

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____

М е н ю

МБОУ Сусанинская СОШ

24 Января 2022 г.

(7 - 11 лет)

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углев	ККал		

Завтрак б/п

7.85	10.97	39.2 5	278	Каша манная вязкая молочная с маслом	200/3
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	200
4.68	6	0	74	Сыр порц.	15
2.3	0.72	16.0 2	76	Хлеб пшеничный	30
15	18	70	486		

Обед б/п

10.1	5.14	24.0 5	156	Суп картофельный с рыбой	200/15
7.4	19.28	0.04	203	Сосиска Молочная	60
5.49	4.88	37.5 9	220	Макароны отварные	150
0	0	18.2	72	Компот из сухофруктов	180
4.12	0.75	20.8 7	109	Хлеб дарницкий	40
27	30	101	760		

Зав. производством

Бухгалтер

Ответственный по питанию

Нюганен И.П.

Жосан А.А.



УТВЕРЖДАЮ

Директор _____

М е н ю

МБОУ Сусанинская СОШ

24 Января 2022 г.

(12 - 18 лет)

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углев	ККал		

Завтрак б/п

7.85	10.97	39.2 5	278	Каша манная вязкая молочная с маслом	200/3
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	200
4.68	6	0	74	Сыр порц.	15
2.3	0.72	16.0 2	76	Хлеб пшеничный	25
15	18	70	486		

Обед б/п

10.1	5.14	24.0 5	156	Суп картофельный с рыбой	250/20
7.4	19.28	0.04	203	Сосиска Молочная	60
5.49	4.88	37.5 9	220	Макароны отварные	150
0	0	18.2	72	Компот из сухофруктов	200
4.12	0.75	20.8 7	109	Хлеб дарницкий	30
27	30	101	760		

Зав. производством

Бухгалтер

Ответственный по питанию

Нюганен И.П.

Жосан А.А.



"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР _____

М е н ю

МБОУ Сусанинская СОШ

25 Января 2022 г.

(7 - 11 лет)

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углевы	ККал		

Завтрак б/п

6	8.2	33.2	238	Каши пшеничная вязкая молочная с маслом	200/3
3.8	3	23	131	Какао с молоком	200
5.64	7.8	0	83	Колбаса в/к	15
2.3	0.72	16.0 2	76	Хлеб пшеничный	30
18	20	72	528		

Обед б/п

9.5	8.7	11.6	178	Суп из овощей с курой, сметаной	200/10/5
1.55	14.98	9.83	179	Салат из свеклы с маслом растительным	50
26.5 9	22.33	40.5 3	468	Плов с мясом	50/150
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	200
4.12	0.75	20.8 7	109	Хлеб дарницкий	40
42	47	98	992		

Зав. производством

Бухгалтер

Ответственный по питанию

Нюганен И.П.

Жосан А.А.



"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР _____

М е н ю

МБОУ Сусанинская СОШ

25 Января 2022 г.

(12 - 18 лет)

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углевы	ККал		

Завтрак б/п

6	8.2	33.2	238	Каши пшеничная вязкая молочная с маслом	200/3
3.8	3	23	131	Какао с молоком	200
5.64	7.8	0	83	Колбаса в/к	15
2.3	0.72	16.0 2	76	Хлеб пшеничный	30
18	20	72	528		

Обед б/п

9.5	8.7	11.6	178	Суп из овощей с курой, сметаной	250/15/10
1.55	14.98	9.83	179	Салат из свеклы с маслом растительным	50
26.5 9	22.33	40.5 3	468	Плов с мясом	50/150
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	200
4.12	0.75	20.8 7	109	Хлеб дарницкий	40
42	47	98	992		

Зав. производством

Бухгалтер

Ответственный по питанию

Нюганен И.П.

Жосан А.А.



"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР _____

М е н ю

МБОУ Сусанинская СОШ

26 Января 2022 г.

(7 - 11 лет)

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углев.	ККал		

Завтрак б/п

6.69	2.05	41.7 4	202	Каша пшеничная вязкая молочная с маслом	200/3
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	200
15.1 9	9	120	594	Печенье	26
0.6	0	16.9 5	69	Яблоко	140
23	11	194	923		

Обед б/п

7.52	8.42	15.4 6	165	Борщ из св. капусты с курой, сметаной	200/10/5
3.69	5.64	30.6 9	180	Пюре картофельное с маслом сливочным	150
18.6 2	26.8	21.5 2	362	Пудинг рыбный	60
0	0	18.2	72	Компот из сухофруктов	200
4.12	0.75	20.8 7	109	Хлеб дарницкий	40
34	42	107	888		

Зав. производством _____

Нюганен И.П.

