



Утверждаю:
Директор ООО "Мегаполис"
В.А.Лысенко

Согласовано:

Директор МБОУ Мокро-Ельмутянская ООШ



О.И.Лапика

МЕНЮ
Понедельник
первая неделя

№ п/п	Наименование блюд	вес блюда	калорийность блюда	стоимость блюда
Завтрак				
1	Каша вязкая молочная "Дружба"	200	198,90	24,86
2	Бутерброд горячий с колбасой и сыром	80	222,60	26,89
3	Чай с лимоном	200/12/7	60,00	5,44
4	Фрукты свежие (яблоки)	138	61,27	13,54
	Итого завтрак	637	542,77	70,73
Обед				
1	Суп крестьянский с крупой	200	94,20	11,48
2	Котлеты рубленые из птицы	50	95,33	24,04
3	Пюре картофельное	90	83,64	10,65
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	2,43
5	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,40
	Итого обед	592	421,57	51,00
Комплекс для детей с ОВЗ				
Завтрак				
1	Каша вязкая молочная "Дружба"	200	198,90	24,86
2	Бутерброд горячий с колбасой и сыром	80	222,60	26,89
3	Чай с лимоном	200/12/7	60,00	5,44
4	Фрукты свежие (яблоки)	138	61,27	13,54
	Итого завтрак	637	542,77	70,73
Обед				
1	Суп крестьянский с крупой	250	117,75	14,58
2	Котлеты рубленые из птицы	70	151,18	33,72
3	Пюре картофельное	150	151,40	17,76
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	4,30
5	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,40
	Итого обед	710	637,51	72,76
Итого день:		1347	1180,28	143,49

Ст. повар

Солнцев / Солнцева Т.А.



Утверждаю:

Директор ООО "Мегаполис"

В.А.Лысенко

Согласовано:

Директор МБОУ Мокро-Ельмутянская ООШ

О.И.Лапика

МЕНЮ

Вторник

первая неделя

№ п/п	Наименование блюд	вес блюда	калорийность блюда	стоимость блюда
Завтрак				
1	Плов из птицы	250	451,13	47,77
2	Салат из квашеной капусты	20	4,88	4,69
3	Кофейный напиток	200	37,80	3,00
4	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,40
5	Кондитерские изделия	40	139,40	12,87
	Итого завтрак	530	737,71	70,73
Обед				
1	Суп картофельный с бобовыми (горохом)	200	133,14	11,17
2	Тефтели из птицы с соусом	60/30	110,92	24,04
3	Каша рассыпчатая гречневая	90	155,80	9,69
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	4,30
5	Хлеб пшеничный	30	78,38	1,80
	Итого обед	610	590,92	51,00
Комплекс для детей с ОВЗ				
Завтрак				
1	Плов из птицы	250	451,13	47,77
2	Салат из квашеной капусты	20	4,88	4,69
3	Кофейный напиток	200	37,80	3,00
4	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,40
5	Кондитерские изделия	40	139,40	12,87
	Итого завтрак	530	737,71	70,73
Обед				
1	Суп картофельный с бобовыми (горохом)	250	166,43	13,76
2	Тефтели из птицы с соусом	75/50	138,65	33,46
3	Каша рассыпчатая гречневая	100	164,00	10,85
4	Салат "Мозаика"	40	50,29	8,59
5	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	4,30
6	Хлеб пшеничный	30	78,38	1,80
	Итого обед	745	710,43	72,76
	Итого день:	1275	1448,14	143,49

Ст. повар

Свиридова С.А.



Утверждаю:

Директор ООО "Мегаполис"

В.А.Лысенко

Согласовано:

