

Меню для учащихся с 5 по 11 класс за счет родительских средств (обед)

Утверждаю зам. директора
ООО «Аврора»

Согласовано директор
МБОУ СОШ № 1

Меню с 4 мая по 8 мая 2026г.

Понедельник

			Белки(гр)	Жиры(гр)	Углеводы(гр)	ЭЦ(ккал)
250/5	Рассольник домашний со сметаной	35-17	2,31	5,61	13,66	116,25
60/40	Котлета из говядины с мясом птицы с томатным соусом	62-38	14,40	15,80	11,80	219,50
180/5	Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом	11-48	10,44	6,48	54,00	316,56
200	Напиток «Витошка» витаминизированный	13-92	0,0	0,0	15,8	60,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	2-25	3,30	0,54	19,32	95,10
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	2-06	2,28	0,27	14,53	69,60
		127-26				

Вторник

80	Салат из свеклы с яблоком	16-59	1,33	4,00	6,60	68,00
250/5	Суп крестьянский с пшеном со сметаной	22-76	2,04	5,24	10,50	97,96
220	Говядина тушеная с овощами	90-76	16,44	19,44	19,44	324,00
200	Напиток из плодов шиповника	9-58	0,40	0,00	31,0	122,0
35	Хлеб пшеничный для детского питания	2-63	3,85	0,63	22,54	110,95
35	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	2-41	2,66	0,32	16,94	81,20
		144-73				

Среда

80	Овощи натуральные свежие (помидор)порционн	33-39	0,88	0,16	3,04	19,41
250	Куллама по – деревенски на курином бульоне	13-52	15,00	8,75	16,25	202,50
220	Рагу овощное с мясом птицы	76-37	24,49	26,74	62,71	476,25
200	Кисель витаминизированный «Витошка»	20-31	0,0	0,0	23,00	90,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	2-25	3,30	0,54	19,32	95,10
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	2-06	2,28	0,27	14,53	69,60
		147-90				

Четверг

250/5	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	28-06	3,5	5,11	14,12	127,75
100	Рыба, тушенная в томате с овощами	49-60	10,37	5,74	5,36	114,49
180	Рис отварной	14-09	4,80	7,20	48,00	271,00
200	Компот из апельсинов и яблок	22-75	0,48	0,25	27,0	111,0
40	Хлеб пшеничный для детского питания	3-00	4,40	0,72	25,76	126,80
40	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	2-75	3,04	0,35	19,37	92,80
		120-25				

Пятница

250	Суп картофельный с горохом	19-80	5,47	4,75	19,73	146,25
100	Говядина тушенная в сметане	90-22	15,26	22,10	1,90	264,0
180	Макаронные изделия отварные	11-95	6,98	5,17	44,50	252,60
200	Сок фруктовый	14-92	1,00	0,20	20,00	92,00
35	Хлеб пшеничный для детского питания	2-63	3,85	0,63	22,54	110,95
35	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	2-41	2,66	0,32	16,94	81,20
		141-93				

Итого

682-07

Составил технолог ООО «Аврора».

Лебедькова.Е.М.

Повар.

Меню для учащихся из многодетных семей и ТЖС(завтрак) с 5 по 11кл.

Утверждаю зам. директора
ООО «Аврора»

Меню с 4 мая по 8 мая 2026г.

Согласовано директор
МБОУ СОШ № 1

МБОУ СОШ № 1
«Гармония»
г.о. г. Кумертау РБ

Понедельник

		Белки(гр)	Жиры(гр)	Углеводы(гр)	ЭЦ (ккал)
10	Масло сливочное (порциями)	0,05	8,25	0,08	75,00
180/15/7	Макаронные изделия, тертым с сыром	12,46	14,36	36,14	328,80
100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,40	0,40	9,80	48,0
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
50	Хлеб пшеничный для детского питания	4,0	0,5	27,5	130,0

84-47

Вторник

10	Сыр (порциями)	2,63	2,66	0,0	35,0
200/10	Каша молочная рисовая (жидкая) с маслом	5,68	7,95	34,05	229,0
150	Фрукты свежие (груша) порционно	0,60	0,45	15,45	87,0
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
50	Батон нарезной для детского питания	3,85	1,50	25,05	129,50