Бухгалтер _____

Жосан А.А.

Ответственный по питанию _____



"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР _____

М е н ю

МБОУ Сусанинская СОШ

26 Января 2022 г.

(12 - 18 лет)

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углев.	ККал		

Завтрак б/п

6.69	2.05	41.7 4	202	Каша пшеничная вязкая молочная с маслом	200/3
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	200
15.1 9	9	120	594	Печенье	26
0.6	0	16.9 5	69	Яблоко	130
23	11	194	923		

Обед б/п

7.52	8.42	15.4 6	165	Борщ из св. капусты с курой, сметаной	250/15/10
3.69	5.64	30.6 9	180	Пюре картофельное с маслом сливочным	150
18.6 2	26.8	21.5 2	362	Пудинг рыбный	60
0	0	18.2	72	Компот из сухофруктов	200
4.12	0.75	20.8 7	109	Хлеб дарницкий	30
34	42	107	888		

Зав. производством

Бухгалтер

Ответственный по питанию

Нюганен И.П.

Жосан А.А.



"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР _____

М е н ю

МБОУ Сусанинская СОШ

27 Января 2022 г.

(7 - 11 лет)

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углев	ККал		

Завтрак б/п

5.86	32	43.2 6	252	Каша рисовая вязкая молочная с маслом	200/3
3.8	3	23	131	Какао с молоком	200
2.3	0.72	16.0 2	76	Хлеб пшеничный	30
12	36	82	459		

Обед б/п

8.17	4.94	24.0 9	100	Суп картофельный с вермишелью и курой	200/10
31.1 1	40.08	43.7 9	657	Запеканка из творога со сгущ. молоком	150/30
0	0	18.2	72	Компот из сухофруктов	200
4.12	0.75	20.8 7	109	Хлеб дарницкий	40
43	46	107	938		

Зав. производством

Бухгалтер

Ответственный по питанию

Нюганен И.П.

Жосан А.А.



"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР _____

М е н ю

МБОУ Сусанинская СОШ

27 Января 2022 г.

(12 - 18 лет)

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углев.	ККал		
Завтрак б/п					
5.86	32	43.2 6	252	Каша рисовая вязкая молочная с маслом	200/3
3.8	3	23	131	Какао с молоком	200
2.3	0.72	16.0 2	76	Хлеб пшеничный	30
12	36	82	459		

<u>Обед б/н</u>					
8.17	4.94	24.0 9	100	Суп картофельный с вермишелью и курой	250/15
31.1 1	40.08	43.7 9	657	Запеканка из творога со сгущ. молоком	150/30
0	0	18.2	72	Компот из сухофруктов	200
4.12	0.75	20.8 7	109	Хлеб дарницкий	40
43	46	107	938		

Зав. производством _____

Нюганен И.П.

Бухгалтер _____

Жосан А.А.

Ответственный по питанию _____



"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР _____

М е н ю

МБОУ Сусанинская СОШ

28 Января 2022 г.

(7 - 11 лет)

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углев	ККал		

Завтрак б/п

11.0 6	18.15	27	217	Омлет натуральный	120
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	200
2.3	0.72	16.0 2	76	Хлеб пшеничный	30
14	19	58	351		

Обед б/п

12.9 1	10.2	20.8 1	222	Рассольник Ленинградский с курой, сметан.	200/10/5
2.3	10.1	9.6	140	Салат из свежей капусты с морковью	50
10.6 9	14.54	13.7	224	Тефтели в смет. томатном соусе	70/30
9.04	8.01	48.9 8	291	Каша гречневая рассыпчатая	150
1	0.2	22	83	Сок натуральный	180
4.12	0.75	20.8 7	109	Хлеб дарницкий	40
40	44	136	1069		

Зав. производством

Бухгалтер

Ответственный по питанию

Нюганен И.П.

Жосан А.А.



ДИРЕКТОР _____

МБОУ Сусанинская СОШ

(12 - 18 лет)

Завтрак б/н

Обед 6/н

12.9 1	10.2	20.8 1	222	Рассольник Ленинградский с курой, сметан.	250/10/5
2.3	10.1	9.6	140	Салат из свежей капусты с морковью	50
10.6 9	14.54	13.7	224	Тефтели в смет. томатном соусе	70/30
9.04	8.01	48.9 8	291	Каша гречневая рассыпчатая	150
1	0.2	22	83	Сок натуральный	200
4.12	0.75	20.8 7	109	Хлеб дарницкий	40
40	44	136	1069		