

Утверждаю:  
Директор МОБУ СОШ с. Ломовка  
А.М.Панов

Меню на 1.12.2020

| № | Наименование, сорт, размер                              | Един. Изме-рения |
|---|---------------------------------------------------------|------------------|
|   | <b>Начальные классы 1-4</b>                             |                  |
|   | <b>Завтрак</b>                                          |                  |
| 1 | Шанежка с картофелем                                    | 75               |
|   | Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом          | 180/50           |
|   | Чай с лимоном                                           | 200              |
|   | Хлеб пшеничный, ржаной                                  | 30               |
|   | <b>Обед :</b>                                           |                  |
|   | Салат из моркови                                        | 80               |
|   | Свекольник на курином бульоне со сметаной               | 200/50           |
|   | Плов из курицы                                          | 40/140           |
|   | Компот из плодов яблок витаминизированный               | 200              |
|   | Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания) | 25               |
|   | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)       | 25               |



Утверждаю:  
Директор МОБУ СОШ с. Ломовка  
А.М.Панов

Меню на 2.12.2020

| № | Наименование, сорт, размер                              | Един. измерения |
|---|---------------------------------------------------------|-----------------|
|   | <b>начальные классы 1-4</b>                             |                 |
|   | <b>Завтрак</b>                                          |                 |
| 1 | Помидоры свежие                                         | 20              |
|   | Котлеты из птицы                                        | 60              |
|   | Пюре картофельное                                       | 150             |
|   | Какао с молоком                                         | 200             |
|   | Хлеб пшеничный, ржаной                                  | 30              |
|   | <b>Обед :</b>                                           |                 |
|   | Салат витаминный                                        | 80              |
|   | Суп лапша домашняя на мясном бульоне                    | 200             |
|   | Рагу из овощей в томатном соусе с мясом                 | 25/150          |
|   | Компот из рябины черноплодной и яблок                   | 200             |
|   | Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания) | 25              |
|   | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)       | 25              |

Утверждаю:  
Директор МОБУ СОШ с. Ломовка  
А.М.Панов

Меню на 3 12. 2020

| № | Наименование, сорт, размер                              | Един. измерения |
|---|---------------------------------------------------------|-----------------|
|   | <b>Начальные классы 1-4</b>                             |                 |
|   | <b>Завтрак</b>                                          |                 |
| 1 | Сыр (порциями)                                          | 10              |
|   | Гречка с тефтелем                                       | 140/5           |
|   | Чай с лимоном                                           | 200             |
|   | Хлеб пшеничный, ржаной                                  | 30              |
|   | Яблоко                                                  | 100             |
|   | <b>Обед :</b>                                           |                 |
|   | Салат из капусты белокочанной с морковью                | 80              |
|   | Рассольник ленинградский на мясном бульоне со сметаной  | 200/5           |
|   | Говядина тушенная с овощами в соусе                     | 30/120          |
|   | Компот из кураги                                        | 200             |
|   | Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания) | 25              |
|   | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)       | 25              |



Утверждаю:  
Директор МОБУ СОШ с. Ломовка  
А.М.Панов

Меню на 4. 12. 2010

| № | Наименование, сорт, размер                              | Един. Измерения |
|---|---------------------------------------------------------|-----------------|
|   | <b>Начальные классы 1-4</b>                             |                 |
|   | <b>Завтрак</b>                                          |                 |
| 1 | Каша молочная из пшен. крупы                            | 180/5           |
|   | Плюшки московские                                       | 60              |
|   | Чай с сахаром                                           | 200             |
|   | Хлеб пшеничный, ржаной                                  | 30              |
|   | Йогурт детский питьевой                                 | 100             |
|   | <b>Обед :</b>                                           |                 |
|   | Салат из свеклы отварной                                | 80              |
|   | Щи из свежей капусты со сметаной                        | 200/5           |
|   | Рыба (минтай), тушеная в томатном соусе                 | 50/50           |
|   | Рис отварной                                            | 150             |
|   | Компот из плодов яблок витаминизированный               | 200             |
|   | Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания) | 25              |
|   | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)       | 25              |

Утверждаю:  
Директор МОБУ СОШ с. Ломовка  
А.М.Панов

Меню на 30.11.2020

| №<br>реп.               | Прием пищи, наименование блюда                                              | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энерге-<br>тическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |       |        |      |
|-------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-----------------|----------------------|-------|--------|-------------------------------------------|---------------|-------|--------|------|
|                         |                                                                             |                 | Б                    | Ж     | У      |                                           | В1            | С     | А      | Е    |
| 1                       | 2                                                                           | 3               | 4                    | 5     | 6      | 7                                         | 8             | 9     | 10     | 11   |
| <b>завтрак</b>          |                                                                             |                 |                      |       |        |                                           |               |       |        |      |
| 232,3                   | Пудинг творожный с повидлом                                                 | 100/10          | 17,51                | 6,64  | 24,57  | 230,41                                    | 0,06          | 0,44  | 0      | 0    |
| 283                     | Чай с сахаром*                                                              | 200/10          | 0,00                 | 0,00  | 9,98   | 39,90                                     |               | 0,0   | 0      | 0    |
| 1,1                     | Хлеб пшеничный, ржаной<br>обогащенный витаминами<br>( для детского питания) | 30              | 2,28                 | 0,24  | 14,76  | 70,5                                      | 0,03          | 0     | 0      | 0,33 |
| 401,00                  | Масло сливочное                                                             | 10              | 0,08                 | 7,25  | 0,13   | 66,1                                      | 0,00          | 0     | 45     | 0,10 |
| 11,29                   | Яблоки                                                                      | 150             | 0,6                  | 0,6   | 14,7   | 70,5                                      | 0,05          | 15    | 7,5    | 0,3  |
| <b>Итого за завтрак</b> |                                                                             |                 | 20,47                | 14,73 | 64,14  | 477,41                                    | 0,14          | 15,44 | 52,50  | 0,73 |
| <b>обед</b>             |                                                                             |                 |                      |       |        |                                           |               |       |        |      |
| 2,10                    | Салат из белокочанной капусты с<br>морковью                                 | 20              | 1,14                 | 2,56  | 5,83   | 51,69                                     | 0,02          | 25,8  | 201,69 | 1,2  |
| 65,11                   | Суп картофельный с гречневой<br>крупой                                      | 250             | 2,53                 | 3,06  | 15,37  | 99,38                                     | 0,11          | 11,5  | 0      | 0    |
| 97,09                   | Жаркое по-домашнему                                                         | 50/115          | 16,81                | 17,63 | 16,38  | 291,48                                    | 0,17          | 20,59 | 0      | 0    |
| 294,01                  | Компот из свежих плодов*                                                    | 200             | 0,16                 | 0,16  | 18,89  | 78,65                                     | 0,01          | 4     | 2      | 0,08 |
| 1,1                     | Хлеб пшеничный обогащенный<br>витаминами (для детского питания)             | 20              | 1,52                 | 0,16  | 9,84   | 47                                        | 0,02          | 0     | 0      | 0,22 |
| 1,2                     | Хлеб ржаной (для детского питания)                                          | 30              | 1,47                 | 0,3   | 13,44  | 63                                        | 0,03          | 0     | 0      | 0    |
| <b>Итого за обед</b>    |                                                                             |                 | 23,63                | 23,87 | 79,75  | 631,20                                    | 0,36          | 61,88 | 203,69 | 1,50 |
| <b>Итого за день</b>    |                                                                             |                 | 44,10                | 38,60 | 143,89 | 1108,61                                   | 0,50          | 77,32 | 256,19 | 2,23 |