

Согласовано:  
 Генеральный директор ОАО «Исток»  
 Сербич А.М.  
 2024г.

Утверждаю:  
 Директор МБОУ СОШ №  
 2024г.



**МЕНЮ**  
 На 9 Февраля 2024  
**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
<b>ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ</b>							
<b>предварительное накрытие для 1-4 классов</b>							
<b>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</b>							
295	Котлета рубленая из птицы	90/5	13,68	20,34	13,32	291,6	44-96
304	Рис отварной	150/5	3,77	6/11	41,4	235,65	11-60
349	Компот из сухофруктов	200	0,08	0,0	21,82	87,6	5-70
122	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,5	71,0	1-64
124	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,6	40,4	1-13
70/71	Овощи свежие или соленые	60	0,48	0,12	1,92	10,8	7-72
	итого	560	21,70	27,11	101,56	737,05	72-75
<b>ГОРЯЧИЙ ОБЕД</b>							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
108/109	Суп картофельный с клецками	200	4,18	5,02	23,2	175,8	8-97
229	Рыба тушеная с овощами	90/50	12,74	6,72	6-72	238,6	47-73
312	Пюре картофельное	150	3,12	5,10	18,57	132,6	13-01
392	Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0	2-16
122	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,5	71,0	1-64
124	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,6	40,4	1-13
	итого	755	23,83	17,38	86,59	718,40	74-64

Технолог:  Варданын О.Е.

Согласовано:  
Генеральный директор ОАО «Исток»  
Сербиц А.М.  
2024г.



Утверждаю:  
Директор МБОУ СОШ №  
2024г.



**МЕНЮ**  
На 8 Февраля 2024  
**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
<b>ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ</b> предварительное накрытие для 1-4 классов							
<b>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</b>							
282	Каша пшениная молочная	200/5	7/79	9,89	35,91	266,89	13-18
377	Чай с лимоном	200/15/7	2,0	0,0	16,0	65,0	4-21
122	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,5	71,0	1-64
пром	Йогурт 2,5%жирности	1/125	4,9	6,2	21,2	240,0	26-17
	итого	582	17,06	16,39	87,61	642,89	45-20
<b>ГОРЯЧИЙ ОБЕД</b>							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
218/10 66	Суп лапша домашняя	200	1,77	4,05	9,54	81,8	4-46
288	Птица отварная	90/5	19,26	17,1	1,26	235,8	52-62
199	Пюре гороховое	150/5	13,2	7,5	43,05	292,5	8-49
342	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,0	29,0	133,6	5-75
122	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,5	71,0	1-64
124	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,6	40,4	1-13
	итого	700	38,08	29,19	105,95	855,10	74-09

Технолог:

Варданян О.Е.





согласовано:  
 Генеральный директор ОАО «Исток»  
 Сербин А.М.  
 2024г.



Утверждаю:  
 Директор МБОУ СОШ № 11  
 2024г.

**МЕНЮ**  
 На 7 Февраля 2024  
**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
<b>ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ</b>							
предварительное накрытие для 1-4 классов							
<b>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</b>							
279	Тефтели из говядины	90	10,69	15,53	15,91	245,63	69-54
331	Соус сметанный с томатом	30	0,54	1,57	2,29	25,5	2-49
203	Макароны отварные с маслом	150/5	5,4	6,3	36,6	225,0	7-24
352	Кисель из яблок	200	0,12	0,0	30,12	121	5-22
122	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,5	71,0	1-64
124	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,6	40,4	1-13
	итого	525	20,44	23,94	108,02	728,53	87-26
<b>ГОРЯЧИЙ ОБЕД</b>							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
88	Щи из свежей капусты с картофелем	200/5	1,28	3,94	9,20	117,4	7-98
234	Котлеты или биточки рыбные	90/5	13,32	16,92	10,44	246,6	36-28
302	Каша пшеничная	150	6,58	5,06	41,29	237	7-92
392	Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0	2-16
122	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,5	71,0	1-64
124	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,6	40,4	1-13
	итого	715	24,97	26,46	99,03	772,40	57-11

Технолог:  Варданян О.Е.



Согласовано:  
 Генеральный директор ОАО «Исток»  
 Сербич А.М.  
 2024г.

Утверждаю:  
 Директор МБОУ СОШ № 11  
 2024г.



**МЕНЮ**  
 На 6 Февраля 2024  
**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
<b>ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ</b>							
предварительное накрытие для 1-4 классов							
<b>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</b>							
181	Каша жидкая молочная манная	200/5	6,0	3,0	43,4	225,0	14-27
15	Сыр «Российский»	15	3,48	4,43	0,0	54,0	13-07
пром	Булочка с изюмом	1/50	2,75	0,55	26,8	139,0	8-49
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,58	2,68	28,34	151,8	14-19
338	фрукты(яблоко)	150/1шт	0,8	0,0	25,2	104,0	16-58
	<b>ИТОГО</b>	<b>620</b>	<b>16,61</b>	<b>10,66</b>	<b>123,74</b>	<b>673,80</b>	<b>66-60</b>
<b>ГОРЯЧИЙ ОБЕД</b>							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
101	Суп картофельный с крупой (рис)	200	1,6	2,18	16,74	93,0	6-48
298	Голубцы ленивые	90	3,6	5,1	20,33	141,5	38-57
331	Соус сметанный с томатом	30	0,54	1,57	2,29	25,5	2-49
302	Каша рассыпчатая гречневая	150	7,52	6,28	40,73	279,6	11-12
349	Компот из сухофруктов	200	0,08	0,0	21,82	87,6	5-70
122	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,5	71,0	1-64
124	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,6	40,4	1-13
	<b>Итого</b>	<b>720</b>	<b>17,03</b>	<b>15,67</b>	<b>125,01</b>	<b>738,60</b>	<b>67-13</b>

Технолог  Варданян О.Е.





согласовано:  
 Генеральный директор ОАО «Исток»  
 Сербия А.М.  
 2024г.

11

Утверждаю:  
 Директор МБОУ СОШ №



**МЕНЮ**  
 На 5 Февраля 2024  
**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
<b>ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ</b>							
предварительное накрытие для 1-4 классов							
<b>ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК</b>							
291	Плов из птицы	90/150	23,36	27,04	38,24	489,6	78-50
377	Чай с лимоном	200/15/7	2,00	0,00	16,0	65,0	4-21
122	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,5	71,0	1-64
124	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,6	40,4	1-13
	<b>Итого</b>	<b>512</b>	<b>29,05</b>	<b>27,58</b>	<b>77,34</b>	<b>666,00</b>	<b>85-48</b>
<b>ГОРЯЧИЙ ОБЕД</b>							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
96	Рассольник Ленинградский	200/5	1,68	4,08	16,4	109,0	8-66
306	Котлеты из бройлер-цыпленка	90/5	16,06	3,29	7,95	193	44-96
302	Капуста тушенная	150	3,11	4,01	20,10	253,85	16-11
392	Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0	2-16
122	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,5	71,0	1-64
124	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,6	40,4	1-13
	<b>ИТОГО</b>	<b>715</b>	<b>24,64</b>	<b>11,92</b>	<b>82,55</b>	<b>727,25</b>	<b>74-66</b>

Технолог:

Варданын О.Е.