



МЕНЮ
На 19 Января 2024г
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ предварительное накрытие для 7-11 лет							
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
182	Каша молочная гречневая	200/5	5,40	11,20	35,30	278,00	13-34
424	Булочка «Домашняя»	1/50	3,75	6,6	30,45	196,0	4-41
376	Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0	2-10
пром	Йогурт 2,5%жирности	1/125	4,9	6,2	21,2	240,0	26-17
	итого	595	14,15	24,00	101,95	774,00	46-02
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
102	Суп картофельный с фасолью	200	4,14	4,28	18,88	130,6	11-84
301	Кнели из мясо кур	90/5	14,4	21,82	7,42	283,5	58-01
203	Макаронные изделия отварные	150/5	5,4	6,3	36,6	225,0	7-02
352	Кисель из яблок	200	0,12	0,0	30,12	121,0	5-05
122	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,5	71,0	1-62
124	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,6	40,4	1-11
	итого	700	27,75	32,94	116,12	871,5	84-65

Технолог:

Варданян О.Е.



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

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ №



МЕНЮ

На 18 Января 2024г
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ предварительное накрытие для 1-4 класс							
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
229	Рыба тушенная с овощами	90/50	12,74	6,72	6,72	138,6	47-61
312	Пюре картофельное	150	3,12	5,1	18,57	132,6	12-60
342	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,0	29,0	133,6	5-58
122	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,5	71,0	1-62
124	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,6	40,4	1-11
70/71	Овощи свежие или соленые	60	0,48	0,12	1,92	10,8	7-72
	Итого	600	20,19	12,48	79,31	527,00	76-24
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
103	Суп картофельный с макаронами	200	2,12	2,22	19,38	106,0	5-66
290	Птица тушенная в соусе	90/30	18,9	23,94	5,32	312,2	71-48
302	Каша пшеничная	150	6,58	5,06	41,29	237,0	7-67
377	Чай с лимоном	200/15/7	2,0	0,0	16,0	65,0	4-10
122	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,5	71,0	1-62
124	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,6	40,4	1-11
	ИТОГО	742	33,29	31,76	105,09	831,60	91-64

Технолог:

Вардания О.Е.



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

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ №
«» 2024г.



МЕНЮ
На 17 Января 2024г
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ предварительное накрытие для 7-11 лет							
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
223	Запеканка из творога со сгущенкой	150/15	31,5	12,6	49,5	435,0	62-91
382	Какао с молоком	200	3,76	3,2	26,74	150,8	12-20
338	фрукты(яблоко)	150/1шт	0,8	0,0	25,2	104,0	16-58
	итого	515	36,06	15,8	101,44	689,8	91-69
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
82	Борщ с капустой и картофелем	200/5	1,46	3,92	12,16	89,8	8-46
295	Котлета рубленая из мясо птиц	90/5	13,68	20,34	13,32	291,6	44-74
199	Пюре из бобовых	150/5	13,2	7,5	43,05	292,5	8-22
864	Компот из лимонов	200	0,08	0,09	27,08	108,6	7-63
122	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,5	71,0	1-62
124	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,6	40,4	1-11
	итого	705	32,11	32,39	118,71	893,90	71-78

Технолог:

Варданян О.Е.

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

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ №
« » 2024г.

МЕНЮ
На 16 Января 2024
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!



№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ предварительное накрытие для 1-4 классов							
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
301	Кнели из мясо птицы	90/5	14,4	21,82	7,42	283,5	58-01
433	Макароны отварные	150/5	5,40	6,30	36,6	225,0	7-02
349	Компот из сухофруктов	200	0,08	0,0	21,82	87,6	5-52
122	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,5	71,0	1-62
124	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,6	40,4	1-11
	итого	500	23,57	28,66	88,94	707,50	73-28
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
101	Суп картофельный с крупой пшеничной	200	1,6	2,18	16,74	93,0	5-69
279	Тефтели 2й вариант	90	10,69	15,53	15,91	245,63	66-91
331	Соус сметанный с томатом	30	0,54	1,57	2,29	25,5	2-41
310	Картофель отварной	150	3,00	4,90	21,50	142	12-93
392	Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	60,0	2-10
122	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,5	71,0	1-62
124	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,6	40,4	1-11
	итого	735	19,62	24,72	94,54	677,53	92-77

Технолог:

Варданыан О.Е.



Согласовано:
Генеральный директор ОАО «Исток»
Сербич А.М.
« 11 » 2024г.

11



Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ № 11
« 15 » 01 2024г.

МЕНЮ

На 15 Января 2024
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ предварительное накрытие для 1-4 классов							
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
15	Сыр «Российский»	25	4,64	5,90	0,0	72,0	22-18
181	Суп молочный рисовый	200/5	3,6	3,95	15,71	138,6	13-52
пром	Булочка «Домашняя»	1/50	3,75	6,60	30,45	196	4-41
377	Чай с лимоном	200/15/7	2,0	0,0	16,0	65,0	4-10
	ИТОГО	502	13,99	16,45	62,16	471,60	44-21
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
102	Суп картофельный с горохом	200	4,14	4,28	18,88	130,60	4-84
234	Котлеты или биточки рыбные	90/5	13,32	16,92	10,44	24,66	36-04
302	Каша рассыпчатая гречневая	150/5	7,52	6,28	40,73	279,6	10-78
349	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,0	29,0	138,6	5-58
122	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,5	71,0	1-62
124	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,6	40,4	1-11
	итого	700	28,83	28,02	122,15	684,86	59-97

Технолог:

Варданян О.Е.