84-47

Среда

15	Сыр (порциями)	3,94	3,99	0,0	52,5
100	Биточки мясные с томатным соусом	14,40	15,80	11,80	219,50
180/5	Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом	10,44	6,48	54,00	316,56
200/7	Чай с сахаром и лимоном	0,26	0,05	15,12	59,0
50	Хлеб пшеничный для детского питания	4,0	0,5	27,5	130,0

84-47

Четверг

10	Масло сливочное (порциями)	0,05	8,25	0,08	75,00
250	Суп молочный с вермишелью	5,50	5,50	19,87	161,0
100	Кисломолочный продукт для детского питания	3,20	3,20	9,20	80,0
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
50	Батон нарезной для детского питания	3,85	1,50	25,05	129,50

84-47

Пятница

100	Котлеты из птицы с томатным соусом	10,05	9,58	9,10	162,56
200	Картофельное пюре	4,40	6,81	29,47	197,39
200/7	Чай с сахаром и лимоном	0,26	0,05	15,12	59,0
50	Хлеб пшеничный для детского питания	4,0	0,5	27,5	130,0

84-47

Итого

422-35

Составил технолог ООО «Аврора».

Лебедькова Е.М.

Повар

Меню для учащихся с 1 по 4 класс за счет родительских средств (обед)

Утверждаю зам. директора
ООО «Аврора»

Согласовано директор
МБОУ СОШ №1

Меню с 4 мая по 8 мая 2026г.

Понедельник

			Белки(гр)	Жиры(гр)	Углеводы(гр)	ЭЦ(калл)
200/5	Рассольник домашний со сметаной	28-14	1,85	4,49	10,93	93,00
60/40	Котлета из говядины с мясом птицы с томатным соусом	62-38	14,40	15,80	11,80	219,50
150/5	Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом	10-43	8,7	5,4	45,00	263,80
200	Напиток «Витошка» витаминизированный	13-92	0,0	0,0	15,8	60,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	2-25	3,30	0,54	19,32	95,10
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	2-06	2,28	0,27	14,53	69,60
		119-18				

Вторник

60	Салат из свеклы с яблоком	12-45	1,00	3,00	5,00	51,0
200/5	Суп крестьянский с пшеном со сметаной	18-21	1,64	4,21	8,44	78,75
180	Говядина тушеная с овощами	67-95	13,70	16,20	16,20	270,00
200	Напиток из плодов шиповника	9-58	0,40	0,00	31,0	122,0
35	Хлеб пшеничный для детского питания	2-63	3,85	0,63	22,54	110,95
35	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	2-41	2,66	0,32	16,94	81,20
		113-23				

Среда

60	Овощи натуральные свежие (помидор) порционно	25-04	0,66	0,12	2,28	14,56
200	Куллама по – деревенски на курином бульоне	10-81	12,0	7,0	13,0	162,0
180	Рагу овощное с мясом птицы	59-82	20,41	22,29	52,26	396,88
200	Кисель витаминизированный «Витошка»	20-31	0,0	0,0	23,00	90,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	2-25	3,30	0,54	19,32	95,10
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	2-06	2,28	0,27	14,53	69,60
		120-29				

Четверг

200/5	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	22-45	2,80	4,09	11,30	102,20
100	Рыба, тушенная в томате с овощами	49-60	10,37	5,74	5,36	114,49
150	Рис отварной	11-74	4,0	6,00	40,00	226,00
200	Компот из апельсинов и яблок	22-75	0,48	0,25	27,0	111,0
40	Хлеб пшеничный для детского питания	3-00	4,40	0,72	25,76	126,80
40	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	2-75	3,04	0,35	19,37	92,80
		112-29				

Пятница

200	Суп картофельный с горохом	15-84	5,47	4,75	15,79	146,20
90	Говядина тушенная в сметане	87-17	13,74	19,89	1,74	237,60
150	Макаронные изделия отварные	9-96	5,48	4,31	37,08	210,50
200	Сок фруктовый	14-92	1,00	0,20	20,00	92,00
30	Хлеб пшеничный для детского питания	2-25	3,30	0,54	19,32	95,10
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	2-06	2,28	0,27	14,53	69,60
		132-20				

Итого

597-19

Составил технолог ООО «Аврора».

