

МЕНЮ

17 июня 2024 г.

Согласовано:
 Директор МБОУ СОШ № 1
 В.В. Мещуров

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------------------------|--|-----------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| ЛДО | | | | | | |
| Обед | Салат витаминный | 100 | 1,2 | 5,1 | 5,5 | 73 |
| | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 250 | 1,9 | 6,66 | 10,81 | 111,11 |
| | Котлеты школьные | 100 | 15,3 | 11,0 | 13,3 | 213 |
| | Макаронны отварные | 180 | 6,84 | 6,35 | 42,39 | 253,31 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,56 | | 27,89 | 113,79 |
| | Хлеб ржано- пшеничный | 30 | 3,18 | 0,3 | 20,07 | 94,08 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,00 | 0,44 | 19,80 | 90,62 |
| | Сок | 200 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 43 |
| | Итого за обед: | 1090 | 32,48 | 29,95 | 144,36 | 918,91 |
| ЛДП | | | | | | |
| Завтрак: | Каша молочная пшеничная жидкая | 205 | 7,44 | 8,07 | 35,28 | 243,92 |
| | Бутерброд с повидлом | 65 | 1,77 | 7,8 | 32,95 | 209,3 |
| | Чай с сахаром | 215 | 0,12 | | 12,04 | 48,64 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,00 | 0,44 | 19,80 | 90,62 |
| Итого за завтрак: | | 515 | 12,33 | 16,31 | 10,07 | 592,48 |
| Обед: | Салат витаминный | 60 | 0,72 | 3,06 | 3,3 | 43,8 |
| | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 200 | 1,52 | 5,33 | 8,65 | 88,89 |
| | Котлета «Школьная» | 90 | 13,77 | 9,9 | 11,97 | 191,7 |
| | Макаронны отварные с маслом слив. | 150 | 5,52 | 5,29 | 35,23 | 211,09 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,56 | - | 27,89 | 113,79 |
| | Хлеб ржано- пшеничный | 30 | 3,18 | 0,3 | 20,07 | 94,08 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,00 | 0,44 | 19,80 | 90,62 |
| | Сок | 200 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 43 |
| | Итого за обед: | 960 | 28,77 | 24,42 | 137,01 | 876,97 |

ИП Раджабов С.Н.

Зав.производством

Гилева Е.Е.



МЕНЮ
18 июня 2024г

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 1
В.В. Мещуров

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------------|---------------------------------|-----------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| ЛДО | | | | | | |
| Обед | Салат из моркови | 100 | 1,14 | 10,08 | 10,38 | 136,8 |
| | Рассольник домашний | 250 | 5,03 | 11,3 | 32,38 | 149,6 |
| | Рыба, припущенная | 100 | 17,33 | 0,67 | 1,07 | 80 |
| | Рис отварной | 180 | 4,66 | 6,1 | 48,33 | 270,22 |
| | Компот из яблок с лимоном | 200 | 0,25 | 0,25 | 25,35 | 104,07 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 3,18 | 0,3 | 20,07 | 94,08 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,00 | 0,44 | 19,8 | 90,62 |
| | Фрукты свежие | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 |
| Итого за обед: | | 990 | 34,99 | 29,54 | 167,18 | 969,39 |
| ЛДП | | | | | | |
| Завтрак: | Каша гречневая вязкая на молоке | 205 | 7,94 | 8,21 | 35,13 | 246,17 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 1,4 | 1,6 | 17,35 | 89,32 |
| | Бутерброд с сыром | 65 | 6,62 | 9,48 | 10,06 | 152,00 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,00 | 0,44 | 19,8 | 90,62 |
| Итого за завтрак: | | 500 | 18,96 | 19,73 | 82,34 | 578,11 |
| Обед: | Салат из моркови | 60 | 0,68 | 6,05 | 6,23 | 82,08 |
| | Рассольник домашний | 200 | 4,0 | 9,0 | 25,9 | 119,6 |
| | Рыба, припущенная | 95 | 13,3 | 8,2 | 3,1 | 145,7 |
| | Рис отварной | 150 | 3,89 | 5,09 | 40,28 | 225,18 |
| | Компот из яблок с лимоном | 200 | 0,25 | 0,25 | 25,35 | 104,07 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 3,18 | 0,3 | 20,07 | 94,08 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,00 | 0,44 | 19,8 | 90,62 |
| | Фрукты свежие | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 |
| Итого за обед: | | 865 | 28,7 | 29,73 | 150,53 | 905,33 |

ИП. Раджабов С.Н.

Зав. производством

Гилева Е.Е.



МЕНЮ
19 июня 2024г

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 1
В.В. Мещуров

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------------|---------------------------------|-----------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| ЛДО | | | | | | |
| Обед | Салат из свеклы с чесноком | 100 | 1,4 | 10,08 | 9,22 | 133,28 |
| | Суп картофельный с клецками | 280 | 3,75 | 3,29 | 16,84 | 111,94 |
| | Голубцы ленивые | 140 | 9,37 | 9,56 | 7,04 | 151,73 |
| | Пюре картофельное с маслом | 180 | 3,83 | 7,27 | 27,95 | 192,55 |
| | Чай с сахаром (лимон) | 200 | 0,12 | | 12,04 | 48,64 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 3,18 | 0,3 | 20,07 | 94,08 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,00 | 0,44 | 19,8 | 90,62 |
| | Фрукты свежие | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 |
| | Итого за обед: | 1060 | 25,05 | 31,34 | 122,76 | 866,84 |
| ЛДП | | | | | | |
| Завтрак: | Каша кукурузная молочная жидкая | 205 | 7,44 | 8,07 | 35,28 | 243,92 |
| | Чай с сахаром | 215 | 0,12 | | 12,04 | 48,64 |
| | Печенье | 50 | 3,75 | 4,9 | 37,2 | 207,5 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,00 | 0,44 | 19,8 | 90,62 |
| Итого за завтрак: | | 500 | 14,31 | 13,41 | 104,32 | 590,68 |
| Обед: | Салат из свеклы с чесноком | 60 | 0,84 | 6,05 | 5,53 | 79,97 |
| | Суп картофельный с клецками | 230 | 3 | 2,63 | 13,47 | 89,55 |
| | Голубцы ленивые | 130 | 8,44 | 8,6 | 6,34 | 136,56 |
| | Пюре картофельное с маслом | 150 | 3,19 | 5,43 | 23,29 | 160,41 |
| | Чай с сахаром (лимон) | 200 | 0,12 | | 12,04 | 48,64 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 3,18 | 0,3 | 20,07 | 94,08 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,00 | 0,44 | 19,8 | 90,62 |
| | Фрукты свежие | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 |
| | Итого за обед: | 930 | 22,17 | 23,85 | 110,34 | 743,83 |

