

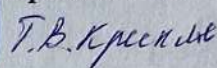
Меню для учащихся с 5 по 11 класс за счет родительских средств (обед)

Утверждаю директор
ООО «Аврора»


У074



Согласовано директор
МБОУ ОО «Перспектива»



Меню с 2 февраля по 6 февраля 2026г.

Понедельник

			Белки(гр)	Жиры(гр)	Углеводы(гр)	ЭЦ(калл)
250/5	Суп с мелконашинкованными овощами со сметаной	21-81	13,0	12,0	9,26	264,37
60/40	Биточки мясные с томатным соусом	59-13	14,40	15,80	11,80	219,50
180	Рис отварной	14-58	4,80	7,20	48,00	271,00
200	Напиток «Витошка» витаминизированный	14-35	0,0	0,0	15,8	60,0
35	Хлеб пшеничный для детского питания	2-63	3,85	0,63	22,64	110,95
35	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	2-41	2,66	0,32	16,94	81,20
		114-91				

Вторник

80	Салат Студенческий	19-62	2,84	9,53	7,18	126,66
250	Суп картофельный с клецками	20-81	1,83	3,35	11,86	85,14
220	Рагу из овощей в томатном соусе с мясом	72-52	21,22	23,18	54,36	412,74
200	Компот из яблок и лимонов	20-06	0,25	0,25	25,0	104,00
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

137-32

Среда

250/5	Свекольник со сметаной	29-00	2,31	5,17	16,25	121,30
100	Рыба, запеченная под маринадом (минтай)	50-38	10,70	5,30	7,30	120,40
180/5	Каша перловая (рассыпчатая) с маслом	8-61	5,40	4,69	37,20	216,0
200	Компот из смеси сухофруктов	7-42	0,50	0,10	31,20	121,00
35	Хлеб пшеничный для детского питания	2-63	3,85	0,63	22,64	110,95
35	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	2-41	2,66	0,32	16,94	81,20

100-45

Четверг

80	Салат Здоровье	15-68	1,16	14,72	5,21	157,33
250	Куллама по – деревенски на курином бульоне	13-24	15,0	8,75	16,25	202,5
220	Птица, тушенная в соусе с овощами	79-65	19,56	19,56	23,22	351,00
200	Кисель витаминизированный «Витошка»	21-08	0,0	0,0	23,50	95,0
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

133-96

Пятница

250/5	Рассольник домашний со сметаной	32-84	2,31	5,61	13,66	116,25
100	Гуляш из мяса говядины	79-41	15,31	16,70	3,53	225,56
180	Макаронные изделия отварные (вермишель)	12-12	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	22,64	110,95
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	2-06	2,28	0,27	14,53	69,60

143-98

Итого

630-62

Составил технолог ООО «Аврора».



Лебедькова.Е.М.

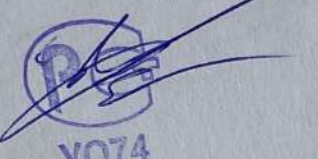
Повар.

Меню для учащихся с 1 по 4 класс (завтрак)

Утверждаю директор
ООО «Аврора»

Согласовано директор
МБОУ ОК «Перспектива»

Меню с 2 февраля по 6 февраля 2026г.


УО74


В. Крские

Понедельник

		Белки(гр)	Жиры(гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (калл)
8	Масло сливочное (порциями)	0,06	5,80	0,10	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

76-96

Вторник

10	Сыр (порциями)	2,63	2,66	0,0	36,0
150/5	Каша «Артек» молочная (вязкая) с маслом	6,25	5,91	57,40	304,16
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

76-96

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

76-96

Четверг

100	Азу по - татарски	13,33	9,16	5,90	158,3
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
50	Хлеб пшеничный для детского питания	4,0	0,5	27,5	130,0

76-96

Пятница

200/10	Каша молочная «Дружба» с маслом	5,68	12,04	33,16	264,00
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

76-96

Итого

384-80

Составил технолог ООО «Аврора».

Лес

Лебедькова Е.М.