Лебедекова.Е.М.

Повар.

Меню для учащихся с 5 по 11 класс за счет родительских средств (завтрак)

Утверждаю зам. директора
ООО «Аврора»

Согласовано директор
МБОУ СОШ № 1

Меню с 4 мая по 8 мая 2026г.

Понедельник

			Белки(гр)	Жиры(гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (ккал)
10	Масло сливочное (порциями)	10-25	0,08	7,25	0,13	66,10
180/15/ 7	Макаронные изделия, тертым с сыром	24-10	12,46	14,36	36,14	328,80
100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	14-25	0,40	0,40	10	47,0
200	Чай с сахаром	2-89	0,2	0,05	15,0	57,0
40	Хлеб пшеничный для детского питания	3-75	3,04	0,36	19,36	92,80

55-24

Вторник

10	Сыр (порциями)	10-47	2,63	2,66	0,0	35,0
200/10	Каша молочная рисовая (жидкая) с маслом	25-48	5,68	7,95	34,05	229,0
100	Фрукты свежие (груша) порционно	31-50	0,40	0,30	10,30	58,00
200	Чай с сахаром	2-89	0,2	0,05	15,01	57,0
50	Батон нарезной для детского питания	5-16	3,85	1,50	25,05	129,50

75-50

Среда

10	Сыр (порциями)	10-47	2,63	2,66	0,0	35,0
100	Биточки мясные с томатным соусом	59-06	9,87	11,8	8,34	178,98
180/5	Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом	11-48	10,44	6,48	54,00	316,56
200/7	Чай с сахаром и лимоном	5-75	0,26	0,05	15,12	59,0
50	Хлеб пшеничный для детского питания	3-75	4,0	0,5	27,5	130,0

90-51

Четверг

10	Масло сливочное (порциями)	10-25	0,05	8,25	0,08	75,00
250	Суп молочный с вермишелью	17-17	5,50	5,50	19,87	161,0
100	Кисломолочный продукт для детского питания	30-00	3,20	3,20	9,20	80,0
200	Чай с сахаром	2-89	0,2	0,05	15,01	57,0
50	Батон нарезной для детского питания	5-16	3,85	1,50	25,05	129,50

65-47

Пятница

100	Котлеты из птицы с томатным соусом	56-29	10,05	9,58	9,10	162,56
200	Картофельное пюре	44-43	4,40	6,81	29,47	197,39
200/7	Чай с сахаром и лимоном	5-75	0,26	0,05	15,12	59,0
50	Хлеб пшеничный для детского питания	3-75	4,0	0,5	27,5	130,0

110-22

Итого

396-94

Составил технолог ООО «Аврора».

Повар

Лебедекова Е.М.

Меню для учащихся с 1 по 4 класс (завтрак)

Утверждаю зам. директора
ООО «Аврора»

Согласовано директор
МБОУ СОШ № 1

Меню с 4 мая по 8 мая 2026г.

Понедельник

		Белки(гр)	Жиры(гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (ккал)
10	Масло сливочное (порциями)	0,05	8,25	0,08	75,0
150/10/ 5	Макаронные изделия, тертым с сыром	10,18	11,73	29,52	268,58
100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,40	0,40	10,0	47,0
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
40	Хлеб пшеничный для детского питания	3,04	0,36	19,36	92,80

76-96

Вторник

10	Сыр (порциями)	2,63	2,66	0,0	35,0
150/5	Каша молочная рисовая (жидкая) с маслом	3,68	8,72	23,72	201
100	Фрукты свежие (груша) порционно	0,40	0,30	10,30	58,00
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
50	Батон нарезной для детского питания	3,85	1,50	25,05	129,50

76-96

Среда

100	Биточки мясные с томатным соусом	9,87	11,80	8,34	178,98
150/5	Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом	8,7	5,4	45,00	263,80
200/7	Чай с сахаром и лимоном	0,26	0,05	15,12	59,0
50	Хлеб пшеничный для детского питания	4,0	0,5	27,5	130,0

76-96

Четверг

10	Масло сливочное (порциями)	0,05	8,25	0,08	75,00
200	Суп молочный с вермишелью	4,40	4,40	15,90	128,80
100	Кисломолочный продукт для детского питания	3,20	3,20	9,20	80,0
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
50	Батон нарезной для детского питания	3,85	1,50	25,05	129,50

76-96

Пятница

100	Котлеты из птицы с томатным соусом	10,05	9,58	9,10	162,56
150	Картофельное пюре	3,00	6,00	22,00	153,00
200/7	Чай с сахаром и лимоном	0,26	0,05	15,12	59,0
50	Хлеб пшеничный для детского питания	4,0	0,5	27,5	130,0

76-96

Итого

384-80

Составил технолог ООО «Аврора».

