

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

Утверждаю директор  
ООО «МШКОП»

Согласовано директор  
МБОУ СОШ №2

Меню с 18 декабря по 22 декабря 2023г.

### Понедельник

|        |                                    | Белки(гр) | Жиры(гр) | Углеводы(гр) | ЭЦ (калл) |
|--------|------------------------------------|-----------|----------|--------------|-----------|
| 100    | Фрукты свежие (яблоко) порционно   | 0,4       | 0,4      | 9,8          | 48,0      |
| 150/10 | Макаронные изделия, с тертым сыром | 10,18     | 11,73    | 29,52        | 268,58    |
| /5     |                                    |           |          |              |           |
| 8      | Масло сливочное (порциями)         | 0,06      | 5,8      | 0,1          | 52,88     |
| 200    | Чай с сахаром                      | 0,2       | 0,05     | 15,0         | 57,0      |
| 30     | Хлеб пшеничный витаминизированный  | 2,28      | 0,27     | 14,53        | 69,60     |

64-44

### Вторник

|       |                                             |      |      |       |        |
|-------|---------------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 100   | Фрукты свежие (яблоко) порционно            | 0,4  | 0,4  | 9,8   | 48,0   |
| 150/5 | Каша рисовая молочная (вязкая) с маслом     | 4,6  | 9,96 | 35,25 | 237,47 |
| 8     | Масло сливочное (порциями)                  | 0,06 | 5,8  | 0,1   | 52,88  |
| 200   | Чай с сахаром                               | 0,2  | 0,05 | 15,0  | 57,0   |
| 40    | Батон нарезной 1 сорта для детского питания | 3,08 | 1,20 | 20,04 | 103,60 |

64-44

### Среда

|       |                                                            |      |       |       |        |
|-------|------------------------------------------------------------|------|-------|-------|--------|
| 60/40 | Тефтели из говядины с томатным соусом                      | 8,76 | 12,21 | 8,85  | 180,64 |
| 180   | Картофельное пюре                                          | 3,96 | 6,12  | 26,52 | 177,65 |
| 200   | Чай с сахаром                                              | 0,2  | 0,05  | 15,0  | 57,0   |
| 30    | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 2,28 | 0,27  | 14,53 | 69,60  |

64-44

### Четверг

|       |                                                  |      |      |       |        |
|-------|--------------------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 10    | Сыр (порциями)                                   | 2,63 | 2,66 | 0,0   | 35     |
| 200/5 | Каша молочная из пшеничной крупы жидкая с маслом | 6,12 | 7,87 | 27,80 | 207,11 |
| 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 1 сорта для детского питания      | 3,08 | 1,20 | 20,04 | 103,60 |

64-44

### Пятница

|        |                                             |      |      |       |       |
|--------|---------------------------------------------|------|------|-------|-------|
| 130/20 | Запеканка творожная с молоком сгущенным     | 30,0 | 8,0  | 33,0  | 330,0 |
| 100    | Фрукты свежие (яблоко) порционно            | 0,4  | 0,4  | 9,8   | 48    |
| 200    | Чай с сахаром                               | 0,2  | 0,05 | 15,0  | 57,0  |
| 50     | Батон нарезной 1 сорта для детского питания | 3,85 | 1,5  | 25,05 | 129,5 |

64-44

322-20

Итого

Составил технолог ООО «МШКОП».  
Повар.

Лебедькова.Е.М.

**Меню для детей с ограниченными возможностями здоровья и дети – инвалиды**  
**(завтрак и обед) с 1 по 4 кл.**

Утверждаю директор  
 ООО «МШКОП»

