

ПОНЕДЕЛЬНИК 1 неделя

№ п/п	Наименование блюд	выход порции	калорийность блюда	стоимость блюда
Завтрак для 1-4 кл				
1	Омлет натуральный	150	225,50	50,54
2	Икра кабачковая	60	88,20	19,76
3	Мармелад фруктово-ягодный	40	138,24	13,68
4	Чай с лимоном	200/12/7	60,00	7,10
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,92
	Итого завтрак	509	616,44	94,00
Завтрак для обучающихся 5-11 кл льготной категории и семей мобилизованных лиц и многодетных				
1	Омлет натуральный	150	225,50	50,54
2	Икра кабачковая	50	73,50	16,47
3	Кондитерское изделие	40	138,24	22,47
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,92
	Итого завтрак	492	585,64	96,00
Завтрак платный для 5-11 кл				
1	Омлет натуральный	150	225,50	50,54
2	Икра кабачковая	50	73,50	16,47
3	Кондитерское изделие	40	138,24	22,47
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,92
	Итого завтрак	492	585,64	96,00
Обед платный для 1-4 кл				
1	Суп картофельный с бобовыми (горохом)	150	137,36	14,57
2	Шницель рубленый из птицы	60	158,68	34,26
3	Каша вязкая пшеничная	100	103,22	10,38
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
5	Хлеб пшеничный йодированный	30	78,38	2,19
	Итого обед	552	521,54	65,00
Обед платный для 5-11 кл				
1	Суп картофельный с бобовыми (горохом)	200	133,14	19,30
2	Шницель рубленый из птицы	60	158,68	34,26
3	Каша вязкая пшеничная	100	103,22	10,38
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
5	Хлеб пшеничный йодированный	34	88,83	2,46
	Итого обед	606	527,77	70,00

№ п/п	Наименование блюд	выход порции	калорийность блюда	стоимость блюда
Питание обучающихся с ОВЗ 1-4 кл				
Завтрак				
1	Омлет натуральный	150	225,50	50,54
2	Икра кабачковая	60	88,20	19,76
3	Мармелад фруктово-ягодный	40	138,24	13,68
4	Чай с лимоном	200/12/7	60,00	7,10
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,92
	Итого завтрак	509	616,44	94,00
Обед				
1	Суп картофельный с бобовыми (горохом)	250	166,43	24,13
2	Шницель рубленый из птицы	80	211,57	42,27
3	Каша вязкая пшеничная	110	113,54	10,90
4	Салат из белокочанной капусты	35	49,98	5,73
5	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	6,05
6	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,92
	Итого обед	715	758,70	92,00
	Итого за день	1224	1375,14	186,00
Питание обучающихся с ОВЗ 5-11 кл				
Завтрак				
1	Омлет натуральный	150	225,50	50,54
2	Икра кабачковая	50	73,50	16,47
3	Кондитерское изделие	40	138,24	22,47
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,92
	Итого завтрак	492	585,64	96,00
Обед				
1	Суп картофельный с бобовыми (горохом)	250	166,43	24,13
2	Шницель рубленый из птицы	90	238,02	47,50
3	Каша вязкая пшеничная	130	134,18	12,88
4	Салат из белокочанной капусты	40	57,13	6,52
5	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	6,05
6	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,92
	Итого обед	750	812,94	100,00
	Итого за день	1242	1398,58	196,00



