

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

Утверждаю директор  
ООО «МШКОП»

Согласовано директор  
МБОУ СОШ с.Ира

Меню с 23 декабря по 28 декабря 2024г.

Понедельник

Белки(г  
р) Жиры(гр) Углеводы(гр) ЭЦ (калл)

|       |                                          |      |      |       |        |
|-------|------------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 60/40 | Тефтели из мяса курицы с томатным соусом | 6,27 | 5,39 | 13,53 | 150,3  |
| 150   | Макаронные изделия отварные              | 5,82 | 4,31 | 37,08 | 210,50 |
| 200   | Чай с сахаром                            | 0,2  | 0,05 | 15,01 | 57,0   |
| 50    | Хлеб пшеничный для детского питания      | 4,0  | 0,5  | 27,50 | 130,0  |

69-57

Вторник

|       |                                     |      |      |       |        |
|-------|-------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 10    | Масло сливочное (порциями)          | 0,05 | 8,25 | 0,08  | 75,00  |
| 150/5 | Каша молочная «Дружба» с маслом     | 4,86 | 6,72 | 26,35 | 185,91 |
| 100   | Фрукты свежие (яблоко) порционно    | 0,40 | 0,40 | 9,8   | 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 |

69-57

Среда

|        |                                     |       |       |       |        |
|--------|-------------------------------------|-------|-------|-------|--------|
| 60     | Свекла отварная                     | 0,9   | 0,1   | 5,2   | 25,2   |
| 170/50 | Плов из мяса птицы (отварной)       | 18,64 | 25,85 | 46,06 | 490,77 |
| 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  |

69-57

Четверг

|        |                                                |      |      |       |        |
|--------|------------------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 10     | Сыр (порциями)                                 | 2,63 | 2,66 | 0,0   | 35     |
| 200/10 | Каша молочная вязка из пшеничной крупы «Артек» | 7,81 | 7,81 | 38,86 | 249,12 |
| 1/40   | Яйцо вареное вкрутую                           | 6,86 | 6,21 | 0,38  | 84,78  |
| 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 |

69-57

Пятница

|        |                                           |      |      |       |        |
|--------|-------------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 130/20 | Запеканка из творога со сгущенным молоком | 30,0 | 8,0  | 33,0  | 330,0  |
| 100    | Фрукты свежие (яблоко) порционно          | 0,4  | 0,4  | 10,0  | 47,0   |
| 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 |

69-57

Суббота

|     |                                        |      |       |       |        |
|-----|----------------------------------------|------|-------|-------|--------|
| 10  | Масло сливочное (порциями)             | 0,08 | 7,25  | 0,13  | 66,1   |
| 150 | Макаронные изделия, запеченные с сыром | 8,82 | 10,26 | 37,09 | 276,79 |
| 100 | Фрукты свежие (яблоко) порционно       | 0,4  | 0,4   | 10,0  | 47,0   |
| 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  |

69-57

417-42

Итого  
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 СОШ с.Ира

Меню с 23 декабря по 28 декабря 2024г.

Белый А.В. Беловица  
20.12.2024

**Понедельник**

|       |                                          |       | Белки(гр) | Жиры(гр) | Углеводы(гр) | ЭЦ (ккал) |
|-------|------------------------------------------|-------|-----------|----------|--------------|-----------|
| 20    | Сыр (порциями)                           | 21-46 | 4,64      | 5,9      | 0,0          | 72,80     |
| 60/40 | Тефтели из мяса курицы с томатным соусом | 59-41 | 6,27      | 5,39     | 13,53        | 150,3     |
| 180   | Макаронные изделия отварные              | 13-50 | 6,98      | 5,17     | 44,50        | 252,60    |
| 200   | Чай с сахаром                            | 2-36  | 0,2       | 0,05     | 15,01        | 57,0      |
| 50    | Хлеб пшеничный для детского питания      | 3-30  | 4,0       | 0,5      | 27,50        | 130,0     |

