

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

Утверждаю директор  
ООО «МШКОП»

Согласовано директор  
МБОУ ОК «Перспектива»  
Т. В. Крикун

Меню с 24 марта по 28 марта 2025г.

**Понедельник**

|          |                                     | Белки(гр) | Жиры(гр) | Углеводы(гр) | ЭЦ (калл) |
|----------|-------------------------------------|-----------|----------|--------------|-----------|
| 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     |

78-02

**Вторник**

|           |                                                   |      |      |       |        |
|-----------|---------------------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 10        | Сыр (порциями)                                    | 2,63 | 2,66 | 0,0   | 35,0   |
| 200/10/10 | Каша ячневая молочная (жидкая) с маслом и сахаром | 7,23 | 3,72 | 49,05 | 259,0  |
| 100       | Фрукты свежие (яблоко) порционно                  | 0,40 | 0,40 | 10,0  | 48,0   |
| 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 |

78-02

**Среда**

|       |                                          |      |      |       |        |
|-------|------------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 60/40 | Тефтели из мяса курицы с томатным соусом | 6,27 | 5,39 | 13,53 | 150,3  |
| 200   | Картофельное пюре                        | 4,4  | 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  |

78-02

**Четверг**

|     |                                     |       |      |       |        |
|-----|-------------------------------------|-------|------|-------|--------|
| 100 | Азу по - татарски                   | 13,33 | 9,16 | 5,90  | 158,3  |
| 200 | Рис отварной                        | 5,30  | 8,00 | 53,30 | 301,11 |
| 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 |

78-02

**Пятница**

|         |                                     |       |      |       |        |
|---------|-------------------------------------|-------|------|-------|--------|
| 10      | Сыр (порциями)                      | 2,63  | 2,66 | 0,0   | 35,0   |
| 150/150 | Каша гречневая с молоком            | 13,09 | 7,12 | 50,91 | 324,0  |
| 1/40    | Яйцо вареное вкрутую                | 6,86  | 6,21 | 0,38  | 84,78  |
| 200/7   | Чай с сахаром и лимоном             | 0,26  | 0,05 | 15,12 | 59,0   |
| 40      | Батон нарезной для детского питания | 3,08  | 1,20 | 20,04 | 103,60 |

78-02

**Итого**

**390-10**

Составил технолог ООО «МШКОП».

Повар

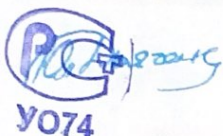
Лебедькова Е.М.



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

Утверждаю директор  
ООО «МШКОП»

Согласовано директор  
МБОУ ОК «Перспектива»



**Меню с 24 марта по 28 марта 2025г.**

## **Понедельник**

|              |                                        |       | Белки(гр) | Жиры(гр) | Углеводы<br>(гр) | ЭЦ (калл) |
|--------------|----------------------------------------|-------|-----------|----------|------------------|-----------|
| 10           | Масло сливочное (порциями)             | 14-08 | 0,05      | 8,25     | 0,08             | 75,00     |
| 180/15/<br>7 | Макаронные изделия, тертым с сыром     | 25-10 | 12,46     | 14,36    | 36,14            | 328,80    |
| 100          | Фрукты свежие (яблоко) порционно       | 15-75 | 0,40      | 0,40     | 9,80             | 48,0      |
| 200          | Чай с сахаром                          | 2-46  | 0,2       | 0,05     | 15,0             | 57,0      |
| 50           | Хлеб пшеничный для детского<br>питания | 3-41  | 4,0       | 0,5      | 27,5             | 130,0     |

**60-80**

## **Вторник**

|               |                                                      |       |      |      |       |        |
|---------------|------------------------------------------------------|-------|------|------|-------|--------|
| 10            | Сыр (порциями)                                       | 9-44  | 2,63 | 2,66 | 0,0   | 35,0   |
| 200/10/<br>10 | Каша ячневая молочная (жидкая) с<br>маслом и сахаром | 27-97 | 7,23 | 3,72 | 49,05 | 259,0  |
| 100           | Фрукты свежие (яблоко) порционно                     | 15-75 | 0,40 | 0,40 | 10,0  | 48,0   |
| 200           | Чай с сахаром                                        | 2-46  | 0,2  | 0,05 | 15,01 | 57,0   |
| 50            | Батон нарезной для детского питания                  | 4-69  | 3,85 | 1,50 | 25,05 | 129,50 |

