



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ



МЕНЮ

Горячий обед

Возрастная категория с 7-11 лет

1 день

« » 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Салат из моркови с сыром	60	1,15	2,08	6,69	53,69	10,97
Суп овощной с мясом и сухариками	250	1,98	7,23	18,43	167,75	20,57
Филе рыбы "Морской замок"	90	17,32	11,27	8,73	171,43	66,11
Пюре картофельное	150	3,25	4,70	22,01	143,76	23,82
Компот из ягодно-яблочной смеси	200	0,78	0,01	13,68	55,88	8,85
Хлеб "Дарницкий"	50	1,79	0,29	23,50	103,29	4,31
Хлеб витамин. "Свежий"	50	1,97	0,50	24,40	97,00	3,77
Стоимость дня	850	28,24	26,08	117,44	792,80	138,40

2 день

« 03 » сентября 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Кукуруза консервированная	60	2,59	0,39	13,99	69,99	26,14
Суп -лапша с птицей	220	3,81	7,28	14,66	132,00	21,82
Плов с мясом	200	18,40	18,00	45,63	383,33	61,02
Отвар из шиповника	200	0,68	0,28	21,64	104,68	10,59
Хлеб "Дарницкий"	20	0,70	0,10	9,40	41,30	1,72
Хлеб витамин. "Свежий"	30	1,97	0,25	13,28	90,00	2,26
Печенье в индивидуальной упаковке	50	1,76	0,28	11,66	55,88	14,86
Стоимость дня	530	28,15	26,30	118,60	821,30	138,40

Зав. Столовой

Мед. Работник





УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «Школа № 10»



МЕНЮ

Горячий обед

Возрастная категория с 7-11 лет

3 день

04 сентября 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	22,12
Суп "Солнечный день"	250	5,25	10,29	34,25	202,25	40,15
Жаркое по - домашнему	200	15,01	12,40	30,15	353,14	60,70
Напиток из клубники	200	0,00	0,00	19,00	111,00	11,45
Хлеб "Дарницкий"	20	0,70	0,10	9,40	41,30	1,72
Хлеб витамин. "Свежий"	30	1,97	0,25	13,28	90,00	2,26
Стоимость дня	760	23,21	27,38	111,38	862,81	138,40

4 день

« 05 » сентября 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Нарезка из свежих помидоров с маслом	60	0,68	3,50	6,53	67,33	17,20
Щи из свежей капусты со сметаной	200	3,88	4,46	8,51	147,73	23,34
Котлета столовая (говядина) в сырном соусе	90/30	15,97	11,71	23,74	212,73	69,52
Гречка рассыпчатая	150	4,00	5,21	28,62	187,05	14,97
Чай с молоком и сахаром	200	1,55	1,28	14,41	75,64	9,39
Хлеб "Дарницкий"	20	0,07	0,10	9,40	41,30	1,72
Хлеб витамин. "Свежий"	30	1,97	0,25	13,28	90,00	2,26
Стоимость дня	780	28,12	26,51	104,49	821,78	138,40

Зав. Столовой

Мед. Работник





УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ «Школа №1»

С.А. Камарова

Камарова А.Б.

МЕНЮ

Горячий обед

Возрастная категория с 7-11 лет



13 день

« » 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Кукуруза консервированная	60	1,98	0,18	5,67	31,05	24,39
Суп картофельный с птицей	250	3,80	8,57	21,12	229,61	22,96
Котлета столовая (говядина) в сырном	90/30	13,17	11,83	23,74	212,73	64,38
Капуста тушеная	160	3,50	5,10	19,99	142,63	18,47
Чай с лимоном	200	0,01	0,00	9,98	39,98	2,28
Хлеб "Дарницкий"	25	1,65	0,30	8,55	43,00	2,15
Хлеб витамин. "Свежий"	50	4,05	0,50	24,40	97,00	3,77
Стоимость дня	855	28,16	26,48	113,45	796,00	138,40

14 день

« 06 » сентября 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	16,80
Рыбный суп	250	5,14	5,25	15,18	175,00	28,43
Фрикассе	100	7,89	11,84	4,22	181,14	65,71
Макароны отварные	160	3,82	4,49	39,73	212,15	12,92
Напиток из яблок	200	0,60	0,08	21,52	90,70	8,62
Хлеб "Дарницкий"	25	1,65	0,30	8,55	43,00	2,15
Хлеб витамин. "Свежий"	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 МБОУ



МЕНЮ

Горячий обед

Возрастная категория с 7-11 лет

5 день

« »