100-03

**Вторник**

|        |                                     |       |      |       |       |        |
|--------|-------------------------------------|-------|------|-------|-------|--------|
| 10     | Масло сливочное (порциями)          | 13-52 | 0,05 | 8,25  | 0,08  | 75,00  |
| 200/10 | Каша молочная «Дружба» с маслом     | 26-62 | 5,68 | 12,04 | 33,16 | 264,0  |
| 100    | Фрукты свежие (яблоко) порционно    | 14-25 | 0,40 | 0,40  | 9,8   | 48,0   |
| 200    | Чай с сахаром                       | 2-36  | 0,2  | 0,05  | 15,01 | 57,0   |
| 50     | Батон нарезной для детского питания | 4-53  | 3,85 | 1,50  | 25,05 | 129,50 |

61-28

**Среда**

|        |                                     |       |       |       |       |        |
|--------|-------------------------------------|-------|-------|-------|-------|--------|
| 80     | Свекла отварная                     | 12-73 | 1,2   | 0,13  | 6,9   | 33,6   |
| 170/50 | Плов из мяса птицы (отварной)       | 48-26 | 18,64 | 25,85 | 46,06 | 490,77 |
| 200/7  | Чай с сахаром и лимоном             | 4-47  | 0,26  | 0,05  | 15,12 | 59,0   |
| 50     | Хлеб пшеничный для детского питания | 3-30  | 4,0   | 0,5   | 27,5  | 130,0  |

68-76

**Четверг**

|        |                                                |       |      |      |       |        |
|--------|------------------------------------------------|-------|------|------|-------|--------|
| 10     | Сыр (порциями)                                 | 10-73 | 2,63 | 2,66 | 0,0   | 35     |
| 200/10 | Каша молочная вязка из пшеничной крупы «Артек» | 25-94 | 7,81 | 7,81 | 38,86 | 249,12 |
| 200    | Чай с сахаром                                  | 2-36  | 0,2  | 0,05 | 15,01 | 57,0   |
| 1/40   | Яйцо вареное вкрутую                           | 17-68 | 6,86 | 6,21 | 0,38  | 84,78  |
| 50     | Батон нарезной для детского питания            | 4-53  | 3,85 | 1,50 | 25,05 | 129,50 |

61-24

**Пятница**

|        |                                           |       |       |      |       |        |
|--------|-------------------------------------------|-------|-------|------|-------|--------|
| 150/20 | Запеканка из творога со сгущенным молоком | 97-01 | 34,61 | 9,20 | 38,07 | 380,76 |
| 200/7  | Чай с лимоном и сахаром                   | 4-47  | 0,26  | 0,05 | 15,12 | 59,00  |
| 130    | Фрукты свежие (яблоко) порционно          | 18-53 | 0,52  | 0,52 | 12,74 | 62,4   |
| 50     | Батон нарезной для детского питания       | 4-53  | 3,85  | 1,50 | 25,05 | 129,50 |

124-54

**Суббота**

|     |                                        |       |       |       |       |        |
|-----|----------------------------------------|-------|-------|-------|-------|--------|
| 10  | Масло сливочное (порциями)             | 13-52 | 0,08  | 7,25  | 0,13  | 66,1   |
| 180 | Макаронные изделия, запеченные с сыром | 31-08 | 10,59 | 12,08 | 44,51 | 330,06 |
| 100 | Фрукты свежие (яблоко) порционно       | 14-25 | 0,40  | 0,40  | 9,8   | 48,0   |
| 200 | Чай с сахаром                          | 2-36  | 0,2   | 0,05  | 15,0  | 57,0   |
| 50  | Хлеб пшеничный для детского питания    | 3-30  | 4,0   | 0,5   | 27,5  | 130,0  |

64-51

**Итого**

**480-36**

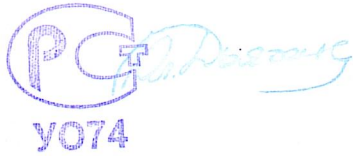
Составил технолог ООО «МШКОП».  
Повар.

Лебедькова.Е.М.

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

Утверждаю директор  
ООО «МШКОП»

Согласовано директор  
МБОУ СОШ с.Ира  
Белуф А.В. Белуфцева  
20.12.2024



Меню с 23 декабря по 28 декабря 2024г.