Повар

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

Утверждаю директор
ООО «Аврора»

Согласовано директор
МБОУ ОК «Перспектива»

Меню с 2 февраля по 6 февраля 2026г.

Понедельник

			Белки(гр)	Жиры(гр)	Углеводы(гр)	ЭЦ (калл)
10	Масло сливочное (порциями)	11-39	0,05	8,25	0,08	75,00
180/15/7	Макаронные изделия, тертым с сыром	22-51	12,46	14,36	36,14	328,80
100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	19-50	0,40	0,40	9,80	48,0
200	Чай с сахаром	2-65	0,2	0,05	15,0	57,0
50	Хлеб пшеничный для детского питания	3-75	4,0	0,5	27,5	130,0

59-80

Вторник

10	Сыр (порциями)	9-01	2,63	2,66	0,0	35,0
200/10	Каша «Артек» молочная (вязкая) с маслом	24-25	8,33	7,88	76,50	405,5
100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	19-50	0,40	0,40	10,0	48,0
200	Чай с сахаром	2-65	0,2	0,05	15,01	57,0
50	Батон нарезной для детского питания	5-16	3,85	1,50	25,05	129,50

60-57

Среда

60/40	Тефтели из мяса курицы с томатным соусом	62-36	6,27	5,39	13,53	150,3
200	Картофельное пюре	42-85	4,4	6,81	29,47	197,39
200/7	Чай с сахаром и лимоном	5-24	0,26	0,05	15,12	59,0
50	Хлеб пшеничный для детского питания	3-75	4,0	0,5	27,5	130,0

114-20

Четверг

100	Азу по - татарски	78-64	13,33	9,16	5,90	158,3
200/5	Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом	11-51	11,60	7,20	60,0	351,73
200	Чай с сахаром	2-65	0,2	0,05	15,01	57,0
50	Хлеб пшеничный для детского питания	3-75	4,0	0,5	27,5	130,0

96-55

Пятница

200/10	Каша молочная «Дружба» с маслом	24-42	5,68	12,04	33,16	264,0
1/40	Яйцо вареное вкрутую	12-72	6,86	6,21	0,38	84,78
200/7	Чай с сахаром и лимоном	5-24	0,26	0,05	15,12	59,0
50	Батон нарезной для детского питания	5-16	3,85	1,50	25,05	129,50

47-54

Итого

378-66

Составил технолог ООО «Аврора».

Лебедькова Е.М.

Повар

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

Утверждаю директор
ООО «Аврора»

Согласовано директор
МБОУ ОО «Перспектива»

Меню с 2 февраля по 6 февраля 2026г.

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
150	Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,52	0,52	14,7	72,0
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 «Артек» молочная (вязкая) с маслом	8,33	7,88	76,50	405,5
150	Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,52	0,52	14,7	72,0
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

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

84-47

Четверг

100	Азу по - татарски	13,33	9,16	5,90	158,3
200/5	Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом	11,60	7,20	60,0	351,73
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

84-47

Пятница

20	Сыр (порциями)	4,64	5,9	0,0	72,80
200/10	Каша молочная «Дружба» с маслом	5,68	12,04	33,16	264,0
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

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 директор
ООО «Аврора»

Меню с 2 февраля по 6 февраля 2026г



Согласовано директор
МБОУ ОО «Перспектива»

У074

Понедельник

			Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	ЭЦ (ккал)
200/5	Суп с мелконашинкованными овощами со сметаной	17-45	8,03	9,25	23,28	211,80
60/40	Биточки мясные с томатным соусом	59-13	14,40	15,80	11,80	219,50
150	Рис отварной	12-15	4,00	6,00	40,00	226,0
200	Напиток «Витошка» витаминизированный	14-35	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

107-39

Вторник

60	Салат Студенческий	14-72	2,13	7,15	5,39	95
200	Суп картофельный с клецками	16-95	1,46	2,68	9,49	68,11
150/30	Рагу из овощей в томатном соусе с мясом	56-65	17,69	19,32	45,3	343,97
200	Компот из яблок и лимонов	20-06	0,25	0,25	25,0	104,00
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