**60-31**

## **Среда**

|       |                                             |       |      |      |       |        |
|-------|---------------------------------------------|-------|------|------|-------|--------|
| 60/40 | Тефтели из мяса курицы с томатным<br>соусом | 59-71 | 6,27 | 5,39 | 13,53 | 150,3  |
| 200   | Картофельное пюре                           | 48-33 | 4,4  | 6,81 | 29,47 | 197,39 |
| 200/7 | Чай с сахаром и лимоном                     | 4-98  | 0,26 | 0,05 | 15,12 | 59,0   |
| 50    | Хлеб пшеничный для детского<br>питания      | 3-41  | 4,0  | 0,5  | 27,5  | 130,0  |

**116-43**

## **Четверг**

|     |                                        |       |       |      |       |        |
|-----|----------------------------------------|-------|-------|------|-------|--------|
| 100 | Азу по - татарски                      | 80-22 | 13,33 | 9,16 | 5,90  | 158,3  |
| 200 | Рис отварной                           | 22-43 | 5,30  | 8,00 | 53,30 | 301,11 |
| 200 | Чай с сахаром                          | 2-46  | 0,2   | 0,05 | 15,01 | 57,0   |
| 50  | Хлеб пшеничный для детского<br>питания | 3-41  | 4,0   | 0,5  | 27,5  | 130,0  |

**108-52**

## **Пятница**

|         |                                     |       |       |      |       |        |
|---------|-------------------------------------|-------|-------|------|-------|--------|
| 10      | Сыр (порциями)                      | 9-44  | 2,63  | 2,66 | 0,0   | 35,0   |
| 150/150 | Каша гречневая с молоком            | 19-65 | 13,09 | 7,12 | 50,91 | 324,0  |
| 1/40    | Яйцо вареное вкрутую                | 13-26 | 6,86  | 6,21 | 0,38  | 84,78  |
| 200/7   | Чай с сахаром и лимоном             | 4-98  | 0,26  | 0,05 | 15,12 | 59,0   |
| 50      | Батон нарезной для детского питания | 4-69  | 3,85  | 1,50 | 25,05 | 129,50 |

**52-02**

**Итого**

**398-08**

Составил технолог ООО «МШКОП».

Повар

Лебедева Е.М.



# Меню для учащихся с 1 по 4 класс (завтрак)

Утверждаю директор  
ООО «МШКОП»

Согласовано директор  
МБОУ ОК «Перспектива»

Меню с 24 марта по 28 марта 2025г.

Понедельник

|          |                                     | Белки(гр) | Жиры(гр) | Углеводы<br>(гр) | ЭЦ (ккал) |
|----------|-------------------------------------|-----------|----------|------------------|-----------|
| 1074     | Масло сливочное (порциями)          | 0,05      | 8,25     | 0,08             | 75,00     |
| 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      |
| 50       | Хлеб пшеничный для детского питания | 4,0       | 0,5      | 27,5             | 130,0     |

71-09

Вторник

|         |                                                   |      |      |       |        |
|---------|---------------------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 10      | Сыр (порциями)                                    | 2,63 | 2,66 | 0,0   | 35,0   |
| 150/5/7 | Каша ячневая молочная (жидкая) с маслом и сахаром | 5,32 | 2,75 | 36,12 | 190,0  |
| 100     | Фрукты свежие (яблоко) порционно                  | 0,40 | 0,40 | 10,0  | 48,0   |
| 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 |

71-09

Среда

|       |                                          |      |      |       |       |
|-------|------------------------------------------|------|------|-------|-------|
| 60/40 | Тефтели из мяса курицы с томатным соусом | 6,27 | 5,39 | 13,53 | 150,3 |
| 150   | Картофельное пюре                        | 3,0  | 6,0  | 22,0  | 153,0 |
| 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 |

71-09

Четверг

|     |                                     |       |      |       |       |
|-----|-------------------------------------|-------|------|-------|-------|
| 100 | Азу по - татарски                   | 13,33 | 9,16 | 5,90  | 158,3 |
| 150 | Рис отварной                        | 4,00  | 6,00 | 40,00 | 226,0 |
| 200 | Чай с сахаром                       | 0,2   | 0,05 | 15,01 | 57,0  |
| 50  | Хлеб пшеничный для детского питания | 4,0   | 0,5  | 27,5  | 130,0 |

71-09

Пятница

|         |                                     |      |      |       |        |
|---------|-------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 10      | Сыр (порциями)                      | 2,63 | 2,66 | 0,0   | 35,0   |
| 100/100 | Каша гречневая с молоком            | 8,73 | 4,75 | 33,94 | 216,0  |
| 1/40    | Яйцо вареное вкрутую                | 6,86 | 6,21 | 0,38  | 84,78  |
| 200/7   | Чай с сахаром и лимоном             | 0,26 | 0,05 | 15,12 | 59,0   |
| 50      | Батон нарезной для детского питания | 3,85 | 1,50 | 25,05 | 129,50 |

71-09

Итого

355-45

Составил технолог ООО «МШКОП».