**Понедельник**

|       |                                          | Белки(г<br>р) | Жиры(гр) | Углеводы(гр) | ЭЦ (калл) |
|-------|------------------------------------------|---------------|----------|--------------|-----------|
| 10    | Сыр (порциями)                           | 2,63          | 2,66     | 0,0          | 35        |
| 60/40 | Тефтели из мяса курицы с томатным соусом | 6,27          | 5,39     | 13,53        | 150,3     |
| 180   | Макаронные изделия отварные              | 6,98          | 5,17     | 44,50        | 252,60    |
| 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    |

**76-36**

**Вторник**

|        |                                     |      |       |       |        |
|--------|-------------------------------------|------|-------|-------|--------|
| 10     | Масло сливочное (порциями)          | 0,05 | 8,25  | 0,08  | 75,00  |
| 200/10 | Каша молочная «Дружба» с маслом     | 5,68 | 12,04 | 33,16 | 264,0  |
| 100    | Фрукты свежие (яблоко) порционно    | 0,40 | 0,40  | 9,8   | 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 |

**76-36**

**Среда**

|        |                                     |       |       |       |        |
|--------|-------------------------------------|-------|-------|-------|--------|
| 80     | Свекла отварная                     | 1,2   | 0,13  | 6,9   | 33,6   |
| 170/50 | Плов из мяса птицы (отварной)       | 18,64 | 25,85 | 46,06 | 490,77 |
| 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 |

**76-36**

**Четверг**

|        |                                                |      |      |       |        |
|--------|------------------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 10     | Сыр (порциями)                                 | 2,63 | 2,66 | 0,0   | 35     |
| 200/10 | Каша молочная вязка из пшеничной крупы «Артек» | 7,81 | 7,81 | 38,86 | 249,12 |
| 200    | Чай с сахаром                                  | 0,2  | 0,05 | 15,01 | 57,0   |
| 1/40   | Яйцо вареное вкрутую                           | 6,86 | 6,21 | 0,38  | 84,78  |
| 40     | Батон нарезной для детского питания            | 3,08 | 1,20 | 20,04 | 103,60 |

**76-36**

**Пятница**

|        |                                           |       |      |       |        |
|--------|-------------------------------------------|-------|------|-------|--------|
| 150/20 | Запеканка из творога со сгущенным молоком | 34,61 | 9,20 | 38,07 | 380,76 |
| 100    | Фрукты свежие (яблоко) порционно          | 0,40  | 0,40 | 9,8   | 48,0   |
| 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 |

**76-36**

**Суббота**

|     |                                        |       |       |       |        |
|-----|----------------------------------------|-------|-------|-------|--------|
| 10  | Масло сливочное (порциями)             | 0,08  | 7,25  | 0,13  | 66,1   |
| 180 | Макаронные изделия, запеченные с сыром | 10,59 | 12,08 | 44,51 | 330,06 |
| 100 | Фрукты свежие (яблоко) порционно       | 0,40  | 0,40  | 9,8   | 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  |

**76-36**

**458-16**

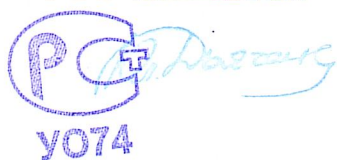
**Итого**

Составил технолог ООО «МШКОП».  
Повар.

Лебедькова Е.М.

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

Утверждаю директор  
 ООО «МШКОП»



Согласовано директор  
 МБОУ СОШ с.Ира

20.12.2024  
 Беруца А.В. Беруцкая

**Меню с 23 декабря по 28 декабря 2024г.**  
**Понедельник**  
**Завтрак**

|       |                                          | Белки(г<br>р) | Жиры(гр) | Углеводы<br>(гр) | ЭЦ<br>(калл) |
|-------|------------------------------------------|---------------|----------|------------------|--------------|
| 60/40 | Тефтели из мяса курицы с томатным соусом | 6,27          | 5,39     | 13,53            | 150,3        |
| 150   | Макаронные изделия отварные              | 5,82          | 4,31     | 37,08            | 210,50       |
| 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 | Суп крестьянский с пшеном со сметаной     | 1,64 | 4,21  | 8,44  | 78,75  |
| 80    | Паприкаш                                  | 3,25 | 25,78 | 11,29 | 189,31 |
| 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   |
| 30    | Хлеб пшеничный детского питания           | 2,28 | 0,27  | 14,53 | 69,60  |
| 30    | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | 3,30 | 0,54  | 19,32 | 95,10  |

