Мед. Работник

Полу





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ

Комаров



МЕНЮ

Горячий завтрак Возрастная категория 12 лет и старше С 6-11 класс

2 день
« 24 » января 2025г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Нарезка из отварной свеклы с сыром	100	1,16	8,67	15,67	66,75	
Котлета сытная в соусе томатном	100	12,05	8,62	9,88	164,50	
Гречка рассыпчатая	180	5,80	6,34	27,12	224,46	
Компот из сухофруктов с витамином С	200	0,6	0,08	21,52	90,70	
Хлеб "Дарницкий" (нарезной)	20	0,89	0,15	11,75	51,64	
Хлеб "Свежий" пшеничный витамин.	30	0,89	0,25	12,2	48,50	
Стоимость дня	580	21,39	24,10	98,14	646,55	107,70

Зав. Столовой *[Signature]*

Мед. Работник *[Signature]*





Утверждаю:

Генеральный директор

ООО «Магия вкуса»

М.Е. Сыслова

2025 г

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ

Почет

Комаров



МЕНЮ

Горячий обед

Возрастная категория с 12 лет и старше
С 6-11 класс

2 день

« 24 » января 2025г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Салат из белокочанной капусты с зеленью	100	2,13	5,18	14,93	121,25	
Суп -лапша с птицей	250	7,02	10,55	16,66	195,45	
Плов с мясом	230	16,56	15,13	37,52	289,48	
Отвар из шиповника	200	0,68	0,28	11,64	104,68	
Хлеб "Дарницкий" (нарезной)	50	1,79	0,29	23,50	103,29	
Хлеб "Свежий" витамин. пшен.	50	1,97	0,50	24,40	97,00	
Стоимость дня	880	30,15	31,93	128,66	911,15	138,40

Зав. Столовой

[Signature]

Мед. Работник

[Signature]