ВТОРНИК 1 неделя

№ п/п	Наименование блюда	выход порции	калорийность блюда	стоимость блюда
Завтрак для 1-4 кл				
1	Тефтели из птицы с соусом	80/80	177,47	49,26
2	Макаронные изделия отварные	150	219,50	18,74
3	Овощи соленные (огурцы)	40	10,00	14,28
4	Кофейный напиток на молоке сгущенном	200	91,20	8,80
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,92
	Итого завтрак	590	602,67	94,00
Завтрак для обучающихся 5-11 кл льготной категории и семей мобилизованных лиц и многодетных				
1	Тефтели из птицы с соусом	90/80	188,56	55,82
2	Макаронные изделия отварные	150	219,50	18,74
3	Овощи соленные (огурцы)	25	6,25	9,35
4	Кофейный напиток на молоке сгущенном	200	91,20	8,80
5	Хлеб пшеничный йодированный	45	117,68	3,29
	Итого завтрак	590	623,19	96,00
Завтрак платный для 5-11 кл				
1	Тефтели из птицы с соусом	90/80	188,56	55,82
2	Макаронные изделия отварные	150	219,50	18,74
3	Овощи соленные (огурцы)	25	6,25	9,35
4	Кофейный напиток на молоке сгущенном	200	91,20	8,80
5	Хлеб пшеничный йодированный	45	117,68	3,29
	Итого завтрак	590	623,19	96,00
Обед платный 1-4 кл				
1	Суп картофельный с яйцом (кудрявый)	150	157,59	15,22
2	Плов из птицы	160	235,98	39,79
3	Свекла отварная дольками	30	25,10	3,47
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,92
	Итого обед	592	567,07	65,00
Обед платный 5-11 кл				
1	Суп картофельный с яйцом (кудрявый)	200	126,07	20,22
2	Плов из птицы	160	235,98	39,79
3	Свекла отварная дольками	30	25,10	3,47
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,92
	Итого обед	642	535,55	70,00

№ п/п	Наименование блюда	выход порции	калорийность блюда	стоимость блюда
Питание обучающихся с ОВЗ 1-4 кл				
Завтрак				
1	Тефтели из птицы с соусом	80/80	177,47	49,26
2	Макаронные изделия отварные	150	219,50	18,74
3	Овощи соленные (огурцы)	40	10,00	14,28
4	Кофейный напиток на молоке сгущенном	200	91,20	8,80
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,92
	Итого завтрак	590	602,67	94,00
Обед				
1	Суп картофельный с яйцом (кудрявый)	250	157,59	25,36
2	Плов из птицы	210	309,72	52,46
3	Свекла отварная дольками	45	37,65	5,21
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	6,05
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,92
	Итого обед	745	722,14	92,00
	Итого за день	1335	1324,81	186,00
Питание обучающихся с ОВЗ 5-11 кл				
Завтрак				
1	Тефтели из птицы с соусом	90/80	188,56	55,82
2	Макаронные изделия отварные	150	219,50	18,74
3	Овощи соленные (огурцы)	25	6,25	9,35
4	Кофейный напиток на молоке сгущенном	200	91,20	8,80
5	Хлеб пшеничный йодированный	45	117,68	3,29
	Итого завтрак	590	623,19	96,00
Обед				
1	Суп картофельный с яйцом (кудрявый)	250	157,59	25,36
2	Плов из птицы	230	339,21	60,46
3	Свекла отварная дольками	45	37,65	5,21
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	6,05
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,92
	Итого обед	765	751,63	100,00
	Итого за день	1355	1374,82	196,00



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

Директор ООО "Металполис"
В.А.Лысенко

СРЕДА 1 неделя

№ п/п	Наименование блюда	выход порции	калорийность блюда	стоимость блюда
Завтрак для 1-4 кл				
1	Каша жидкая молочная пшеница	200	274,90	24,02
2	Запеканка из творога с рисом и молоком стуженным	150/20	336,00	66,38
3	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
	Итого завтрак	582	654,80	94,00
Завтрак для обучающихся 5-11 кл льготной категории и семей мобилизованных лиц и многодетных				
1	Каша жидкая молочная пшеница	220	302,39	26,02
2	Запеканка из творога с рисом и молоком стуженным	150/20	336,00	66,38
3	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
	Итого завтрак	602	682,29	96,00
Завтрак платный для 5-11 кл				
1	Каша жидкая молочная пшеница	220	302,39	26,02
2	Запеканка из творога с рисом и молоком стуженным	150/20	336,00	66,38
3	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
	Итого завтрак	602	682,29	96,00
Обед платный 1-4 кл				
1	Борщ с капустой и картофелем	150	146,25	16,47
2	Котлеты мясо-картофельные по-хлыновски	60	106,30	30,32
3	Каша вязкая перловая	90	112,28	6,06
4	Зеленый горошек консервированный	15	5,55	5,63
5	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
6	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,92
	Итого обед	567	518,78	65,00
Обед платный 5-11 кл				
1	Борщ с капустой и картофелем	200	175,00	20,39
2	Котлеты мясо-картофельные по-хлыновски	60	106,30	30,32
3	Каша вязкая перловая	110	164,67	7,40
4	Зеленый горошек консервированный	15	5,55	5,63
5	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
6	Хлеб пшеничный йодированный	36	94,05	2,66
	Итого обед	633	589,47	70,00