**Итого**

**147-59**

**Вторник**  
**Завтрак**

|       |                                     |      |      |       |        |
|-------|-------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 8     | Масло сливочное (порциями)          | 0,04 | 6,6  | 0,06  | 60,0   |
| 150/5 | Каша молочная «Дружба» с маслом     | 4,86 | 6,72 | 26,35 | 185,91 |
| 100   | Фрукты свежие (яблоко) порционно    | 0,40 | 0,40 | 9,8   | 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**

|        |                                           |       |       |       |        |
|--------|-------------------------------------------|-------|-------|-------|--------|
| 200/5  | Свекольник со сметаной                    | 1,86  | 4,16  | 13,06 | 97,51  |
| 150/25 | Жаркое по-домашнему                       | 15,57 | 15,22 | 18,90 | 261,52 |
| 200    | Чай с сахаром                             | 0,2   | 0,05  | 15,01 | 57,0   |
| 30     | Хлеб пшеничный для детского питания       | 2,28  | 0,27  | 14,53 | 69,60  |
| 30     | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | 3,30  | 0,54  | 19,32 | 95,10  |

**Итого**

**147-59**

**Среда**  
**Завтрак**

|        |                                     |       |       |       |        |
|--------|-------------------------------------|-------|-------|-------|--------|
| 60     | Свекла отварная                     | 0,9   | 0,13  | 5,2   | 25,2   |
| 170/50 | Плов из мяса птицы (отварной)       | 18,64 | 25,85 | 46,06 | 490,77 |
| 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 | Рассольник ленинградский со сметаной      | 2,0  | 4,50 | 14,70 | 111,50 |
| 80    | Рыба, запеченная под маринадом (минтай)   | 8,56 | 4,24 | 5,84  | 96,32  |
| 130   | Картофельное пюре                         | 2,6  | 5,2  | 19,0  | 13,26  |
| 200   | Чай с сахаром                             | 0,2  | 0,05 | 15,01 | 57,0   |
| 30    | Хлеб пшеничный для детского питания       | 2,28 | 0,27 | 14,53 | 69,60  |
| 30    | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | 3,30 | 0,54 | 19,32 | 95,10  |

**Итого**

**147-59**

**Четверг  
Завтрак**

|       |                                                |      |      |       |        |
|-------|------------------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 10    | Сыр (порциями)                                 | 2,63 | 2,66 | 0,0   | 35     |
| 150/5 | Каша молочная вязка из пшеничной крупы «Артек» | 5,86 | 5,86 | 27,65 | 186,84 |
| 1/40  | Яйцо вареное в крутую                          | 6,86 | 6,21 | 0,38  | 84,78  |
| 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 макаронными изделиями на курином бульоне (вермишель) | 9,44  | 9,04 | 13,30 | 175,52 |
| 150/40 | Капуста тушеная с мясом птицы                                           | 16,80 | 8,20 | 10,40 | 182,90 |
| 200    | Чай с сахаром                                                           | 0,2   | 0,05 | 15,01 | 57,0   |
| 30     | Хлеб пшеничный для детского питания                                     | 2,28  | 0,27 | 14,53 | 69,60  |
| 30     | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания                               | 3,30  | 0,54 | 19,32 | 95,10  |

**147-59**

**Пятница  
Завтрак**

|        |                                           |      |      |       |        |
|--------|-------------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 130/20 | Запеканка из творога со сгущенным молоком | 30,0 | 8,0  | 33,0  | 330,0  |
| 100    | Фрукты свежие (яблоко) порционно          | 0,4  | 0,4  | 10,0  | 47,0   |
| 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 |

**Обед**

|       |                                            |      |       |       |        |
|-------|--------------------------------------------|------|-------|-------|--------|
| 200   | Суп рисовый с мелко шинкованными овощами   | 1,35 | 1,63  | 11,81 | 64,46  |
| 60/40 | Котлеты (биточки) мясные с томатным соусом | 9,87 | 11,80 | 8,34  | 178,98 |
| 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        | 2,28 | 0,27  | 14,53 | 69,60  |
| 30    | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания  | 3,30 | 0,54  | 19,32 | 95,10  |