Лебедькова Е.М.

Повар



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

Утверждаю директор  
ООО «МШКОП»

Согласовано директор  
МБОУ ОК «Перспектива»

Меню с 24 марта по 28 марта 2025г.

## **Понедельник**

|       |                                           |        | Белки(гр) | Жиры(гр) | Углеводы<br>(гр) | ЭЦ<br>(ккал) |
|-------|-------------------------------------------|--------|-----------|----------|------------------|--------------|
| 200/5 | Суп из овощей со сметаной                 | 18-38  | 2,00      | 5,00     | 10,00            | 98,00        |
| 60/40 | Котлеты мясные с томатным соусом          | 63-11  | 9,87      | 11,80    | 8,34             | 178,98       |
| 150   | Рис отварной                              | 17-53  | 4,00      | 6,00     | 40,00            | 226,0        |
| 200   | Напиток «Витошка» витаминизированный      | 15-15  | 0,0       | 0,0      | 15,8             | 60,0         |
| 30    | Хлеб пшеничный для детского питания       | 2-05   | 2,28      | 0,27     | 14,53            | 69,60        |
| 30    | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | 1-88   | 3,3       | 0,54     | 19,32            | 95,10        |
|       |                                           | 118-10 |           |          |                  |              |

## **Вторник**

|        |                                           |        |       |       |       |        |
|--------|-------------------------------------------|--------|-------|-------|-------|--------|
| 60     | Салат Степной                             | 14-03  | 0,96  | 3,12  | 5,26  | 53,23  |
| 200    | Суп картофельный с клецками               | 18-58  | 1,46  | 2,68  | 9,49  | 68,11  |
| 150/30 | Рагу из овощей в томатном соусе с мясом   | 71-70  | 17,69 | 19,32 | 45,3  | 343,97 |
| 200    | Компот из яблок и лимонов                 | 17-53  | 0,25  | 0,25  | 25,0  | 104,00 |
| 30     | Хлеб пшеничный для детского питания       | 2-05   | 2,28  | 0,27  | 14,53 | 69,60  |
| 30     | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | 1-88   | 3,3   | 0,54  | 19,32 | 95,10  |
|        |                                           | 125-77 |       |       |       |        |

## **Среда**

|       |                                           |        |       |      |       |        |
|-------|-------------------------------------------|--------|-------|------|-------|--------|
| 200/5 | Свекольник со сметаной                    | 26-93  | 1,86  | 4,16 | 13,06 | 97,51  |
| 100   | Рыба, запеченная под маринадом (минтай)   | 48-13  | 10,70 | 5,30 | 7,30  | 120,40 |
| 150/5 | Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом     | 10-85  | 8,7   | 5,4  | 45,00 | 263,80 |
| 200   | Кисель витаминизированный «Витошка»       | 22-36  | 0,0   | 0,0  | 23,50 | 95,0   |
| 30    | Хлеб пшеничный для детского питания       | 2-05   | 2,28  | 0,27 | 14,53 | 69,60  |
| 30    | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | 1-88   | 3,3   | 0,54 | 19,32 | 95,10  |
|       |                                           | 112-20 |       |      |       |        |

## **Четверг**

|        |                                                            |       |       |       |       |        |
|--------|------------------------------------------------------------|-------|-------|-------|-------|--------|
| 60     | Салат из свеклы с растительным маслом                      | 10-20 | 0,84  | 5,05  | 4,94  | 68,51  |
| 200    | Суп с макаронными изделиями на курином бульоне (вермишель) | 4-85  | 9,44  | 9,04  | 13,30 | 175,52 |
| 150/30 | Птица, тушенная в соусе с овощами                          | 56-92 | 16,00 | 16,00 | 19,00 | 287,00 |
| 200    | Компот из смеси сухофруктов                                | 6-44  | 0,50  | 0,10  | 31,20 | 121,00 |
| 30     | Хлеб пшеничный для детского питания                        | 2-05  | 2,28  | 0,27  | 14,53 | 69,60  |
| 30     | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания                  | 1-88  | 3,3   | 0,54  | 19,32 | 95,10  |
|        |                                                            | 82-34 |       |       |       |        |