№ п/п	Наименование блюда	выход порции	калорийность блюда	стоимость блюда
Питание обучающихся с ОВЗ 1-4 кл				
Завтрак				
1	Каша жидкая молочная пшеница	200	274,90	24,02
2	Запеканка из творога с рисом и молоком стуженным	150/20	336,00	66,38
3	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
	Итого завтрак	582	654,80	94,00
Обед				
1	Борщ с капустой и картофелем	250	195,00	27,45
2	Чахохбили	110	139,92	42,09
3	Каша вязкая перловая	100	124,75	6,73
4	Зеленый горошек консервированный	20	7,40	6,76
5	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	6,05
6	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,92
	Итого обед	720	684,25	92,00
	Итого за день	1302	1339,05	186,00
Питание обучающихся с ОВЗ 5-11 кл				
Завтрак				
1	Каша жидкая молочная пшеница	220	302,39	26,02
2	Запеканка из творога с рисом и молоком стуженным	150/20	336,00	66,38
3	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
	Итого завтрак	602	682,29	96,00
Обед				
1	Борщ с капустой и картофелем	250	195,00	27,45
2	Чахохбили	110	139,92	42,09
3	Каша вязкая перловая	150	187,13	10,38
4	Зеленый горошек консервированный	35	12,95	11,77
5	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	6,05
6	Хлеб пшеничный йодированный	31	80,98	2,26
	Итого обед	776	728,66	100,00
	Итого за день	1378	1410,95	196,00

Утверждаю:
 Общество с ограниченной ответственностью
 «Мегалоник»
 директор
 В.А. Лысенко

ЧЕТВЕРГ 1 неделя

№ п/п	Наименование блюда	выход порции	калорийность блюда	стоимость блюда
Завтрак для 1-4 кл				
1	Гуляш из птицы	50/50	198,11	54,82
2	Каша вязкая пшеничная	150	225,80	14,58
3	Салат из квашеной капусты	50	12,20	17,50
4	Кофейный напиток	200	37,80	4,18
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,92
	Итого завтрак	540	578,41	94,00
Завтрак для обучающихся 5-11 кл льготной категории и семей мобилизованных лиц и многодетных				
1	Гуляш из птицы	50/50	198,11	54,82
2	Каша вязкая пшеничная	160	240,85	16,58
3	Салат из квашеной капусты	50	12,20	17,50
4	Кофейный напиток	200	37,80	4,18
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,92
	Итого обед	550	593,46	96,00
Завтрак платный для 5-11 кл				
1	Гуляш из птицы	50/50	198,11	54,82
2	Каша вязкая пшеничная	160	240,85	16,58
3	Салат из квашеной капусты	50	12,20	17,50
4	Кофейный напиток	200	37,80	4,18
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,92
	Итого обед	550	593,46	96,00
Обед платный 1-4 кл				
1	Суп картофельный с клецками	150	136,43	12,85
2	Биточки рубленые из птицы	60	131,67	33,40
3	Каша рассыпчатая гречневая	80	131,20	10,60
4	Соус томатный с овощами	15	11,10	1,63
5	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
6	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,92
	Итого обед	557	558,80	65,00
Обед платный 5-11 кл				
1	Суп картофельный с клецками	200	145,52	15,35
2	Биточки рубленые из птицы	60	131,67	33,40
3	Каша рассыпчатая гречневая	100	164,00	13,26
4	Соус томатный с овощами	15	11,10	1,63
5	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
6	Хлеб пшеничный йодированный	38	99,28	2,76
	Итого обед	638	595,47	70,00

Согласовано
 директор МБОУ Гайдаровская
 общеобразовательная школа
 №10
 И.М. Понягина

