

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

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ №
2024г.

МЕНЮ

На 20 Май 2024

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ предварительное накрытие для 1-4 классов							
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
291	Плов из птицы	90/150	23,36	27,04	38,24	489,6	78-80
377	Чай с лимоном	200/15/7	2,00	0,00	16,0	65,0	4-46
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	512	29,05	27,58	77,34	666,00	86-03
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
96	Рассольник Ленинградский	200/5	1,68	4,08	16,4	109,0	9-23
306	Котлеты из бройлер- цыпленка	90/5	16,06	3,29	7,95	193	48-86
302	Капуста тушеная	150	3,11	4,01	20,10	253,85	17-93
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	24,64	11,92	82,55	727,25	80-95

Технолог:


Варданян О.Е.

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

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ №
« 2024г.

МЕНЮ
На 21 Мая 2024
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ предварительное накрытие для 1-4 классов							
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
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	9-00
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
	ИТОГО	620	16,61	10,66	123,74	673,80	67-11
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	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	6-93
298	Голубцы ленивые	90	3,6	5,1	20,33	141,5	39-10
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	10-03
349	Компот из сухофруктов	200	0,08	0,0	21,82	87,6	6-67
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	720	17,03	15,67	125,01	738,60	67-99

Технолог:  Варданыан О.Е.

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

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ № 11
» 2024г.

МЕНЮ
На 22 Мая 2024
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ предварительное накрытие для 1-4 классов							
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
279	Тефтели из говядины	90	10,69	15,53	15,91	245,63	69-69
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	87-41
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	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	8-78
234	Котлеты или биточки рыбные	90/5	13,32	16,92	10,44	246,6	33-86
302	Каша пшеничная	150	6,58	5,06	41,29	237	6-64
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
15	Сыр «Российский»	16	3,48	4,43	0,0	54,0	20-26
	итого	715	24,97	26,46	99,03	772,40	74-47

Технолог:

Варданян О.Е.



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



Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ № 11
» 2024г.

МЕНЮ

На 23 Мая 2024

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ предварительное накрытие для 1-4 классов							
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
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	4-46
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
пром	Шоколад «Аленка»	90	6,3	30,6	47,7	495	78-13
	итого	582	17,06	16,39	87,61	642,89	123-58
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	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	4-51
288	Птица отварная	90/5	19,26	17,1	1,26	235,8	52-64
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	74-16

Технолог:

Бардамян О.Е.



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

Утверждаю:
 Директор МБОУ СОШ №



МЕНЮ
 На 24 Мая 2024
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ							
предварительное накрытие для 1-4 классов							
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
295	Котлета рубленая из птицы	90/5	13,68	20,34	13,32	291,6	48-86
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	6-67
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	8-25
	итого	560	21,70	27,11	101,56	737,05	78-15
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	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	9-44
229	Рыба тушеная с овощами	90/50	12,74	6,72	6-72	238,6	48-15
312	Пюре картофельное	150	3,12	5,10	18,57	132,6	13-83
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	76-35

Технолог:

Варданян О.Е.