ИП Раджабов С.Н.

Зав.производством

Гилева Е.Е.



МЕНЮ
20 июня 2024г

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 1
В.В. Мещуров

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|------------|---------------------------------------|-----------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| ЛДО | | | | | | |
| Обед | Икра морковная | 100 | 2,27 | 7,57 | 13,62 | 119,59 |
| | Суп из овощей | 250 | 1,93 | 5,86 | 12,59 | 115,94 |
| | Котлета «Пермская» | 100 | 16,0 | 15,5 | 12,0 | 253 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 10,48 | 6,52 | 54 | 316,57 |
| | Компот из замороженных ягод | 200 | 0,2 | 0,1 | 10,7 | 44,0 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 3,18 | 0,30 | 20,07 | 94,08 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,00 | 0,44 | 19,80 | 90,62 |
| | Сок | 100 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 43 |
| | Итого за обед: | 990 | 37,56 | 36,39 | 152,88 | 1076,8 |
| ЛДП | | | | | | |
| Завтрак: | Каша манная молочная вязкая | 205 | 6,53 | 7,03 | 38,78 | 244,92 |
| | Какао с молоком | 200 | 3,77 | 3,93 | 25,95 | 153,92 |
| | Сдоба обыкновенная с маслом сливочным | 70 | 4,82 | 10,87 | 35,40 | 259 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,00 | 0,44 | 19,8 | 90,62 |
| | Итого за завтрак: | 505 | 18,12 | 22,27 | 119,93 | 748,46 |
| Обед: | Икра из моркови | 60 | 1,36 | 4,54 | 8,17 | 71,75 |
| | Суп из овощей | 200 | 1,54 | 4,69 | 1,01 | 92,19 |
| | Котлета «Пермская» | 90 | 14,4 | 13,95 | 10,8 | 227,7 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,73 | 5,43 | 45 | 263,8 |
| | Компот из замороженных ягод | 200 | 0,2 | 0,1 | 10,7 | 44,0 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 3,18 | 0,30 | 20,07 | 94,08 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,00 | 0,44 | 19,80 | 90,62 |
| | Сок | 200 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 43 |
| | Итого за обед: | 960 | 32,91 | 29,55 | 125,65 | 927,14 |



ИП Раджабов С.Н.

Зав. производством

Гилева Е.Е.

МЕНЮ
21 июня 2024 г.

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 1
В.В. Мещуров

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюд а | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------------|---|------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| ЛДО | | | | | | |
| Обед | Салат из белокочанной капусты и огурцов | 100 | 1,0 | 6,0 | 3,1 | 70,0 |
| | Суп крестьянский с крупой | 250 | 2,31 | 7,74 | 15,43 | 140,59 |
| | Тефтели рыбные | 140 | 12,79 | 7,83 | 13,09 | 172,96 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,56 | | 27,89 | 113,79 |
| | Картофельное пюре | 180 | 3,83 | 7,27 | 27,95 | 192,55 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 3,18 | 0,30 | 20,07 | 94,08 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,00 | 0,44 | 19,8 | 90,62 |
| | Печенье «Choco Pie» | 200 | 1,09 | 5,24 | 17,89 | 123,2 |
| | Итого за обед: | 958 | 27,76 | 34,82 | 145,22 | 997,79 |
| ЛДП | | | | | | |
| Завтрак: | Каша пшеничная молочная жидкая | 205 | 6,04 | 7,27 | 34,29 | 227,16 |
| | Чай с сахаром (лимон) | 222 | 0,07 | 0,01 | 15,31 | 61,62 |
| | Бутерброд с джемом | 45 | 1,32 | 7,6 | 20,65 | 156,6 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,00 | 0,44 | 19,8 | 90,62 |
| Итого за завтрак: | 502 | 10,43 | 15,3 | 90,05 | 536 | |
| Обед: | Салат из белокочанной капусты и огурцов | 60 | 0,6 | 3,6 | 1,86 | 42 |
| | Суп крестьянский с крупой | 200 | 1,8 | 6,1 | 12,3 | 112,4 |
| | Тефтели рыбные | 90 | 11,51 | 7,05 | 11,78 | 155,66 |
| | Компот из свежих яблок | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,87 | 114,56 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 3,18 | 0,30 | 20,07 | 94,08 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 3,00 | 0,44 | 19,8 | 90,62 |
| | Картофельное пюре | 150 | 3,19 | 6,06 | 23,29 | 160,41 |
| | Печенье «Choco Pie» | 28 | 1,09 | 5,24 | 17,89 | 123,2 |
| | Итого за обед: | 788 | 24,93 | 28,79 | 134,88 | 892,16 |

ИП Раджабов С.Н.

Зав. производством

Гилева Е.Е.

