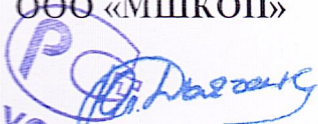
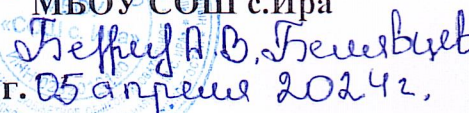


Меню для учащихся с 1 по 4 класс (завтрак)

Утверждаю директор
ООО «МШКОП»


У074

Согласовано директор
МБОУ СОШ с.Ира


05 апреля 2024г.

Меню с 8 апреля по 12 апреля 2024г.

Понедельник

		Белки(г р)	Жиры(гр)	Углеводы(гр)	ЭЦ (ккал)
10	Сыр (порциями)	2,63	2,66	0,0	35
60/40	Котлеты мясные с томатным соусом	9,87	11,8	8,34	178,98
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 обогащенный витаминами для детского питания	4,4	0,72	25,76	126,80

69-57

Вторник

100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,40	0,40	9,8	48,0
150/5	Каша овсяная «Геркулес» молочная вязкая с маслом	6,27	8,07	28,48	212,17
8	Масло сливочное (порциями)	0,06	5,8	0,1	52,88
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
50	Батон нарезной 1 сорта для детского питания	3,85	1,50	25,05	129,50

69-57

Четверг

50/50	Птица, тушенная в сметанном соусе	11,10	10,20	9,60	174,80
150	Рис отварной	4,0	6,0	40,0	226,0
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
50	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	4,0	0,5	27,5	130,0

69-57

Пятница

130/20	Запеканка из творога со сгущенным молоком	30,0	8,0	33,0	330,0
200/7	Чай с сахаром и лимоном	0,26	0,05	15,12	59,0
100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,4	0,4	10,0	47,0
50	Батон нарезной 1 сорта для детского питания	3,85	1,50	25,05	129,50

69-57

Итого

278-28

Составил технолог ООО «МШКОП».



Лебедькова Е.М.

Повар.

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

Утверждаю директор
 ООО «МШКОП»


 УО74

Меню с 8 апреля по 12 апреля 2024г.

Понедельник

Завтрак

Согласовано директор
 МБОУ СОШ с.Ира

Беруш А.В. Беруш А.В.
 05 апреля 2024г.



		Белки(г р)	Жиры(гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (калл)
10	Сыр (порциями)	2,63	2,66	0,0	35
60/40	Котлеты мясные с томатным соусом	9,87	11,8	8,34	178,98
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 обогащенный витаминами для детского питания	3,2	0,4	22,0	104,0

Обед

200/5	Щи из свежей капусты со сметаной	2,0	5,0	8,0	86,00
45/45	Гуляш из мяса говядины	13,78	15,03	3,18	203,03
150/5	Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом	8,7	5,4	45,00	263,80
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
30	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами 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

147-59

Вторник

Завтрак

100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,40	0,40	9,8	48,0
150/5	Каша овсяная «Геркулес» молочная вязкая с маслом	6,27	8,07	28,48	212,17
8	Масло сливочное (порциями)	0,06	5,8	0,1	52,88
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
40	Батон нарезной 1 сорта для детского питания	3,08	1,20	20,04	103,60

Обед

200/5	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	2,80	4,09	11,30	102,20
60/40	Котлеты из птицы с томатным соусом	10,05	9,58	9,10	162,56
150	Картофельное пюре	3,0	6,0	22,0	153,0
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
30	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами 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

147-59

Четверг

Завтрак

50/50	Птица, тушеная в сметанном соусе	11,10	10,20	9,60	174,80
150	Рис отварной	4,0	6,0	40,0	226,0
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
40	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	3,2	0,4	22,0	104,0

Обед

200	Суп картофельный с горохом	4,38	3,80	15,79	117,0
150/30	Азу с картофелем	16,75	22,06	13,06	337,71
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
30	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами 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

147-59

**Пятница
Завтрак**

130/20	Запеканка из творога со сгущенным молоком	30,0	8,0	33,0	330,0
200/7	Чай с сахаром и лимоном	0,26	0,05	15,12	59,0
100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,4	0,4	10,0	47,0
45	Батон нарезной 1 сорта для детского питания	3,85	1,50	25,05	129,50

Обед

200	Куллама по-деревенски на курином бульоне	12,0	7,0	13,0	162,0
150/40	Капуста тушеная с мясом птицы	14,55	18,77	10,47	224,38
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
30	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами 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

147-59

Всего

590-36

Согласовано:

Составил технолог ООО «МШКОП».



Лебедькова.Е.М.

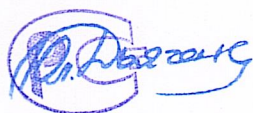
Повар.

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 8 апреля по 12 апреля 2024г. 05 апреля 2024г.