## **Пятница**

|        |                                           |        |       |       |       |       |
|--------|-------------------------------------------|--------|-------|-------|-------|-------|
| 60     | Салат картофельный с солеными огурцами    | 11-22  | 0,90  | 3,10  | 6,00  | 56,00 |
| 200/5  | Рассольник домашний со сметаной           | 25-46  | 1,85  | 4,49  | 10,93 | 93,00 |
| 150/30 | Плов из мяса говядины                     | 60-32  | 13,00 | 16,00 | 39,00 | 350,0 |
| 200    | Сок фруктовый                             | 14-40  | 1,00  | 0,20  | 20,00 | 92,00 |
| 30     | Хлеб пшеничный для детского питания       | 2-05   | 2,28  | 0,27  | 14,53 | 69,60 |
| 30     | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | 1-88   | 3,3   | 0,54  | 19,32 | 95,10 |
|        |                                           | 115-33 |       |       |       |       |

**Итого**

**553-74**

Составил технолог ООО «МШКОП».

Повар.

Лебедькова.Е.М.



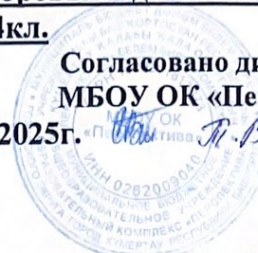
**Меню для детей с ограниченными возможностями здоровья и дети – инвалиды и**

**СВО (завтрак и обед) с 1 по 4кл.**

Утверждаю директор  
ООО «МШКОП»

Согласовано директор  
МБОУ ОК «Перспектива»

Меню с 24 марта по 28 марта 2025г.



**Понедельник  
Завтрак**

|              |                                     | Белки(г<br>р) | Жиры(гр) | Углеводы<br>(гр) | ЭЦ<br>(калл) |
|--------------|-------------------------------------|---------------|----------|------------------|--------------|
| 10           | Масло сливочное (порциями)          | 0,05          | 8,25     | 0,08             | 75,00        |
| 150/10<br>/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         |
| 40           | Хлеб пшеничный для детского питания | 4,40          | 0,72     | 25,76            | 126,80       |

**Обед**

|       |                                           |      |       |       |        |
|-------|-------------------------------------------|------|-------|-------|--------|
| 200/5 | Суп из овощей со сметаной                 | 2,00 | 5,00  | 10,00 | 98,00  |
| 60/40 | Котлеты мясные и томатным соусом          | 9,87 | 11,80 | 8,34  | 178,98 |
| 150   | Рис отварной                              | 4,00 | 6,00  | 40,00 | 226,0  |
| 200   | Чай с сахаром                             | 0,2  | 0,05  | 15,0  | 57,0   |
| 25    | Хлеб пшеничный детского питания           | 1,9  | 0,22  | 12,11 | 58,0   |
| 25    | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | 2,75 | 0,45  | 16,10 | 79,25  |

**Итого**

**150-82**

**Вторник  
Завтрак**

|             |                                                   |      |      |       |        |
|-------------|---------------------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 10          | Сыр (порциями)                                    | 2,63 | 2,66 | 0,0   | 35,0   |
| 150/5/<br>7 | Каша ячневая молочная (жидкая) с маслом и сахаром | 5,32 | 2,75 | 36,12 | 190,0  |
| 100         | Фрукты свежие (яблоко) порционно                  | 0,40 | 0,40 | 10,0  | 48,0   |
| 200         | Чай с сахаром                                     | 0,2  | 0,05 | 15,01 | 57,0   |
| 40          | Батон нарезной для детского питания               | 3,08 | 1,20 | 20,04 | 103,60 |

**Обед**

|        |                                           |       |       |       |        |
|--------|-------------------------------------------|-------|-------|-------|--------|
| 200    | Суп картофельный с клецками               | 1,46  | 2,68  | 9,49  | 68,11  |
| 150/30 | Рагу из овощей в томатном соусе с мясом   | 17,69 | 19,32 | 45,3  | 343,97 |
| 200    | Чай с сахаром                             | 0,2   | 0,05  | 15,01 | 57,0   |
| 25     | Хлеб пшеничный детского питания           | 1,9   | 0,22  | 12,11 | 58,0   |
| 25     | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | 2,75  | 0,45  | 16,10 | 79,25  |