Лебедькова Е.М.

Повар

Меню для детей с ограниченными возможностями здоровья и дети – инвалиды и

СВО (завтрак и обед) с 1 по 4 кл.

Утверждаю зам. директора
ООО «Аврора»

Согласовано директор
МБОУ СОШ № 1

Меню с 4 мая по 8 мая 2026г.

**Понедельник
Завтрак**

		Белки(г р)	Жиры(гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (калл)
8	Масло сливочное (порциями)	0,06	5,8	0,1	52,88
150/10 /5	Макаронные изделия, тертым с сыром	10,18	11,73	29,52	268,58
100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,40	0,40	9,80	48,0
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	3,30	0,54	19,32	95,10

Обед

200/5	Рассольник домашний со сметаной	1,85	4,49	10,93	93,00
60/40	Котлета из говядины с мясом птицы с томатным соусом	14,40	15,80	11,80	219,50
150/5	Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом	8,7	5,4	45,00	263,80
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	3,30	0,54	19,32	95,10
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60

Итого

163-03

**Вторник
Завтрак**

10	Сыр (порциями)	2,63	2,66	0,0	35,0
150/5	Каша молочная рисовая (жидкая) с маслом	3,68	8,72	23,72	201
100	Фрукты свежие (груша) порционно	0,40	0,30	10,30	58,00
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
40	Батон нарезной для детского питания	3,08	1,20	20,04	103,6

Обед

200/5	Суп крестьянский с пшеном со сметаной	1,64	4,21	8,44	78,75
180	Говядина тушеная с овощами	13,70	16,20	16,20	270,00
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	3,30	0,54	19,32	95,10
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60

Итого

163-03

**Среда
Завтрак**

100	Биточки мясные с томатным соусом	14,40	15,80	11,80	219,50
150/5	Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом	8,7	5,4	45,00	263,80
200/7	Чай с сахаром и лимоном	0,26	0,05	15,12	59,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	3,30	0,54	19,32	95,10

Обед

200	Куллама по – деревенски на курином бульоне	12,0	7,0	13,0	162,0
180	Рагу овощное с мясом птицы	20,41	22,29	52,26	396,88
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	3,30	0,54	19,32	95,10
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60

Итого

163-03

**Четверг
Завтрак**

8	Масло сливочное (порциями)	0,06	5,8	0,1	52,88
200	Суп молочный с вермишелью	4,40	4,40	15,90	128,80
100	Кисломолочный продукт для детского питания	3,20	3,20	9,20	80,0
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
40	Хлеб пшеничный для детского питания	4,40	0,72	25,76	126,80

Обед

200/5	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	2,80	4,09	11,30	102,20
80	Рыба, тушеная в томате с овощами	8,29	4,59	4,28	91,59
150	Рис отварной	4,0	6,00	40,00	226,00
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	3,30	0,54	19,32	95,10
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60

163-03

**Пятница
Завтрак**

60/40	Котлеты из птицы с томатным соусом	10,05	9,58	9,10	162,56
150	Картофельное пюре	3,00	6,00	22,00	153,00
200/7	Чай с лимоном и сахаром	0,26	0,05	15,12	59,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	3,30	0,54	19,32	95,10

Обед

200	Суп картофельный с горохом	5,47	4,75	15,79	146,20
80	Говядина тушеная в сметане	12,21	17,68	1,54	211,20
150	Макаронные изделия отварные	5,48	4,31	37,08	210,50
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	3,30	0,54	19,32	95,10
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60

163-03

Всего

815-15

Составил технолог ООО «Аврора».
Повар.

 **Лебедькова.Е.М.**

Меню для детей с сахарным диабетом (завтрак и обед) с 5 по 11 кл.