Понедельник

			Белки(гр)	Жиры(гр)	Углеводы(гр)	ЭЦ (ккал)
20	Сыр (порциями)	16-35	4,64	5,9	0,0	72,80
60/40	Котлеты мясные с томатным соусом	61-60	9,87	11,80	8,34	178,98
180	Макаронные изделия отварные	8-26	6,98	5,17	44,50	252,60
200	Чай с сахаром	2-54	0,20	0,05	15,01	57,0
50	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	3-30	4,0	0,5	27,5	130,0

92-05

Вторник

130	Фрукты свежие (яблоко) порционно	15-60	0,52	0,52	12,74	61,10
200/10	Каша овсяная «Геркулес» молочная вязкая с маслом	26-07	8,36	10,76	37,97	282,89
10	Масло сливочное (порциями)	8-84	0,05	8,25	0,08	75,0
200	Чай с сахаром	2-54	0,2	0,05	15,01	57,0
50	Батон нарезной 1 сорта для детского питания	4-53	3,85	1,50	25,05	129,50

57-58

Четверг

20	Сыр (порциями)	16-35	4,64	5,9	0,0	72,80
60/50	Птица, тушеная в сметанном соусе	51-70	13,32	12,24	11,52	209,76
180	Рис отварной	16-78	4,80	7,20	48,0	271,0
200	Чай с сахаром	2-54	0,20	0,05	15,01	57,0
50	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	3-30	4,0	0,50	27,50	130,0

90-67

Пятница

150/20	Запеканка из творога со сгущенным молоком	96-01	34,61	9,20	38,07	380,76
200/7	Чай с лимоном и сахаром	4-38	0,26	0,05	15,12	59,00
130	Фрукты свежие (яблоко) порционно	15-60	0,52	0,52	14,0	61,0
50	Батон нарезной 1 сорта для детского питания	4-53	3,85	1,50	25,05	129,50

120-52

Итого

360-82

Составил технолог ООО «МШКОП».
Повар.



Лебедькова.Е.М.

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

Утверждаю директор
 ООО «МШКОП»

Согласовано директор
 МБОУ СОШ с.Ира

Меню с 8 апреля по 12 апреля 2024г.

Понедельник

Завтрак

		Белки(гр)	Жиры(гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (ккал)
10	Сыр (порциями)	2,63	2,66	0,0	35
60/40	Котлеты мясные с томатным соусом	9,87	11,80	8,34	178,98
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 обогащенный витаминами для детского питания	3,2	0,4	22,0	104,0

Обед

250/5	Щи со свежей капустой со сметаной	1,93	5,11	8,93	90,34
45/45	Гуляш из мяса говядины	13,78	15,03	3,18	203,03
180/5	Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом	10,44	6,48	54,0	316,56
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

Вторник

Завтрак

100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,40	0,40	9,8	48,0
200/5	Каша овсяная «Геркулес» молочная вязкая с маслом	8,16	10,5	37,0	276,15
10	Масло сливочное (порциями)	0,05	8,25	0,08	75,0
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
40	Батон нарезной 1 сорта для детского питания	3,08	1,20	20,04	103,60

Обед

250/5	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	3,50	5,10	14,10	127,70
60/40	Котлеты из птицы с томатным соусом	10,05	9,58	9,10	162,56
200	Картофельное пюре	4,40	6,81	29,47	197,39
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

60/50	Птица, тушеная в сметанном соусе	13,32	12,24	11,52	209,76
180	Рис отварной	4,80	7,20	48,0	271,0
200	Чай с сахаром	0,20	0,05	15,01	57,0
50	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	4,0	0,50	27,50	130,0

Обед

250	Суп картофельный с горохом	5,47	4,75	15,79	146,20
180/40	Азу с картофелем	20,10	26,47	15,67	405,25
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

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	0,4	0,4	9,8	48,0
50	Батон нарезной 1 сорта для детского питания	3,85	1,50	25,05	129,50

Обед

250	Куллама по-деревенски на курином бульоне	15,00	8,75	16,25	202,50
180/40	Капуста тушеная с мясом птицы	17,46	16,52	8,72	268,80
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

Всего

657-84

Составил технолог ООО «МШКОП».



Лебедькова.Е.М.

Повар.

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

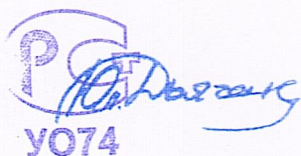
Утверждаю директор
ООО «МШКОП»



Согласовано директор
МБОУ СОШ с.Ира

Беруц А.В. Беруцьева
05 апреля 2024г.

Меню с 8 апреля по 12 апреля 2024г.



Понедельник

		Белки(гр)	Жиры(гр)	Углеводы(гр)	ЭЦ (калл)
10	Сыр (порциями)	2,63	2,66	0,0	35
60/40	Котлеты мясные с томатным соусом	9,87	11,80	8,34	178,98
180	Макаронные изделия отварные	6,98	5,17	44,50	252,60
200	Чай с сахаром	0,20	0,05	15,01	57,0
50	Хлеб пшеничный обогащенный	4,0	0,5	27,5	130,0
витаминами для детского питания					

76-36

Вторник

100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,4	0,4	9,8	48
200/5	Каша овсяная «Геркулес» молочная вязкая с маслом	8,36	10,76	37,97	282,89
10	Масло сливочное (порциями)	0,05	8,25	0,08	75,0
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
50	Батон нарезной 1 сорта для детского питания	3,85	1,5	25,05	129,5

76-36

Четверг

10	Сыр (порциями)	2,63	2,66	0,0	35
50/50	Птица, тушеная в сметанном соусе	11,10	10,20	9,60	174,80
180	Рис отварной	4,80	7,20	48,0	271,0
200	Чай с сахаром	0,20	0,05	15,01	57,0
50	Хлеб пшеничный обогащенный	4,0	0,5	27,5	130,0
витаминами для детского питания					

76-36

Пятница

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	0,4	0,4	9,8	48
40	Батон нарезной 1 сорта для детского питания	3,08	1,20	20,04	103,60

76-36

Итого

305-44

Составил технолог ООО «МШКОП».
Повар.

Лебедькова.Е.М.