2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Салат картофельный с огурцами	80	1,2	3,06	7,06	68,40	13,35
Суп Лагман с курицей и сметаной	220	12,84	9,60	21,80	186,25	35,11
Грудка запеченная в молочном соусе	110	7,53	9,25	8,96	113,00	54,99
Рис отварной	150	3,64	5,37	36,69	221,14	23,60
Напиток из изюма+Витамин С	200	0,12	0,12	15,06	62,28	7,37
Хлеб "Дарницкий"	20	0,70	0,10	9,40	41,30	1,72
Хлеб витамин. "Свежий"	30	1,97	0,25	13,28	90,00	2,26
Стоимость дня	780	28,00	27,75	112,25	782,37	138,40

6 день

« 09 »

сентября 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Винегрет овощной	80	1,50	5,00	13,90	111,00	13,05
Рассольник Ленинградский со сметаной	250	3,30	7,02	18,23	167,12	14,70
Рыба запеченная	100	13,02	8,17	6,79	171,43	73,41
Соус сметанно - томатный	30	2,20	4,05	4,86	114,10	3,10
Пюре картофельное	160	2,47	3,97	25,01	119,25	26,99
Чай с сахаром	200	0,01	0,00	9,98	39,98	1,23
Хлеб "Дарницкий"	25	1,65	0,30	8,55	43,00	2,15
Хлеб витамин. "Свежий"	50	4,05	0,50	24,40	97,00	3,77
Стоимость дня						138,40

Зав. Столовой

Мед. Работник





УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУО



МЕНЮ

Горячий обед

Возрастная категория с 7-11 лет

7 день

« 10 » сентября 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Салат из отварной свеклы с сыром	80	0,66	5,2	9,4	129,6	24,59
Суп гороховый с гречками	220	7,10	8,60	37,51	203,14	26,88
Котлега столовая (говядина)	90	12,05	8,62	19,88	189,65	53,51
Капуста тушеная	150	3,50	5,10	17,89	142,63	19,50
Напиток из изюма	200	0,12	0,12	15,06	62,28	9,51
Хлеб "Дарницкий"	25	1,65	0,30	8,55	43,00	2,15
Хлеб витамин. "Свежий"	30	1,97	0,25	13,28	90,00	2,26
Стоимость дня	795	27,05	28,19	121,57	860,30	138,40

8 день

« 11 » сентября 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Нарезка из огурцов с маслом	60	0,42	3,05	1,14	109,60	16,56
Щи из свежей капусты с птицей и сметаной	220	4,12	6,10	20,12	143,25	23,88
Кура запеченная	90	16,20	13,90	5,10	212,40	64,72
Соус сметанный	30	2,20	4,05	4,86	114,10	4,41
Рис отварной	150	3,64	5,37	37,25	202,14	16,73
Напиток из смородины	200	0,1	0	12,68	47,9	9,10
Хлеб "Дарницкий"	20	1,65	0,30	8,55	43,00	1,72
Хлеб витамин. "Свежий"	17	1,97	0,25	13,28	90,00	1,28
Стоимость дня	787	30,30	33,02	102,98	962,39	138,40

Зав. Столовой

Мед. Работник





УТВЕРЖДАЮ
Директор



МЕНЮ

Горячий обед

Возрастная категория с 7-11 лет

9 день

« 12 » сентября 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Кукуруза консервированная	60	2,59	0,39	13,99	69,99	26,14
Свекольник со сметаной	200	2,13	12,8	11,42	155,00	18,65
Гуляш из мяса	90	11,19	11,75	3,06	230,36	63,97
Макароны отварные	150	5,82	1,90	35,01	176,00	13,39
Напиток из клубники	200	0,00	0,00	23,00	111,00	11,08
Хлеб "Дарницкий"	25	1,65	0,30	8,55	43,00	2,15
Хлеб витамин. "Свежий"	40	3,24	0,40	19,52	77,60	3,02
Стоимость дня	765	26,62	27,54	114,55	862,95	138,40

10 день

« 13 » сентября 2024г.

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Салат из свежих огурцов с перцем	80	0,80	3,00	2,80	67,20	21,81
Рассольник Ленинградский со сметаной	200	8,04	5,02	15,07	187,25	26,35
Рагу овощное с птицей	210	9,32	18,12	40,15	273,54	68,24
Компот из ягодной смеси	200	0,10	0,00	13,02	87,01	13,92
Хлеб "Дарницкий"	50	3,30	0,60	17,10	86,00	4,31
Хлеб витамин. "Свежий"	50	4,05	0,50	24,40	97,00	3,77
Стоимость дня	790	25,61	27,24	112,54	798,00	138,40

Зав. Столовой

Мед. Работник