**Суббота 147-59  
Завтрак**

|     |                                        |      |       |       |        |
|-----|----------------------------------------|------|-------|-------|--------|
| 8   | Масло сливочное (порциями)             | 0,04 | 6,6   | 0,06  | 60,0   |
| 150 | Макаронные изделия, запеченные с сыром | 8,82 | 10,26 | 37,09 | 276,79 |
| 100 | Фрукты свежие (яблоко) порционно       | 0,4  | 0,4   | 10,0  | 47,0   |
| 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**

|        |                                           |       |       |       |        |
|--------|-------------------------------------------|-------|-------|-------|--------|
| 200/15 | Суп картофельный с бобовыми и гренками    | 7,70  | 4,10  | 30,80 | 194,0  |
| 80     | Говядина тушеная в сметане                | 12,21 | 17,68 | 1,54  | 211,20 |
| 150    | Рис отварной                              | 4,0   | 6,00  | 40,00 | 226,00 |
| 200    | Чай с сахаром                             | 0,2   | 0,05  | 15,0  | 57,0   |
| 30     | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | 3,3   | 0,54  | 19,32 | 95,10  |

**147-59**

**Всего**

**885-54**

Составил технолог ООО «МШКОП».

*МШ*

Лебедькова.Е.М.

Повар.

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

Утверждаю директор  
ООО «МШКОП»



**Меню с 23 декабря по 28 декабря 2024г.**

**Понедельник**

**Завтрак**

Согласовано директор  
МБОУ СОШ с.Ира

*Березина А.В. Березина*  
**20.12.2024**

|       |                                          | Белки(гр) | Жиры(гр) | Углеводы<br>(гр) | ЭЦ<br>(ккал) |
|-------|------------------------------------------|-----------|----------|------------------|--------------|
| 60/40 | Тефтели из мяса курицы с томатным соусом | 6,27      | 5,39     | 13,53            | 150,3        |
| 180   | Макаронные изделия отварные              | 6,98      | 5,17     | 44,50            | 252,60       |
| 200   | Чай с сахаром                            | 0,20      | 0,05     | 15,01            | 57,0         |
| 40    | Хлеб пшеничный для детского питания      | 4,40      | 0,72     | 25,76            | 126,80       |

**Обед**

|       |                                           |       |       |       |        |
|-------|-------------------------------------------|-------|-------|-------|--------|
| 250/5 | Суп крестьянский с пшеном со сметаной     | 2,04  | 5,24  | 10,50 | 97,96  |
| 80    | Паприкаш                                  | 3,25  | 25,78 | 11,29 | 189,31 |
| 180/5 | Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом     | 10,44 | 6,48  | 54,0  | 316,56 |
| 200   | Чай с сахаром                             | 0,20  | 0,05  | 15,01 | 57,0   |
| 30    | Хлеб пшеничный для детского питания       | 2,28  | 0,27  | 14,53 | 69,60  |
| 30    | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | 3,30  | 0,54  | 19,32 | 95,10  |

**Итого**

**164-46**

**Вторник**

**Завтрак**

|       |                                     |      |       |       |        |
|-------|-------------------------------------|------|-------|-------|--------|
| 8     | Масло сливочное (порциями)          | 0,04 | 6,6   | 0,06  | 60,0   |
| 200/5 | Каша молочная «Дружба» с маслом     | 5,68 | 12,04 | 33,16 | 264,0  |
| 100   | Фрукты свежие (яблоко) порционно    | 0,40 | 0,40  | 9,8   | 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**

|        |                                           |       |       |       |        |
|--------|-------------------------------------------|-------|-------|-------|--------|
| 250/5  | Свекольник со сметаной                    | 2,31  | 5,17  | 16,25 | 121,30 |
| 150/30 | Жаркое по-домашнему                       | 16,02 | 15,66 | 19,44 | 269,00 |
| 200    | Чай с сахаром                             | 0,20  | 0,05  | 15,01 | 57,0   |
| 30     | Хлеб пшеничный для детского питания       | 2,28  | 0,27  | 14,53 | 69,60  |
| 30     | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | 3,30  | 0,54  | 19,32 | 95,10  |