**Итого**

**150-82**

**Среда  
Завтрак**

|       |                                          |      |      |       |        |
|-------|------------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 60/40 | Тефтели из мяса курицы с томатным соусом | 6,27 | 5,39 | 13,53 | 150,3  |
| 150   | Картофельное пюре                        | 3,0  | 6,0  | 22,0  | 153,0  |
| 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**

|       |                                           |      |      |       |        |
|-------|-------------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 200/5 | Свекольник со сметаной                    | 1,86 | 4,16 | 13,06 | 97,51  |
| 80    | Рыба, запеченная под маринадом (минтай)   | 8,56 | 5,30 | 7,30  | 120,40 |
| 150/5 | Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом     | 8,7  | 5,4  | 45,00 | 263,80 |
| 200   | Чай с сахаром                             | 0,2  | 0,05 | 15,01 | 57,0   |
| 25    | Хлеб пшеничный детского питания           | 1,9  | 0,22 | 12,11 | 58,0   |
| 25    | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | 2,75 | 0,45 | 16,10 | 79,25  |

**Итого**

**150-82**



**Четверг  
Завтрак**

|     |                                     |       |      |       |        |
|-----|-------------------------------------|-------|------|-------|--------|
| 80  | Азу по - татарски                   | 10,66 | 7,32 | 4,72  | 126,64 |
| 150 | Рис отварной                        | 4,00  | 6,00 | 40,00 | 226,0  |
| 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    | Суп с макаронными изделиями на курином бульоне (вермишель) | 9,44  | 9,04  | 13,30 | 175,52 |
| 150/30 | Птица, тушенная в соусе с овощами                          | 16,00 | 16,00 | 19,00 | 287,00 |
| 200    | Чай с сахаром                                              | 0,2   | 0,05  | 15,01 | 57,0   |
| 25     | Хлеб пшеничный детского питания                            | 1,9   | 0,22  | 12,11 | 58,0   |
| 25     | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания                  | 2,75  | 0,45  | 16,10 | 79,25  |

**150-82**

**Пятница  
Завтрак**

|         |                                     |      |      |       |        |
|---------|-------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 10      | Сыр (порциями)                      | 2,63 | 2,66 | 0,0   | 35,0   |
| 100/100 | Каша гречневая с молоком            | 8,73 | 4,75 | 33,94 | 216,0  |
| 1/40    | Яйцо вареное вкрутую                | 6,86 | 6,21 | 0,38  | 84,78  |
| 200/7   | Чай с лимоном и сахаром             | 0,26 | 0,05 | 15,12 | 59,0   |
| 40      | Батон нарезной для детского питания | 3,08 | 1,20 | 20,04 | 103,60 |

**Обед**

|        |                                           |       |       |       |       |
|--------|-------------------------------------------|-------|-------|-------|-------|
| 200/5  | Рассольник домашний со сметаной           | 1,85  | 4,49  | 10,93 | 93,00 |
| 150/30 | Плов из мяса говядины                     | 13,00 | 16,00 | 39,00 | 350,0 |
| 200    | Чай с сахаром                             | 0,2   | 0,05  | 15,01 | 57,0  |
| 25     | Хлеб пшеничный детского питания           | 1,9   | 0,22  | 12,11 | 58,0  |
| 25     | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | 2,75  | 0,45  | 16,10 | 79,25 |

**150-82**

**Всего**

**754-10**

**Составил технолог ООО «МШКОП».**

**Повар.**




**Лебедькова.Е.М.**

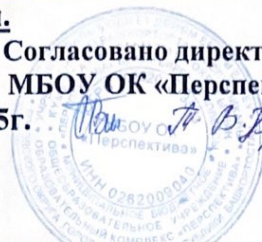


**Меню для детей с ограниченными возможностями здоровья и дети – инвалиды и  
СВО (завтрак и обед) с 5 по 11 кл.**

Утверждаю директор  
ООО «МШКОП»

Согласовано директор  
МБОУ ОК «Перспектива»

