



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ



Комарова А.Б.

МЕНЮ

Горячий завтрак Возрастная категория 7-11 лет

11 день
« 18 » ноября 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Бутерброд с маслом	20/10	1,50	8,70	9,90	124,00	18,44
Каша пшенная с маслом	200	2,01	6,88	29,53	162,00	15,86
Запеканка творожная со сгущенным молоком	90/20	14,79	4,36	20,86	227,45	69,15
Чай с лимоном	200	0,01	0,00	9,98	39,98	2,01
Хлеб "Дарницкий" (нарезной)	26	0,91	0,13	12,22	53,69	2,24
Стоимость дня	566	19,32	20,07	82,49	607,12	107,70

12 день
« 19 » ноября 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Бутерброд с сыром	20/15	5,30	3,70	7,20	83,30	19,12
Суп гороховый с птицей и гречками	250	9,10	9,60	30,50	185,00	25,48
Какао с молоком	200	3,30	5,54	18,58	119,05	14,03
Фрукт (Мандарин) 1 шт	155	0,36	0,00	21,02	132,51	47,35
Хлеб "Дарницкий" (нарезной)	20	0,70	0,10	9,40	41,30	1,72
Стоимость дня	660	19,76	18,94	86,70	561,16	107,70

Зав. Столовой

Мед. Работник





УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ



МЕНЮ

Горячий обед

Возрастная категория с 7-11 лет

11 день

« 18 » ноября 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал	
Белокочанная капуста с морковью	80	0,96	3,08	5,76	72,74	8,20
Суп картофельный со сметаной	250	3,33	4,05	16,08	147,43	16,66
Птица тушеная с овощами	90	14,14	15,42	12,59	254,18	58,82
Картофель отварной с маслом сливочным	160	3,87	3,11	37,25	192,47	36,86
Напиток из смородины	200	0,10	0,00	19,25	47,90	13,45
Хлеб Дарницкий (нарезной)	25	1,98	0,36	10,26	51,60	2,15
Хлеб "Свежий" витамин. пшен.	30	1,97	0,25	13,28	90,00	2,26
Стоимость дня	835	26,35	26,27	114,47	856,32	138,40

12 день

« 19 » ноября 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал	
Нарезка из соленых огурцов	80	0,60	0,15	1,35	19,73	31,12
Суп рыбный	250	6,14	16,24	23,37	249,18	39,61
Печень по-строгановски	100	11,30	9,95	5,20	154,25	42,20
Макароны отварные	160	5,82	1,90	37,08	176,00	11,10
Напиток из клубники	200	0,00	0,00	24,00	95,00	10,60
Хлеб "Свежий" витамин. пшен.	30	4,05	0,50	24,40	97,00	3,77
Стоимость дня	840	27,91	28,74	115,40	791,16	138,40

Зав. Столовой

Мед. Работник





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОП



МЕНЮ

Горячий завтрак Возрастная категория 7-11 лет

13 день

« 20 » ноября 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	10,93
Кура запеченная	100	19,30	11,89	10,12	203,50	72,43
Макароны отварные	150	5,82	1,90	26,08	128,00	11,09
Компот из яблок + Витамин С	200	0,08	0,08	13,94	63,28	9,65
Хлеб "Дарницкий" (нарезной)	26	0,70	0,10	9,40	41,30	2,24
Хлеб "Свежий" пшеничный витамин.	18	1,66	0,26	10,68	50,00	1,36
Стоимость дня	554	20,06	19,23	84,12	597,08	107,70

14 день

« 22 » ноября 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Нарезка из свежих помидор с маслом	60	0,68	3,50	3,90	53,00	21,87
Жаркое по - домашнему	230	12,14	7,40	19,45	213,45	64,41
Слойка с повидлом	50	5,23	9,00	34,36	179,12	15,53
Чай с сахаром	200	0,01	0,00	9,98	39,98	2,79
Хлеб "Дарницкий" (нарезной)	36	2,00	0,60	16,20	77,80	3,10
Стоимость дня	576	20,06	20,50	83,89	563,35	107,70

Зав. Столовой _____

Мед. Работник _____





УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ

А.Б. Комарова
А.Б. Комарова

МЕНЮ

Горячий обед

Возрастная категория с 7-11 лет

13 день

« 20 » ноября 2024г.



Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белка,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Кукуруза консервированная	60	1,98	0,18	5,67	31,05	25,13
Суп картофельный с птицей	250	3,80	8,57	21,12	229,61	17,76
Котлета столовая (говядина) в сыром	90/30	13,17	11,83	23,74	212,73	68,82
Капуста тушеная	160	3,50	5,10	19,99	142,63	18,50
Чай с лимоном	200	0,01	0,00	9,98	39,98	2,27
Хлеб Дарницкий" (нарезной)	25	1,65	0,30	8,55	43,00	2,15
Хлеб "Свежий" витамин. пшен.	50	4,05	0,50	24,40	97,00	3,77
Стоимость дня	865	28,16	26,48	113,45	796,00	138,40

14 день

« 22 » ноября 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белка,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,80	18,40
Рыбный суп	250	5,14	5,25	15,18	175,00	27,42
Фрикассе	100	7,89	11,84	4,22	181,14	63,56
Макароны отварные	160	3,82	4,49	39,73	212,15	14,21
Напиток из яблок	200	0,60	0,08	21,52	90,70	8,89
Хлеб Дарницкий" (нарезной)	25	1,65	0,30	8,55	43,00	2,15
Хлеб "Свежий" витамин. пшен.	50	4,05	0,50	24,40	97,00	3,77
Стоимость дня	825	28,23	27,06	113,88	861,79	138,40

Зав. Столовой

Мед. Работник





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУУ СОШ

А.Б. Комарова
Комарова А.Б.



МЕНЮ

Горячий завтрак Возрастная категория 7-11 лет

17 день
« 21 » ноября 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал	
Салат из белокочанной капусты с зеленью	60	1,28	3,11	8,96	72,75	7,44
Плов с мясом	200	11,81	7,80	34,10	293,50	84,77
Какао с молоком	200	1,30	3,54	19,80	109,05	12,26
Хлеб "Свежий" пшеничный витамин.	20	1,00	0,30	8,10	38,90	1,51
Хлеб "Дарницкий" (нарезной)	20	1,12	0,22	11,58	44,00	1,72
Стоимость дня	500	18,01	14,97	82,54	558,20	107,70

18 день
« 25 » ноября 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал	
Овощи натуральные соленные	60	0,48	0,07	1,22	8,20	23,34
Котлета столовая (говядина)	90	12,35	11,36	17,54	251,36	58,01
Гречка рассыпчатая	150	4,00	5,28	28,62	187,05	6,55
Соус сметанно-томатный	30	0,57	1,71	1,56	23,40	4,23
Компот из свежих ягод	200	0,78	0,01	13,68	55,88	11,97
Хлеб "Свежий" пшеничный витамин.	18	1,00	0,30	8,10	38,90	1,36
Хлеб "Дарницкий" (нарезной)	26	0,70	0,10	9,40	41,30	2,24
Стоимость дня	574	19,88	18,83	80,22	606,09	107,70

Зав. Столовой

Мед. Работник





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ



МЕНЮ

Горячий обед

Возрастная категория с 7-11 лет

17 день

« 21 » ноября 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭП,ккал	
Винегрет овощной	80	2,50	3,00	24,83	185,00	14,65
Суп "Солнечный день"	200	5,25	10,29	27,14	174,25	23,74
Кура запеченная	100	11,44	8,12	15,28	144,20	72,31
Гречка рассыпчатая	160	4,00	5,28	17,62	187,05	13,54
Напиток из ягодно-яблочной смеси	200	0,45	0,06	20,63	85,98	10,50
Хлеб Дарницкий" (нарезной)	25	1,65	1,20	8,55	43,00	2,15
Хлеб "Свежий" витамин. пшен.	20	1,00	0,30	8,10	38,90	1,51
Стоимость дня	785	26,29	28,25	122,15	858,38	138,40

18 день

« 25 » ноября 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭП,ккал	
Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,80	18,40
Уха рыбацкая	200	2,36	4,28	10,21	134,46	17,78
Бефстроганов из говядины	100	6,10	12,04	13,52	160,24	81,94
Макароны отварные	150	5,72	5,68	37,08	176,00	5,47
Чай с молоком и сахаром	200	1,55	1,28	14,41	75,64	6,73
Хлеб Дарницкий" (нарезной)	50	3,30	0,60	17,10	85,00	4,31
Хлеб "Свежий" витамин. пшен.	50	4,05	0,50	24,40	97,00	3,77
Стоимость дня	790	28,16	28,98	117,00	792,14	138,40

Зав. Столовой

Мед. Работник





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ

А.Б. Комарова
Комарова А.Б.



МЕНЮ

Горячий завтрак Возрастная категория 7-11 лет

15 день
« 27 » ноября 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Салат из отварной свеклы с соленым огурцом	60	1,20	2,06	7,06	78,40	10,43
Тефтели рыбные	90	9,04	3,14	6,87	100,89	48,13
Картофельное пюре	150	3,04	4,39	19,64	134,36	31,37
Кофейный напиток	200	1,12	2,90	8,40	96,00	15,06
Хлеб "Свежий" пшеничный витамин.	36	1,10	0,20	14,10	76,00	2,71
Стоимость дня	536	15,50	12,69	56,07	485,65	107,70

16 день
« 26 » ноября 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Суп с макаронными изделиями, картофелем и курицей	250	9,98	6,90	14,32	130,00	26,15
Отвар из шиповника	200	0,68	0,28	19,60	104,68	8,64
Хлеб "Свежий" пшеничный витамин.	20	2,00	0,60	16,20	77,80	1,51
Манник "Ванилька"	100	5,13	8,56	25,14	213,25	36,30
Йогурт	125	2,20	2,80	11,00	78,00	35,10
Стоимость дня	695	19,99	19,14	86,26	608,73	107,70