№ п/п	Наименование блюда	выход порции	калорийность блюда	стоимость блюда
Питание обучающихся с ОВЗ 1-4 кл				
Завтрак				
1	Гуляш из птицы	50/50	198,11	54,82
2	Каша вязкая пшеничная	150	225,80	14,58
3	Салат из квашеной капусты	50	12,20	17,50
4	Кофейный напиток	200	37,80	4,18
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,92
	Итого завтрак	540	578,41	94,00
Обед				
1	Суп картофельный с клецками	250	145,52	21,42
2	Биточки рубленые из птицы	75	164,60	40,92
3	Каша рассыпчатая гречневая	130	213,20	18,25
4	Соус томатный	15	11,10	2,00
5	Кисель плодово-ягодный	200	142,20	6,49
6	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,92
	Итого обед	710	781,12	92,00
	Итого за день	1250	1359,53	186,00
Питание обучающихся с ОВЗ 5-11 кл				
Завтрак				
1	Гуляш из птицы	50/50	198,11	54,82
2	Каша вязкая пшеничная	160	240,85	16,58
3	Салат из квашеной капусты	50	12,20	17,50
4	Кофейный напиток	200	37,80	4,18
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,92
	Итого обед	550	593,46	96,00
Обед				
1	Суп картофельный с клецками	250	145,52	21,42
2	Биточки рубленые из птицы	90	197,52	48,92
3	Каша рассыпчатая гречневая	130	213,20	18,25
4	Соус томатный	15	11,10	2,00
5	Кисель плодово-ягодный	200	142,20	6,49
6	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,92
	Итого обед	725	814,04	100,00
	Итого за день	1275	1407,50	196,00



ПЯТНИЦА 1 неделя

№ п/п	Наименование блюд	выход порции	калорийность блюда	стоимость блюда
Завтрак для 1-4 кл				
1	Котлеты рубленые из птицы	90	197,38	49,69
2	Пюре картофельное	150	231,40	26,52
3	Овощи соленные (огурцы)	30	7,50	11,27
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,92
	Итого завтрак	522	584,68	94,00
Завтрак для обучающихся 5-11 кл льготной категории и семей мобилизованных лиц и многодетных				
1	Котлеты рубленые из птицы	90	197,38	49,69
2	Пюре картофельное	150	231,40	26,52
3	Овощи соленные (огурцы)	35	8,75	13,27
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,92
	Итого завтрак	527	585,93	96,00
Завтрак платный для 5-11 кл				
1	Котлеты рубленые из птицы	90	197,38	49,69
2	Пюре картофельное	150	231,40	26,52
3	Овощи соленные (огурцы)	35	8,75	13,27
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,92
	Итого завтрак	527	585,93	96,00
Обед платный 1-4 кл				
1	Суп картофельный с крупой (рисовая)	150	137,51	14,91
2	Паста "Альфредо"	150	174,18	37,62
3	Винегрет овощной	20	22,37	5,95
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,92
	Итого обед	572	482,46	65,00
Обед платный 5-11 кл				
1	Суп картофельный с крупой (рисовая)	200	153,34	15,66
2	Паста "Альфредо"	160	185,79	40,13
3	Винегрет овощной	25	27,96	7,69
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,92
	Итого обед	637	515,49	70,00



№ п/п	Наименование блюд	выход порции	калорийность блюда	стоимость блюда
Питание обучающихся с ОВЗ 1-4 кл				
Завтрак				
1	Котлеты рубленые из птицы	90	197,38	49,69
2	Пюре картофельное	150	231,40	26,52
3	Овощи соленные (огурцы)	30	7,50	11,27
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,92
	Итого завтрак	522	584,68	94,00
Обед				
1	Суп картофельный с крупой (рисовая)	250	229,18	24,85
2	Паста "Альфредо"	200	292,24	49,85
3	Винегрет овощной	40	44,74	10,33
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	6,05
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,92
	Итого обед	730	783,34	94,00
	Итого за день	1252	1368,02	188,00
Питание обучающихся с ОВЗ 5-11 кл				
Завтрак				
1	Котлеты рубленые из птицы	90	197,38	49,69
2	Пюре картофельное	150	231,40	26,52
3	Овощи соленные (огурцы)	35	8,75	13,27
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,92
	Итого завтрак	527	585,93	96,00
Обед				
1	Суп картофельный с крупой (рисовая)	250	229,18	24,85
2	Паста "Альфредо"	210	306,85	52,97
3	Винегрет овощной	50	55,93	13,21
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	6,05
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,92
	Итого обед	750	809,14	100,00
	Итого за день	1277	1395,07	196,00