Согласовано директор  
 МБОУ СОШ №2

  
 УО74

**Меню с 18 декабря по 22 декабря 2023г.**

**Понедельник**

**Завтрак**

|              |                                    | Белки(гр) | Жиры(гр) | Углеводы<br>(гр) | ЭЦ<br>(калл) |
|--------------|------------------------------------|-----------|----------|------------------|--------------|
| 100          | Фрукты свежие (яблоко) порционно   | 0,4       | 0,4      | 9,8              | 48,0         |
| 150/10<br>/5 | Макаронные изделия, с тертым сыром | 10,18     | 11,73    | 29,52            | 268,58       |
| 8            | Масло сливочное (порциями)         | 0,06      | 5,8      | 0,1              | 52,88        |
| 200          | Чай с сахаром                      | 0,2       | 0,05     | 15,0             | 57,0         |
| 30           | Хлеб пшеничный витаминизированный  | 2,28      | 0,27     | 14,52            | 69,6         |

**Обед**

|       |                                         |       |      |       |        |
|-------|-----------------------------------------|-------|------|-------|--------|
| 200   | Суп картофельный с клецками             | 1,46  | 2,68 | 9,49  | 68,11  |
| 50/50 | Мясо тушеное                            | 17,50 | 6,10 | 2,99  | 136,51 |
| 150/5 | Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом   | 8,70  | 5,40 | 45,0  | 263,80 |
| 200   | Чай с сахаром                           | 0,2   | 0,05 | 15,0  | 57,0   |
| 30    | Хлеб пшеничный витаминизированный       | 2,28  | 0,27 | 14,52 | 69,6   |
| 25    | Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный | 2,53  | 0,30 | 16,13 | 77,33  |

**Итого**

**136-98**

**Вторник**

**Завтрак**

|       |                                             |      |      |       |        |
|-------|---------------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 100   | Фрукты свежие (яблоко) порционно            | 0,4  | 0,4  | 9,8   | 48,0   |
| 150/5 | Каша рисовая молочная (вязкая) с маслом     | 4,6  | 9,96 | 35,25 | 237,47 |
| 8     | Масло сливочное (порциями)                  | 0,06 | 5,8  | 0,1   | 52,88  |
| 200   | Чай с сахаром                               | 0,2  | 0,05 | 15,0  | 57,0   |
| 40    | Батон нарезной 1 сорта для детского питания | 3,08 | 1,20 | 20,04 | 103,60 |

**Обед**

|       |                                            |      |      |       |        |
|-------|--------------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 200/5 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной   | 1,55 | 4,08 | 8,02  | 75,64  |
| 60/40 | Котлеты (биточки) мясные с томатным соусом | 9,97 | 11,9 | 8,87  | 182,53 |
| 150   | Макаронные изделия отварные                | 5,48 | 4,31 | 37,08 | 211,50 |
| 200   | Чай с сахаром                              | 0,2  | 0,05 | 15,0  | 57,0   |
| 30    | Хлеб пшеничный витаминизированный          | 2,28 | 0,27 | 14,52 | 69,6   |
| 25    | Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный    | 2,53 | 0,30 | 16,13 | 77,33  |

**Итого**

**136-98**

**Среда**  
**Завтрак**

|       |                                                            |      |       |       |        |
|-------|------------------------------------------------------------|------|-------|-------|--------|
| 60/40 | Тефтели из говядины с томатным соусом                      | 8,76 | 12,21 | 8,85  | 180,64 |
| 180   | Картофельное пюре                                          | 3,96 | 6,12  | 26,52 | 177,65 |
| 200   | Чай с сахаром                                              | 0,2  | 0,05  | 15,0  | 57,0   |
| 40    | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 3,2  | 0,4   | 22,0  | 104,0  |

**Обед**

|        |                                         |       |      |       |       |
|--------|-----------------------------------------|-------|------|-------|-------|
| 200/5  | Рассольник «Ленинградский» со сметаной  | 2,0   | 4,5  | 14,70 | 110,5 |
| 150/30 | Плов из курицы (отварной)               | 16,44 | 22,8 | 40,6  | 433,0 |
| 200    | Чай с сахаром                           | 0,2   | 0,05 | 15,0  | 57,0  |
| 30     | Хлеб пшеничный витаминизированный       | 2,28  | 0,27 | 14,52 | 69,6  |
| 30     | Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный | 2,28  | 0,27 | 14,52 | 69,6  |

**Итого**

**136-98**