Утверждаю зам. директора
ООО «Аврора»

Согласовано директор
МБОУ СОШ № 1

Меню с 4 мая по 8 мая 2026г.

Понедельник Завтрак

	Белки(гр)	Жиры(гр)	Углеводы(гр)	ЭЦ(ккал)
10 Масло сливочное (порциями)	0,05	8,25	0,08	75,00
150 Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,6	0,6	14,5	72,0
180 Омлет натуральный без сливочного масла	22,69	20,42	3,38	273,20
200 Чай без сахара	0,0	0,0	0,0	0,0
200 Сок фруктовый	1,0	0,2	20,0	92,0
30 Хлеб ржано-пшеничный	3,3	0,54	19,32	95,1

Обед

250 Суп гороховый без картофеля	8,35	4,82	22,6	167,79
100 Биточки рубленые из цыпленка- бройлерного без хлеба и молока	17,2	20,8	0,36	256,34
200 Картофельное пюре	4,00	8,00	29,30	204,0
200 Компот из свежих плодов (яблоко) без сахара	0,16	0,16	3,92	18,80
50 Хлеб ржано-пшеничный	2,45	0,5	22,4	110,0

Итого:

177-11

Вторник Завтрак

150 Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,6	0,6	14,5	72,0
150 Сырники из творога	31,02	12,01	17,71	308,40
200 Чай без сахара	0,0	0,0	0,0	0,0
30 Хлеб ржано-пшеничный	3,3	0,54	19,32	95,1

Обед

250 Суп с гречневой крупой без картофеля	2,21	6,43	11,0	111,34
100 Мясо тушеное с овощами	15,05	17,87	1,83	226,55
200/4 Каша полтавская (вязкая) с маслом	5,22	5,42	30,62	184,65
200 Компот из смеси сухофруктов без сахара	0,44	0,09	12,96	48,80
50 Хлеб ржано-пшеничный	2,45	0,5	22,4	110,0

Итого:

177-11

Среда Завтрак

180/40 Плов из мяса говядины	5,71	5,11	25,76	171,65
200 Сок фруктовый	1,0	0,2	20,0	92,0
200 Чай без сахара	0,0	0,0	0,0	0,0
30/10 Хлеб ржано-пшеничный с сыром	4,10	2,96	13,44	98,0

Обед

250/10 Суп крестьянский с крупой пшено со сметаной без картофеля	2,02	5,75	8,25	93,89
100 Филе грудки отварное	23,62	20,26	1,16	279,92
200 Капуста тушеная	4,55	5,36	12,70	200,5
200 Компот из свежих плодов (яблоко) без сахара	0,16	0,16	3,92	18,80
50 Хлеб ржано-пшеничный	2,45	0,5	22,4	110,0

Итого:

177-11

**Четверг
Завтрак**

20	Сыр (порциями)	4,64	5,90	0,0	72,80
200/10	Каша «Артек» молочная (вязкая) с маслом без сахара	8,46	8,13	38,80	262,77
1/40	Яйцо вареное вкрутую	6,86	6,21	0,38	84,78
200/7	Чай с лимоном без сахара	0,07	0,0	0,07	0,07
50	Хлеб ржано-пшеничный	2,45	0,5	22,4	110,0

Обед

150	Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,6	0,6	14,5	72,0
250/5	Борщ с капустой без картофеля со сметаной	1,83	4,82	5,1	86,45
90/45	Рыба, тушеная в томатном соусе с овощами	18,13	5,73	2,64	135,51
180/4	Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом	10,84	6,85	42,54	260,88
200	Компот из смеси сухофруктов без сахара	0,44	0,09	12,96	18,80
30	Хлеб ржано-пшеничный	3,3	0,54	19,32	95,1

Итого:

177-11

**Пятница
Завтрак**

15	Сыр (порциями)	3,95	3,99	0,00	52,50
200/10	Каша пшенная молочная (вязкая) с маслом без сахара	8,58	9,56	37,85	272,66
200	Сок фруктовый	1,0	0,2	20,0	92,0
200	Чай без сахара	0,0	0,0	0,0	0,0
30	Хлеб ржано-пшеничный	3,3	0,54	19,32	95,1

Обед

250/5	Рассольник «Ленинградский» со сметаной без картофеля	3,99	7,19	25,54	184,29
60	Биточки (котлеты) мясные	10,14	10,73	10,18	177,82
200/4	Каша перловая (вязкая) с маслом	4,20	4,94	29,91	181,21
200	Чай без сахара	0,0	0,0	0,0	0,0
50	Хлеб ржано-пшеничный	2,45	0,5	22,4	110,0

Итого

177-11

Всего:

885-55

Составил технолог ООО «Аврора».