112-69

Среда

200/5	Свекольник со сметаной	23-20	1,86	4,16	13,06	97,51
100	Рыба, запеченная под маринадом (минтай)	50-38	10,70	5,30	7,30	120,40
150/5	Каша перловая (рассыпчатая) с маслом	8-17	4,50	3,91	31,00	180,00
200	Компот из смеси сухофруктов	7-42	0,50	0,10	31,20	121,00
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

94-21

Четверг

60	Салат Здоровье	11-83	0,87	11,04	3,91	118,0
200	Куллама по – деревенски на курином бульоне	10-59	12,0	7,0	13,0	162,0
150/30	Птица, тушенная в соусе с овощами	62-58	16,00	16,00	19,00	287,00
200	Кисель витаминизированный «Витошка»	21-08	0,0	0,0	23,50	95,0
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

110-39

Пятница

200/5	Рассольник домашний со сметаной	26-27	1,85	4,49	10,93	93,00
100	Гуляш из мяса говядины	79-41	15,31	16,70	3,53	225,56
150	Макаронные изделия отварные (вермишель)	10-10	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

135-01

Итого

559-69

Составил технолог ООО «Аврора».

Лебедькова.Е.М.

Повар.

Меню для детей СВО (завтрак и обед) с 1 по 4 кл.

Утверждаю директор
ООО «Аврора»

Согласовано директор
МБОУ ОК «Перспектива»

Меню с 2 февраля по 6 февраля 2026г.

Понедельник Завтрак

		Белки(г р)	Жиры(г р)	Углеводы (гр)	ЭЦ (ккал)
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	Суп с мелконашинкованными овощами со сметаной	8,03	9,25	23,28	211,80
60/40	Биточки мясные с томатным соусом	14,40	15,80	11,80	219,50
150	Рис отварной	4,00	6,00	40,00	226,0
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
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60

Итого

160-48

Вторник Завтрак

10	Сыр (порциями)	2,63	2,66	0,0	35,0
150/5	Каша «Артек» молочная (вязкая) с маслом	6,25	5,91	57,40	304,16
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

Обед

200	Суп картофельный с клецками	1,46	2,68	9,49	68,11
180	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
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

160-48

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
50	Хлеб пшеничный для детского питания	4,0	0,5	27,5	130,0

Обед

200/5	Свекольник со сметаной	1,86	4,16	13,06	97,51
100	Рыба, запеченная под маринадом (минтай)	10,70	5,30	7,30	120,40
150/5	Каша перловая (рассыпчатая) с маслом	4,50	3,91	31,00	180,00
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

160-48

**Четверг
Завтрак**

80	Азу по - татарски	10,66	7,32	4,72	126,64
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
40	Хлеб пшеничный для детского питания	4,40	0,72	25,76	126,80

Обед

200	Куллама по – деревенски на курином бульоне	12,0	7,0	13,0	162,0
180	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
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

160-48

**Пятница
Завтрак**

150/5	Каша молочная «Дружба» с маслом	4,16	5,83	20,83	154,16
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

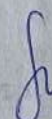
200/5	Рассольник домашний со сметаной	1,85	4,49	10,93	93,00
100	Гуляш из мяса говядины	13,77	15,03	3,17	203,00
150	Макаронные изделия отварные (вермишель)	5,48	4,31	37,08	210,50
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	3,30	0,54	19,32	95,10
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60

160-48

Всего

802-40

Составил технолог ООО «Аврора».
Повар.

 **Лебедева.Е.М.**

(завтрак и обед) с 1 по 4кл.

Утверждаю директор
ООО «Аврора»

Согласовано директор
МБОУ ОО «Перспектива»

Меню с 2 февраля по 6 февраля 2026г.

