



Утверждаю:

Директор ООО "Мегаполис"

В.А.Лысенко

Согласовано:

Директор МБОУ Мокро-Ельмутянская ООШ

О.И.Лапика

МЕНЮ
Понедельник
вторая неделя

№ п/п	Наименование блюд	вес блюда	калорийность блюда	стоимость блюда
Завтрак				
1	Наггетсы куриные	90	186,00	51,29
2	Каша вязкая пшеничная	150	154,83	8,40
3	Овощи соленные (огурцы)	30	7,50	5,64
4	Кофейный напиток	200	37,80	3,00
5	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,40
	Итого завтрак	510	490,63	70,73
Обед				
1	Свекольник со сметаной	200	88,30	11,71
2	Котлеты мясо-картофельные по-хлыновски	60	101,68	24,34
3	Картофель по-деревенски	100	94,90	10,72
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	2,43
5	Хлеб пшеничный	30	78,38	1,80
	Итого обед	602	407,16	51,00
Комплекс для детей с ОВЗ				
Завтрак				
1	Наггетсы куриные	90	186,00	51,29
2	Каша вязкая пшеничная	150	154,83	8,40
3	Овощи соленные (огурцы)	30	7,50	5,64
4	Кофейный напиток	200	37,80	3,00
5	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,40
	Итого завтрак	510	490,63	70,73
Обед				
1	Свекольник со сметаной	250	110,38	15,05
2	Котлеты мясо-картофельные по-хлыновски	90	152,52	39,67
3	Картофель по-деревенски	120	113,88	11,34
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	4,30
5	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,40
	Итого обед	700	593,96	72,76
Итого день:		1210	1084,59	143,49

Ст. повар

Сотникова Сотникова Т.А.



утверждаю:

Директор ООО "Мегаполис"

В.А.Лысенко

Согласовано:

Директор МБОУ Мокро-Ельмутянская ООШ

О.И.Лапика

МЕНЮ

Вторник

вторая неделя

№ п/п	Наименование блюд	вес блюда	калорийность блюда	стоимость блюда
Завтрак				
1	Биточки рубленые из птицы	90	197,52	39,08
2	Макаронные изделия отварные	130	190,23	9,22
3	Салат из квашеной капусты с зеленым горошком	20	13,60	4,52
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	2,43
5	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,40
6	Десерт "Тонди Чоко"	30	129,00	13,08
	Итого завтрак	522	678,75	70,73
Обед				
1	Суп картофельный с бобовыми (горохом)	200	133,14	11,17
2	Оладьи из печени по-кунцевски	70	163,97	21,43
3	Рис отварной	100	135,67	7,88
4	Овощи соленные (огурцы)	20	4,50	3,82
5	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	4,30
6	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,40
	Итого обед	630	654,46	51,00
Комплекс для детей с ОВЗ				
Завтрак				
1	Биточки рубленые из птицы	90	197,52	39,08
2	Макаронные изделия отварные	130	190,23	9,22
3	Салат из квашеной капусты с зеленым горошком	20	13,60	4,52
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	2,43
5	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,40
6	Десерт "Тонди Чоко"	30	129,00	13,08
	Итого завтрак	522	678,75	70,73
Обед				
1	Суп картофельный с бобовыми (горохом)	250	166,43	13,76
2	Оладьи из печени по-кунцевски	90	210,81	27,53
3	Рис отварной	100	135,67	7,88
4	Кукуруза консервированная	30	26,00	8,58
5	Соус томатный с овощами	30	22,20	3,83
6	Напиток апельсиновый	200	96,00	8,78
7	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,40
	Итого обед	740	761,61	72,76
	Итого день:	1262	1440,36	143,49

Ст. повар

Свиридова Т.А.



Утверждаю:

Директор ООО "Мегаполис"

В.А.Лысенко

Согласовано:

Директор МБОУ Мокро-Ельмутянская ООШ

О.И.Лапика

МЕНЮ

Среда

вторая неделя

№ п/п	Наименование блюд	вес блюда	калорийность блюда	стоимость блюда
Завтрак				
1	Каша молочная манная	200	174,30	18,27
2	Булочка с вареной сгущенкой "Вкусняшка"	100	308,00	22,00
3	Яйца вареные	50	77,00	10,50
4	Чай с лимоном	200/12/7	60,00	5,44
5	Фрукты свежие (яблоки)	150	66,60	14,52
Итого завтрак		719	685,90	70,73
Обед				
1	Суп картофельный с клецками	200	123,40	10,88
2	Рагу из мяса птицы	190	181,75	33,42
3	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	4,30
4	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,40
Итого обед		630	522,33	51,00
Комплекс для детей с ОВЗ				
Завтрак				
1	Каша молочная манная	200	174,30	18,27
2	Булочка с вареной сгущенкой "Вкусняшка"	100	308,00	22,00
3	Яйца вареные	50	77,00	10,50
4	Чай с лимоном	200/12/7	60,00	5,44
5	Фрукты свежие (яблоки)	150	66,60	14,52
Итого завтрак		719	685,90	70,73
Обед				
1	Суп картофельный с клецками	250	154,25	13,53
2	Рагу из мяса птицы	250	239,14	43,94
3	Салат "Мозаика"	40	50,29	8,59
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	4,30
5	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,40
Итого обед		780	660,86	72,76
Итого день:		1499	1346,76	143,49