**Меню с 24 марта по 28 марта 2025г.**



**Понедельник  
Завтрак**

|        |                                     | Белки(гр) | Жиры(гр) | Углеводы<br>(гр) | ЭЦ<br>(ккал) |
|--------|-------------------------------------|-----------|----------|------------------|--------------|
| 10     | Масло сливочное (порциями)          | 0,05      | 8,25     | 0,08             | 75,00        |
| 180/15 | Макаронные изделия, тертым с сыром  | 12,46     | 14,36    | 36,14            | 328,80       |
| 17     |                                     |           |          |                  |              |
| 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 | Суп из овощей со сметаной                 | 2,50 | 5,42  | 13,55 | 113,75 |
| 60/40 | Котлеты мясные и томатным соусом          | 9,87 | 11,80 | 8,34  | 178,98 |
| 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  |

**Итого**

**168-04**

**Вторник  
Завтрак**

|        |                                                   |      |      |       |        |
|--------|---------------------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 10     | Сыр (порциями)                                    | 2,63 | 2,66 | 0,0   | 35,0   |
| 200/10 | Каша ячневая молочная (жидкая) с маслом и сахаром | 7,23 | 3,72 | 49,05 | 259,0  |
| 10     |                                                   |      |      |       |        |
| 100    | Фрукты свежие (яблоко) порционно                  | 0,40 | 0,40 | 10,0  | 48,0   |
| 200    | Чай с сахаром                                     | 0,2  | 0,05 | 15,01 | 57,0   |
| 40     | Батон нарезной для детского питания               | 3,08 | 1,20 | 20,04 | 103,60 |

**Обед**

|        |                                           |       |       |       |        |
|--------|-------------------------------------------|-------|-------|-------|--------|
| 250    | Суп картофельный с клецками               | 1,83  | 3,35  | 11,86 | 85,14  |
| 180/30 | Рагу из овощей в томатном соусе с мясом   | 20,36 | 22,12 | 51,88 | 393,97 |
| 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**

**168-04**

**Среда  
Завтрак**

|       |                                          |      |      |       |        |
|-------|------------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 60/40 | Тефтели из мяса курицы с томатным соусом | 6,27 | 5,39 | 13,53 | 150,3  |
| 180   | Картофельное пюре                        | 3,96 | 6,12 | 26,52 | 177,65 |
| 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**

|       |                                           |       |      |       |        |
|-------|-------------------------------------------|-------|------|-------|--------|
| 250/5 | Свекольник со сметаной                    | 2,31  | 5,17 | 16,25 | 121,30 |
| 80    | Рыба, запеченная под маринадом (минтай)   | 8,56  | 5,30 | 7,30  | 120,40 |
| 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**

**168-04**



**Четверг  
Завтрак**

|     |                                     |       |      |       |        |
|-----|-------------------------------------|-------|------|-------|--------|
| 80  | Азу по - татарски                   | 10,66 | 7,32 | 4,72  | 126,64 |
| 180 | Рис отварной                        | 4,80  | 7,20 | 48,00 | 271,00 |
| 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**

|        |                                                            |       |       |       |        |
|--------|------------------------------------------------------------|-------|-------|-------|--------|
| 250    | Суп с макаронными изделиями на курином бульоне (вермишель) | 11,75 | 11,30 | 16,60 | 219,40 |
| 180/40 | Птица, тушенная в соусе с овощами                          | 19,56 | 19,56 | 23,22 | 351,00 |
| 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  |

**168-04**

**Пятница  
Завтрак**

|         |                                     |      |      |       |        |
|---------|-------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 10      | Сыр (порциями)                      | 2,63 | 2,66 | 0,0   | 35,0   |
| 100/100 | Каша гречневая с молоком            | 8,73 | 4,75 | 33,94 | 216,0  |
| 1/40    | Яйцо вареное вкрутую                | 6,86 | 6,21 | 0,38  | 84,78  |
| 200/7   | Чай с лимоном и сахаром             | 0,26 | 0,05 | 15,12 | 59,0   |
| 50      | Батон нарезной для детского питания | 3,85 | 1,50 | 25,05 | 129,50 |

**Обед**

|        |                                           |       |       |       |        |
|--------|-------------------------------------------|-------|-------|-------|--------|
| 250/5  | Рассольник домашний со сметаной           | 2,31  | 5,61  | 13,66 | 116,25 |
| 180/30 | Плов из мяса говядины                     | 15,80 | 19,60 | 47,70 | 428,00 |
| 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 |

**168-04**

**Всего**

**840-20**

**Составил технолог ООО «МШКОП».**

**Повар.**




**Лебедькова.Е.М.**