

"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР _____

Меню

МБОУ Сусанинская СОШ

12 Сентября 2022 г.

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углевод	ККал		
Завтрак б/п (7-11 лет)					
5.32	1.19	38.96	178	Каша ячневая вязкая молочная с маслом	150/5
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	200
2.4	1.4	38.8	183	Кондитерские изделия (пряники)	50
2.3	0.72	16.02	76	Хлеб пшеничный	30
10	3	109	495		

<u>Обед б/п (7-11 лет)</u>					
6.21	6.42	8.54	120	Щи из кваш. капусты с мясом, сметаной	200/5/5
1.2	3.3	11.7	82	Салат "Витаминный"	60
20.28	17	35.68	377	Плов из птицы	150
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	200
4.12	0.75	20.87	109	Хлеб Дарницкий	30
32	27	92	746		

<u>Завтрак б/п (12-18 лет)</u>					
5.32	1.19	38.96	178	Каша ячневая вязкая молочная с маслом	200/5
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	200
2.4	1.4	38.8	183	Кондитерские изделия (пряники)	50
2.3	0.72	16.02	76	Хлеб пшеничный	30
10	3	109	495		

<u>Обед б/п (12-18 лет)</u>					
6.21	6.42	8.54	120	Щи из кваш. капусты с мясом, сметаной	250/5/5
1.2	3.3	11.7	82	Салат "Витаминный"	60
20.28	17	35.68	377	Плов из птицы	180
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	200
4.12	0.75	20.87	109	Хлеб Дарницкий	30
32	27	92	746		

Зав. производством _____

Бухгалтер _____

Нюганен И.П.

Жосан А.А.



"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР _____

М е н ю

МБОУ Сусанинская СОШ

13 Сентября 2022 г.

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углевод	ККал		
Завтрак б/п (7-11 лет)					
2.97	2.64	17.78	107	Суп молочный с макаронными изделиями	200
0.1	0	9.5	38	Чай с лимоном	200/7
15.19	9	120	594	Кондитерские изделия (печенье)	40
2.3	0.72	16.02	76	Хлеб пшеничный	30
21	12	163	815		

<u>Обед б/п (7-11 лет)</u>					
7.83	4.89	24.31	167	Суп рисовый с курой	200/5
0.3	0	1.45	7	Помидор свежий	30
23.43	20.58	6.06	303	Гуляш из свинины	50/50
5.49	4.88	37.59	220	Макаронные изделия отварные	150
1	0.2	22	83	Сок натуральный	180
4.12	0.75	20.87	109	Хлеб Дарницкий	30
42	31	112	889		

<u>Завтрак б/п (12-18 лет)</u>					
2.97	2.64	17.78	107	Суп молочный с макаронными изделиями	200
0.1	0	9.5	38	Чай с лимоном	200/7
15.19	9	120	594	Кондитерские изделия (печенье)	40
2.3	0.72	16.02	76	Хлеб пшеничный	30
21	12	163	815		

<u>Обед б/п (12-18 лет)</u>					
7.83	4.89	24.31	167	Суп рисовый с курой	250/5
0.3	0	1.45	7	Помидор свежий	30
23.43	20.58	6.06	303	Гуляш из свинины	50/50
5.49	4.88	37.59	220	Макаронные изделия отварные	180
1	0.2	22	83	Сок натуральный	200
4.12	0.75	20.87	109	Хлеб Дарницкий	30
42	31	112	889		

Зав. производством _____

Бухгалтер _____

Нюганен И.П.

Жосан А.А.



"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР _____

М е н ю

МБОУ Сусанинская СОШ

14 Сентября 2022 г.

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углевод	ККал		
Завтрак б/п (7-11 лет)					
6.96	4.51	31.09	186	Каша пшеничная жидкая с маслом	150/5
3.8	3	23	131	Какао с молоком	180
5.64	7.8	0	83	Колбаса п/к (порциями)	20
2.3	0.72	16.02	76	Хлеб пшеничный	30
0.6	0	16.95	69	Яблоко	130
19	16	87	545		

<u>Обед б/п (7-11 лет)</u>					
7.52	8.42	15.46	165	Борщ с капустой, картоф., мясом, сметаной	200/5
1.55	14.98	9.83	179	Салат из свеклы с маслом растительным	60
23.23	75.42	11.76	819	Шницель мясной	70
9.04	8.01	48.98	291	Каша гречневая рассыпчатая	150
0	0	18.2	72	Компот из сухофруктов	180
4.12	0.75	20.87	109	Хлеб Дарницкий	30
45	108	125	1635		