**Итого**

**164-46**

**Среда**

**Завтрак**

|        |                                     |       |       |       |        |
|--------|-------------------------------------|-------|-------|-------|--------|
| 60     | Свекла отварная                     | 0,9   | 0,13  | 5,2   | 25,2   |
| 170/50 | Плов из мяса птицы (отварной)       | 18,64 | 25,85 | 46,06 | 490,77 |
| 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 | Рассольник ленинградский со сметаной    | 2,40 | 5,70 | 15,70 | 126,0  |
| 80    | Рыба, запеченная под маринадом (минтай) | 8,56 | 4,24 | 5,84  | 96,32  |
| 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   | 3,3  | 0,54 | 19,32 | 95,1   |
| 30    | Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный | 2,28 | 0,27 | 14,52 | 69,6   |

**Итого**

**164-46**

**Четверг  
Завтрак**

|       |                                                |      |      |       |        |
|-------|------------------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 10    | Сыр (порциями)                                 | 2,63 | 2,66 | 0,0   | 35     |
| 200/5 | Каша молочная вязка из пшеничной крупы «Артек» | 7,81 | 7,81 | 38,86 | 249,12 |
| 1/40  | Яйцо вареное вкрутую                           | 6,86 | 6,21 | 0,38  | 84,78  |
| 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 макаронными изделиями на курином бульоне (вермишель) | 11,80 | 11,30 | 16,63 | 219,40 |
| 180/40 | Капуста тушеная с мясом птицы                                           | 17,46 | 16,52 | 8,72  | 268,80 |
| 200    | Чай с сахаром                                                           | 0,20  | 0,05  | 15,01 | 57,0   |
| 30     | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами                                   | 3,3   | 0,54  | 19,32 | 95,1   |
| 30     | Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный                                 | 2,28  | 0,27  | 14,52 | 69,6   |

**164-46**

**Пятница  
Завтрак**

|        |                                           |       |      |       |        |
|--------|-------------------------------------------|-------|------|-------|--------|
| 150/20 | Запеканка из творога со сгущенным молоком | 34,61 | 9,20 | 38,07 | 380,76 |
| 200/7  | Чай с лимоном и сахаром                   | 0,26  | 0,05 | 15,12 | 59,00  |
| 100    | Фрукты свежие (яблоко) порционно          | 0,40  | 0,40 | 9,8   | 48,0   |
| 40     | Батон нарезной для детского питания       | 3,08  | 1,20 | 20,04 | 103,60 |

**Обед**

|       |                                            |      |       |       |        |
|-------|--------------------------------------------|------|-------|-------|--------|
| 250   | Суп рисовый с мелко шинкованными овощами   | 1,68 | 2,03  | 14,76 | 80,57  |
| 60/40 | Котлеты (биточки) мясные с томатным соусом | 9,87 | 11,80 | 8,34  | 178,98 |
| 180   | Макаронные изделия отварные                | 6,98 | 5,17  | 44,50 | 252,6  |
| 200   | Чай с сахаром                              | 0,2  | 0,05  | 15,0  | 57,0   |
| 30    | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами      | 3,3  | 0,54  | 19,32 | 95,1   |
| 30    | Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный    | 2,28 | 0,27  | 14,52 | 69,6   |

**164-46**

**Суббота  
Завтрак**

|     |                                        |       |       |       |        |
|-----|----------------------------------------|-------|-------|-------|--------|
| 100 | Фрукты свежие (яблоко) порционно       | 0,4   | 0,4   | 9,8   | 48,0   |
| 8   | Масло сливочное (порциями)             | 0,04  | 6,6   | 0,06  | 60,0   |
| 180 | Макаронные изделия, запеченные с сыром | 10,59 | 12,08 | 44,51 | 330,06 |
| 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**

|        |                                         |       |       |       |        |
|--------|-----------------------------------------|-------|-------|-------|--------|
| 250/20 | Суп картофельный с бобовыми и гречками  | 9,62  | 5,10  | 38,50 | 242,0  |
| 80     | Говядина тушеная в сметане              | 12,21 | 17,68 | 1,54  | 211,20 |
| 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 ржано-пшеничный витаминизированный | 2,28  | 0,27  | 14,52 | 69,6   |

**164-46**

**Всего**

**986-76**

**Составил технолог ООО «МШКОП».**



**Лебедькова.Е.М.**

**Повар.**