Ст. повар

Сотникова Сотникова Т.А.



Утверждаю:

Директор ООО "Мегаполис"

В.А.Лысенко

Согласовано:

Директор МБОУ Мокро-Ельмутянская ООШ

О.И.Лапика

МЕНЮ

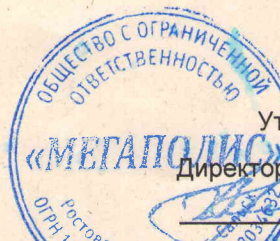
Четверг

вторая неделя

№ п/п	Наименование блюд	вес блюда	калорийность блюда	стоимость блюда
Завтрак				
1	Рыба, тушеная в томате с овощами	80/55	164,80	36,82
2	Пюре картофельное	150	151,40	17,76
3	Зеленый горошек консервированный	25	11,10	8,39
4	Чай с лимоном	200/12/7	60,00	5,44
5	Хлеб пшеничный	38	99,28	2,32
	Итого завтрак	567	486,58	70,73
Обед				
1	Суп-лапша домашняя	200	119,60	10,79
2	Котлеты рубленые с белокочанной капустой	70	106,80	29,27
3	Каша вязкая перловая	90	112,75	4,40
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	4,30
5	Хлеб пшеничный	37	96,67	2,24
	Итого обед	597	548,50	51,00
Комплекс для детей с ОВЗ				
Завтрак				
1	Рыба, тушеная в томате с овощами	80/55	164,80	36,82
2	Пюре картофельное	150	151,40	17,76
3	Зеленый горошек консервированный	25	11,10	8,39
4	Чай с лимоном	200/12/7	60,00	5,44
5	Хлеб пшеничный	38	99,28	2,32
	Итого завтрак	567	486,58	70,73
Обед				
1	Суп-лапша домашняя	250	149,50	13,19
2	Котлеты рубленые с белокочанной капустой	90	160,00	39,81
3	Каша вязкая перловая	100	124,75	5,13
4	Соус томатный	20	14,00	1,52
5	Салат из квашеной капусты	30	7,32	6,41
6	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	4,30
7	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,40
	Итого обед	730	672,75	72,76
	Итого день:	1297	1159,33	143,49

Ст. повар

Солнцева Солнцева Т.А.



Утверждаю:

Директор ООО "Мегаполис"

В.А.Лысенко

Согласовано:

Директор МБОУ Мокро-Ельмутянская ООШ



О.И.Лапика

МЕНЮ

Пятница

вторая неделя

№ п\п	Наименование блюд	вес блюда	калорийность блюда	стоимость блюда
Завтрак				
1	Тефтели из птицы с соусом	80/80	177,47	35,31
2	Каша рассыпчатая гречневая	130	213,20	14,41
3	Винегрет овощной	40	44,74	7,03
4	Кофейный напиток	200	37,80	3,00
5	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,40
6	Масло (порциями)	10	66,00	8,58
	Итого завтрак	580	643,71	70,73
Обед				
1	Борщ с капустой и картофелем	200	175,00	12,66
2	Плов из птицы	180	324,80	34,11
3	Чай с сахаром	200/12	43,90	2,43
4	Хлеб пшеничный	30	78,38	1,80
	Итого обед	622	622,08	51,00
Комплекс для детей с ОВЗ				
Завтрак				
1	Тефтели из птицы с соусом	80/80	177,47	35,31
2	Каша рассыпчатая гречневая	130	213,20	14,41
3	Винегрет овощной	40	44,74	7,03
4	Кофейный напиток	200	37,80	3,00
5	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,40
6	Масло (порциями)	10	66,00	8,58
	Итого завтрак	580	643,71	70,73
Обед				
1	Борщ с капустой и картофелем	250	218,75	15,40
2	Плов из птицы	250	451,13	47,77
3	Овощи соленные (помидоры)	15	8,95	2,89
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	4,30
5	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,40
	Итого обед	755	896,01	72,76
	Итого день:	1335	1539,72	143,49

Ст. повар

Сотникова Сотникова Т.А.