Понедельник
Завтрак

Белки(г) р)	Жиры(г) р)	Углеводы (гр)	ЭЦ (калл)
0,06	5,8	0,1	52,88
10,18	11,73	29,52	268,58
0,40	0,40	9,80	48,0
0,2	0,05	15,0	57,0
3,30	0,54	19,32	95,10

8	Масло сливочное (порциями)
150/10	Макаронные изделия, тертым с сыром
/5	
100	Фрукты свежие (яблоко) порционно
200	Чай с сахаром
30	Хлеб пшеничный для детского питания

Обед

200/5	Суп с мелконашинкованными овощами со сметаной	8,03	9,25	23,28	211,80
60/40	Биточки мясные с томатным соусом	14,40	15,80	11,80	219,50
150	Рис отварной	4,00	6,00	40,00	226,0
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
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60

Итого

160-48

Вторник
Завтрак

10	Сыр (порциями)	2,63	2,66	0,0	35,0
150/5	Каша «Артек» молочная (вязкая) с маслом	6,25	5,91	57,40	304,16
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

Обед

200	Суп картофельный с клецками	1,46	2,68	9,49	68,11
180	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
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

160-48

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
50	Хлеб пшеничный для детского питания	4,0	0,5	27,5	130,0

Обед

200/5	Свекольник со сметаной	1,86	4,16	13,06	97,51
100	Рыба, запеченная под маринадом (минтай)	10,70	5,30	7,30	120,40
150/5	Каша перловая (рассыпчатая) с маслом	4,50	3,91	31,00	180,00
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

160-48

**Четверг
Завтрак**

80	Азу по - татарски	10,66	7,32	4,72	126,64
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
40	Хлеб пшеничный для детского питания	4,40	0,72	25,76	126,80

Обед

200	Куллама по – деревенски на курином бульоне	12,0	7,0	13,0	162,0
180	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
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

160-48

**Пятница
Завтрак**

150/5	Каша молочная «Дружба» с маслом	4,16	5,83	20,83	154,16
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

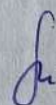
200/5	Рассольник домашний со сметаной	1,85	4,49	10,93	93,00
90	Гуляш из мяса говядины	13,77	15,03	3,17	203,00
150	Макаронные изделия отварные (вермишель)	5,48	4,31	37,08	210,50
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	3,30	0,54	19,32	95,10
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60

160-48

Всего

802-40

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 директор
ООО «МШКОП»

Согласовано директор
МБОУ ОК «Перспектива»

Меню с 2 февраля по 6 февраля 2026г.

Понедельник

Завтрак

		Белки(гр)	Жиры(гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (калл)
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
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
50	Хлеб пшеничный для детского питания	4,0	0,5	27,5	130,0

Обед

250/5	Суп из овощей со сметаной	2,50	5,42	13,55	113,75
60/40	Биточки мясные с томатным соусом	14,40	15,80	11,80	219,50
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

177-11

Вторник

Завтрак

10	Сыр (порциями)	2,63	2,66	0,0	35,0
200/5	Каша «Артек» молочная (вязкая) с маслом	7,93	7,50	72,85	386,19
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

Обед

250	Суп картофельный с клецками	1,83	3,35	11,86	85,14
220	Рагу из овощей в томатном соусе с мясом	21,22	23,18	54,36	412,74
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	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
50	Хлеб пшеничный для детского питания	4,0	0,5	27,5	130,0

Обед

250/5	Свекольник со сметаной	2,31	5,17	16,25	121,30
100	Рыба, запеченная под маринадом (минтай)	10,70	5,30	7,30	120,40
180/5	Каша перловая (рассыпчатая) с маслом	5,40	4,69	37,20	216,0
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**

100	Азу по - татарски	13,33	9,16	5,90	158,3
200/5	Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом	11,60	7,20	60,0	351,73
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

Обед

250	Куллама по – деревенски на курином бульоне	15,0	8,75	16,25	202,5
220	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

177-11

**Пятница
Завтрак**

200/10	Каша молочная «Дружба» с маслом	5,40	11,46	31,58	251,42
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
90	Гуляш из мяса говядины	13,77	15,03	3,17	203,00
180	Макаронные изделия отварные (вермишель)	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».

 **Лебедькова.Е.М.**

Повар.