Директор МБОУ Мокро-Ельмутянская ООШ

О.И.Лапика

МЕНЮ

Среда

первая неделя

№ п/п	Наименование блюд	вес блюда	калорийность блюда	стоимость блюда
Завтрак				
1	Мясо тушеное с овощами	40/40	123,90	36,43
2	Макаронные изделия отварные	150	219,50	10,29
3	Винегрет овощной	40	44,74	7,03
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	2,43
5	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,40
6	Сыр "Российский" (порциями)	15	53,75	12,15
	Итого завтрак	537	590,29	70,73
Обед				
1	Борщ с капустой и картофелем	200	175,00	12,66
2	Оладьи	150	242,00	20,38
3	Джем фруктовый (порция)	20	48,00	12,28
4	Кофейный напиток	200	37,80	3,00
5	Хлеб пшеничный	45	117,56	2,68
	Итого обед	615	620,36	51,00
Комплекс для детей с ОВЗ				
Завтрак				
1	Мясо тушеное с овощами	40/40	123,90	36,43
2	Макаронные изделия отварные	150	219,50	10,29
3	Винегрет овощной	40	44,74	7,03
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	2,43
5	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,40
6	Сыр "Российский" (порциями)	15	53,75	12,15
	Итого завтрак	537	590,29	70,73
Обед				
1	Борщ с капустой и картофелем	250	218,75	15,40
2	Оладьи	150	242,00	20,38
3	Джем фруктовый (порция)	20	48,00	12,28
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	4,30
5	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,40
6	Фрукты свежие (яблоки)	150	66,60	18,00
	Итого обед	810	792,53	72,76
	Итого день:	1347	1382,82	143,49

Ст. повар

Соловьева Т.А.



Утверждаю:

Директор ООО "Мегаполис"

В.А.Лысенко

Согласовано:

Директор МБОУ Мокро-Ельмутянская ООШ



О.И.Лапика

МЕНЮ

Четверг

первая неделя

№ п/п	Наименование блюд	вес блюда	калорийность блюда	стоимость блюда
Завтрак				
1	Котлеты рубленные из птицы	90	194,38	43,41
2	Пюре картофельное	150	151,40	17,76
3	Овощи соленные (помидоры)	25	17,90	4,73
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	2,43
5	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,40
	Итого завтрак	517	512,08	70,73
Обед				
1	Суп картофельный с клецками	200	123,40	10,88
2	Котлеты мясо-картофельные по-хлыновски	70	118,63	28,40
3	Макаронные изделия отварные (рожки)	90	131,67	6,89
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	2,43
5	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,40
	Итого обед	612	522,10	51,00
Комплекс для детей с ОВЗ				
Завтрак				
1	Котлеты рубленные из птицы	90	194,38	43,41
2	Пюре картофельное	150	151,40	17,76
3	Овощи соленные (помидоры)	25	17,90	4,73
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	2,43
5	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,40
	Итого завтрак	517	512,08	70,73
Обед				
1	Суп картофельный с клецками	250	154,25	13,53
2	Наггетсы куриные	70	144,66	43,65
3	Макаронные изделия отварные (рожки)	130	190,23	9,23
4	Соус томатный	20	14,00	1,52
5	Чай с сахаром	200/12	43,90	2,43
6	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,40
	Итого обед	722	651,54	72,76
	Итого день:	1239	1163,62	143,49

Ст. повар

Смирнов В.А.



Утверждаю:

Директор ООО "Мегаполис"

В.А.Лысенко

Согласовано:

Директор МБОУ Мокро-Ельмутянская ООШ

И.И.Лапика

МЕНЮ

Пятница

первая неделя

№ п/п	Наименование блюд	вес блюда	калорийность блюда	стоимость блюда
Завтрак				
1	Сардельки отварные	100	214,00	48,09
2	Каша рассыпчатая гречневая	150	246,00	16,32
3	Соус томатный	20	14,00	1,52
4	Кофейный напиток	200	37,80	3,00
5	Хлеб пшеничный	30	78,38	1,80
	Итого завтрак	500	590,18	70,73
Обед				
1	Суп-лапша домашняя	200	119,60	10,79
2	Биточки рубленые из птицы	60	101,68	26,34
3	Рис припущенный	100	131,27	8,48
4	Соус томатный	15	10,50	1,16
5	Чай с сахаром	200/12	43,90	2,43
6	Хлеб пшеничный	30	78,38	1,80
	Итого обед	617	485,33	51,00
Комплекс для детей с ОВЗ				
Завтрак				
1	Сардельки отварные	100	214,00	48,09
2	Каша рассыпчатая гречневая	150	246,00	16,32
3	Соус томатный	20	14,00	1,52
4	Кофейный напиток	200	37,80	3,00
5	Хлеб пшеничный	30	78,38	1,80
	Итого завтрак	500	590,18	70,73
Обед				
1	Суп-лапша домашняя	250	149,50	13,19
2	Биточки по-белорусски	80	170,67	37,71
3	Рис припущенный	150	196,90	11,58
4	Салат из квашеной капусты	30	7,32	6,41
5	Чай с сахаром	200/12	43,90	2,43
6	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,40
	Итого обед	762	672,79	73,72
	Итого день:	1262	1262,97	144,45

Ст. повар

Свищова Т.А.