Зав. Столовой *А.Б. Комарова*

Мед. Работник *А.Б. Комарова*





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ



МЕНЮ

Горячий обед

Возрастная категория с 7-11 лет

15 день

« 27 » ноября 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эн, ккал	
Нарезка из соевых огурцов	50	0,48	0,07	1,22	8,20	23,34
Суп - пюре овощной с мясом и гречками	250	4,87	6,03	11,01	157,14	32,28
Азу	90	11,90	15,50	17,24	193,79	48,67
Гречка отварная рассыпчатая	150	4,00	6,28	28,62	187,05	16,41
Напиток из ягодно-яблочной смеси	200	0,45	0,06	20,63	96,25	11,78
Хлеб Дарницкий (вырезной)	25	1,65	0,30	8,50	43,00	2,15
Хлеб "Свежий" витамин. пшен.	50	4,05	0,50	24,40	97,00	3,77
Стоимость дня	825	27,49	26,74	111,62	782,43	138,40

16 день

« 26 » ноября 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эн, ккал	
Нарезка из свежих помидоров с маслом	50	1,68	3,50	3,90	50,50	22,04
Ворщ с мясом со сметаной	250	5,79	6,21	12,93	195,00	21,10
Котлета по-волжски с соусом сметанно-	90/30	14,15	10,25	21,83	208,13	69,66
Рис отварной	150	3,64	5,37	40,85	209,70	12,88
Напиток из изюма	200	0,12	0,12	17,80	62,28	9,06
Хлеб Дарницкий (вырезной)	25	1,65	0,30	8,55	43,00	2,15
Хлеб "Свежий" витамин. пшен.	20	2,00	0,60	16,20	77,80	1,51
Стоимость дня	825	28,03	26,35	122,06	846,41	138,40

Зав. Столовой

Мед. Работник





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОЛ



МЕНЮ

Горячий завтрак Возрастная категория 7-11 лет

19 день
« 28 » ноября 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	7,17
Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом со сметаной	250	10,30	4,10	3,74	72,17	26,56
Пирог с какао	30	4,56	6,72	30,14	194,00	29,64
Напиток из сухофруктов + витамин С	200	0,60	0,08	21,52	90,70	5,53
Фрукт (Яблоко) 1 шт	190	0,49	0,00	14,42	59,20	36,56
Хлеб "Дарницкий" (нарезной)	26	1,00	0,30	8,10	38,90	2,24
Стоимость дня	776	19,05	19,90	87,82	578,97	107,70

20 день
« 29 » ноября 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Нарезка из отварной свеклы с сыром	60	0,66	5,20	9,40	40,05	17,24
Азу	90	10,90	11,50	12,00	242,96	81,50
Макароны отварные	150	5,82	1,90	37,08	176,00	5,47
Чай с сахаром	200	0,01	0,00	9,98	39,98	1,53
Хлеб "Свежий" пшеничный витамин.	26	1,97	0,25	13,28	68,08	1,96
Стоимость дня	526	19,36	18,85	81,74	567,07	107,70

Зав. Столовой _____

Мед. Работник _____





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ



МЕНЮ

Горячий обед

Возрастная категория с 7-11 лет

19 день

« 28 » ноября 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Нарезка из свежих огурцов с маслом	60	0,42	3,05	1,14	47,46	20,72
Суп с макаронными изделиями, картофелем и курицей	200	5,34	5,66	25,60	130,00	17,83
Суфле рыбное со сметанно-томатным соусом	100/30	11,10	12,33	21,11	274,11	53,71
Пюре картофельное	150	3,25	6,70	22,01	143,76	28,60
Напиток из смородины	200	0,00	0,00	20,00	80,00	11,62
Хлеб Дарницкий" (нарезной)	25	1,65	0,30	8,55	43,00	2,15
Хлеб "Свежий" витамин. пшен.	50	4,05	0,50	24,40	97,00	3,77
Стоимость дня	815	25,81	28,54	122,81	815,33	138,40

20 день

« 29 » ноября 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Салат овощной	60	0,58	5,54	3,90	50,50	9,79
Суп - пюре овощной с птицей и гречками	250	6,51	10,04	12,14	155,00	45,90
Плов с мясом	220	13,40	10,60	45,63	383,33	64,43
Чай с лимоном и апельсином	200	0,20	0,00	15,50	62,80	11,06
Хлеб Дарницкий" (нарезной)	40	2,64	0,48	13,68	68,80	3,45
Хлеб "Свежий" витамин. пшен.	50	4,05	0,50	24,40	97,00	3,77
Стоимость дня	820	27,48	27,16	115,25	817,43	138,40

Зав. Столовой

Мед. Работник