Повар.

 **Лебедькова.Е.М.**

Меню для детей с ограниченными возможностями здоровья и дети – инвалиды и

СВО (завтрак и обед) с 5 по 11 кл.

Утверждаю зам. директора
ООО «Аврора»

Согласовано директор
МБОУ СОШ №1

Меню с 4 мая по 8 мая 2026г.

Понедельник

Завтрак

		Белки(гр)	Жиры(гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (ккал)
8	Масло сливочное (порциями)	0,06	5,8	0,1	52,88
180/15	Макаронные изделия, тертым с сыром	12,46	14,36	36,14	328,80
/7					
100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,40	0,40	9,80	48,0
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
40	Хлеб пшеничный для детского питания	4,40	0,72	25,76	126,80

Обед

250/5	Рассольник домашний со сметаной	2,31	5,61	13,66	116,25
60/40	Котлета из говядины с мясом птицы с томатным соусом	14,40	15,80	11,80	219,50
180/5	Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом	10,44	6,48	54,00	316,56
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	3,3	0,54	19,32	95,10

Итого

177-11

**Вторник
Завтрак**

10	Сыр (порциями)	2,63	2,66	0,0	35,0
200/5	Каша молочная рисовая (жидкая) с маслом	5,68	7,95	34,05	229,0
100	Фрукты свежие (груша) порционно	0,40	0,30	10,30	58,00
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
40	Батон нарезной для детского питания	3,08	1,20	20,04	103,6

Обед

250/5	Суп крестьянский с пшеном со сметаной	2,04	5,24	10,50	97,96
210	Говядина тушеная с овощами	15,69	18,55	18,55	309,27
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	3,3	0,54	19,32	95,10

Итого

177-11

**Среда
Завтрак**

60/40	Биточки мясные с томатным соусом	14,40	15,80	11,80	219,50
180/5	Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом	10,44	6,48	54,00	316,56
200/7	Чай с сахаром и лимоном	0,26	0,05	15,12	59,0
40	Хлеб пшеничный для детского питания	4,40	0,72	25,76	126,80

Обед

250	Куллама по – деревенски на курином бульоне	15,00	8,75	16,25	202,50
220	Рагу овощное с мясом птицы	24,49	26,74	62,71	476,25
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	3,3	0,54	19,32	95,10

Итого

177-11

**Четверг
Завтрак**

8	Масло сливочное (порциями)	0,06	5,8	0,1	52,88
250	Суп молочный с вермишелью	5,50	5,50	19,87	161,0
100	Кисломолочный продукт для детского питания	3,20	3,20	9,20	80,0
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
40	Батон нарезной для детского питания	3,08	1,20	20,04	103,6

Обед

250/5	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	3,5	5,11	14,12	127,75
80	Рыба, тушеная в томате с овощами	8,29	4,59	4,28	91,59
180	Рис отварной	4,80	7,20	48,00	271,00
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	3,3	0,54	19,32	95,10

177-11

**Пятница
Завтрак**

60/40	Котлеты из птицы с томатным соусом	10,05	9,58	9,10	162,56
180	Картофельное пюре	3,96	6,12	26,52	177,65
200/7	Чай с лимоном и сахаром	0,26	0,05	15,12	59,0
40	Хлеб пшеничный для детского питания	4,40	0,72	25,76	126,80

Обед

250	Суп картофельный с горохом	6,83	5,93	19,73	182,75
80	Говядина тушеная в сметане	12,21	17,68	1,54	211,20
180	Макаронные изделия отварные	6,98	5,17	44,50	252,60
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	2,66	0,32	16,94	81,20
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	3,85	0,63	22,54	110,95

177-11

885-55

Всего

Составил технолог ООО «Аврора».

 **Лебедева.Е.М.**

Повар.