<u>Завтрак б/п (12-18 лет)</u>					
6.96	4.51	31.09	186	Каша пшеничная жидкая с маслом	200/5
3.8	3	23	131	Какао с молоком	200
5.64	7.8	0	83	Колбаса п/к (порциями)	20
2.3	0.72	16.02	76	Хлеб пшеничный	30
0.6	0	16.95	69	Яблоко	130
19	16	87	545		

<u>Обед б/п (12-18 лет)</u>					
7.52	8.42	15.46	165	Борщ с капустой, картоф., мясом, сметаной	250/5
1.55	14.98	9.83	179	Салат из свеклы с маслом растительным	60
23.23	75.42	11.76	819	Шницель мясной	70
9.04	8.01	48.98	291	Каша гречневая рассыпчатая	180
0	0	18.2	72	Компот из сухофруктов	200
4.12	0.75	20.87	109	Хлеб Дарницкий	30
45	108	125	1635		

Зав. производством _____

Бухгалтер _____

Нюганен И.П.

Жосан А.А.



"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР _____

М е н ю

МБОУ Сусанинская СОШ

15 Сентября 2022 г.

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углевд	ККал		
Завтрак б/п (7-11 лет)					
31.11	40.08	43.79	657	Запеканка из творога со сгущ. молоком	120/30
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	200
2.3	0.72	16.02	76	Хлеб пшеничный	30
34	41	75	791		

Обед б/п (7-11 лет)					
11.24	8.9	23.57	194	Суп картофельный с горохом и с курой	200/5
15.4	14.14	0.37	190	Мясо отварное	50
5.49	4.88	37.59	220	Макаронные изделия отварные	150
0	0	18.2	72	Компот из сухофруктов	180
4.12	0.75	20.87	109	Хлеб Дарницкий	30
36	29	101	785		

Завтрак б/п (12-18 лет)					
31.11	40.08	43.79	657	Запеканка из творога со сгущ. молоком	120/30
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	200
2.3	0.72	16.02	76	Хлеб пшеничный	30
34	41	75	791		

Обед б/п (12-18 лет)					
11.24	8.9	23.57	194	Суп картофельный с горохом и с курой	250/5
15.4	14.14	0.37	190	Мясо отварное	50
5.49	4.88	37.59	220	Макаронные изделия отварные	180
0	0	18.2	72	Компот из сухофруктов	200
4.12	0.75	20.87	109	Хлеб Дарницкий	30
36	29	101	785		

Зав.производством _____

Бухгалтер _____

Нюганен И.П.

Жосан А.А.



"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР _____

М е н ю

МБОУ Сусанинская СОШ

16 Сентября 2022 г.

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углевод	ККал		
Завтрак б/п (7-11 лет)					
6.69	2.05	41.74	202	Каша пшенинная вязкая молочная с маслом	150/5
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	200
4.68	6	0	74	Сыр (порциями)	15
2.3	0.72	16.02	76	Хлеб пшеничный	30
14	9	73	410		

<u>Обед б/п (7-11 лет)</u>					
9.5	8.7	11.6	178	Суп из овощей с курой, сметаной	200/5/5
1.8	2	7.6	56	Салат из белокачанной капусты	60
7.4	19.28	0.04	203	Сосиски отварные	60
5.49	4.88	37.59	220	Макароны отварные с маслом сливочным	150
1	0.2	22	83	Сок натуральный	180
4.12	0.75	20.87	109	Хлеб Дарницкий	30
29	36	100	849		

<u>Завтрак б/п (12-18 лет)</u>					
6.69	2.05	41.74	202	Каша пшенинная вязкая молочная с маслом	200/5
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	200
4.68	6	0	74	Сыр (порциями)	15
2.3	0.72	16.02	76	Хлеб пшеничный	30
14	9	73	410		

<u>Обед б/п (12-18 лет)</u>					
9.5	8.7	11.6	178	Суп из овощей с курой, сметаной	250/5/5
1.8	2	7.6	56	Салат из белокачанной капусты	60
7.4	19.28	0.04	203	Сосиски отварные	60
5.49	4.88	37.59	220	Макароны отварные с маслом сливочным	180
1	0.2	22	83	Сок натуральный	200
25	35	79	740		

Зав.производством

Бухгалтер

Нюганен И.П.

Жосан А.А.

