

"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР _____

М е н ю

МБОУ Сусанинская СОШ

23 Мая 2022 г.

(7 - 11 лет)

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углев	ККал		
<u>Завтрак б/п</u>					
4.68	6	0	74	Сыр (порциями)	20
1.9	0.7	12.9	66	Батон	25
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	200
0	0.74	18.1 3	64	Фрукты (яблоко)	100
7	7	46	262		

Обед б/п

9.5	8.7	11.6	178	Суп из овощей с курой, сметаной	200/5/5
31.1 1	40.08	43.7 9	657	Запеканка из творога со сгуш. молоком	150/30
1	0.2	22	83	Сок натуральный	200
4.12	0.75	20.8 7	109	Хлеб Дарницкий	25
46	50	98	1027		

(12 - 18 лет)

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углев	ККал		
Завтрак б/п					
4.68	6	0	74	Сыр (порциями)	20
1.9	0.7	12.9	66	Батон	25
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	200
0	0.74	18.1 3	64	Фрукты (яблоко)	100
7	7	46	262		

Обед б/п

9.5	8.7	11.6	178	Суп из овощей с курой, сметаной	250/5/5
31.1 1	40.08	43.7 9	657	Запеканка из творога со сгуш. молоком	180/30
1	0.2	22	83	Сок натуральный	200
4.12	0.75	20.8 7	109	Хлеб Дарницкий	25
46	50	98	1027		

Зав.производством _____

Бухгалтер _____

Нюганен И.П.

Жосан А.А.



"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР _____

М е н ю

МБОУ Сусанинская СОШ

24 Мая 2022 г.

(7 - 11 лет)

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углев	ККал		
Завтрак б/п					
3.86	4.28	0.32	63	Яйца вареные	40
1.9	0.7	12.9	66	Батон	25
0.07	7.24	0.08	6480	Масло сливочное (порциями)	10
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	200
6	12	28	6667		

Обед б/п

11.2	6.77	23.5	194	Суп карт. с фасолью, курой и со сметаной	200/5/5
4		7			
0.9	3.7	4.9	56	Салат из свеклы отварной	60
13.2	11.23	3.52	185	Печень по-строгановски	50/50
6					
5.49	4.88	37.5	220	Макаронные изделия отварные	150
		9			
0.22	0	21.7	88	Компот из свежих плодов	200
4.12	0.75	20.8	109	Хлеб Дарницкий	25
		7			
35	27	112	852		

(12 - 18 лет)

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углев	ККал		
Завтрак б/п					
3.86	4.28	0.32	63	Яйца вареные	40
1.9	0.7	12.9	66	Батон	25
0.07	7.24	0.08	6480	Масло сливочное (порциями)	10
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	200
6	12	28	6667		

Обед б/п

11.2	6.77	23.5	194	Суп карт. с фасолью, курой и со сметаной	250/5/5
4		7			
0.9	3.7	4.9	56	Салат из свеклы отварной	60
13.2	11.23	3.52	185	Печень по-строгановски	50/50
6					
5.49	4.88	37.5	220	Макаронные изделия отварные	150
		9			
0.22	0	21.7	88	Компот из свежих плодов	200
4.12	0.75	20.8	109	Хлеб Дарницкий	25
		7			
35	27	112	852		

Зав. производством

Бухгалтер

Нюганен И.П.

Жосан А.А.



"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР _____

М е н ю

МБОУ Сусанинская СОШ

25 Мая 2022 г.

(7 - 11 лет)

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углев	ККал		
1.52	0.9	12	53	Кондитерские изделия (вафли)	60
4.5	3.7	28.2 4	130	Кофейный напиток с молоком	200
0	0.74	18.1 3	64	Фрукты (яблоко)	120
6	5	58	247		

Завтрак б/п

Обед б/п

7.56	9.67	11.1 2	160	Щи из св. капусты с мясом курицы, сметаной	200/5/5
0.35	0	0.9	5	Огурец свежий	30
26.5 9	22.33	40.5 3	468	Плов с мясом	50/150
0.1	0	9.5	38	Чай с лимоном	200/7
4.12	0.75	20.8 7	109	Хлеб Дарницкий	25
39	33	83	780		

(12 - 18 лет)

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углев	ККал		
1.52	0.9	12	53	Кондитерские изделия (вафли)	60
4.5	3.7	28.2 4	130	Кофейный напиток с молоком	200
0	0.74	18.1 3	64	Фрукты (яблоко)	120
6	5	58	247		

Завтрак б/п

Обед б/п

7.56	9.67	11.1 2	160	Щи из св. капусты с мясом курицы, сметаной	250/5/5
0.35	0	0.9	5	Огурец свежий	30
26.5 9	22.33	40.5 3	468	Плов с мясом	50/150
0.1	0	9.5	38	Чай с лимоном	200/7
4.12	0.75	20.8 7	109	Хлеб Дарницкий	25
39	33	83	780		

Зав. производством _____

Бухгалтер _____

Нюганен И.П.

Жосан А.А.



"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР _____

Меню

МБОУ Сусанинская СОШ

26 Мая 2022 г.

(7 - 11 лет)

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углев.	ККал		
Завтрак б/п					
4.68	6	0	74	Сыр (порциями)	20
1.9	0.7	12.9	66	Батон	25
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	200
0	0.74	18.1 3	64	Фрукты (яблоко)	100
7	7	46	262		

Обед б/п

12.9 1	10.2	20.8 1	222	Рассольник Ленинградский с курой, сметан.	200/5/5
0.4	0.05	1.15	6	Огурец соленый	30
16.9	11.7	12.2	351	Котлеты рубленые из мяса	60
3.69	5.64	30.6 9	180	Пюре картофельное	150
0.22	0	21.7	88	Компот из свежих плодов	200
4.12	0.75	20.8 7	109	Хлеб Дарницкий	25
38	28	107	956		

(12 - 18 лет)

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углев	ККал		
<u>Завтрак б/п</u>					
4.68	6	0	74	Сыр (порциями)	20
1.9	0.7	12.9	66	Батон	25
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	200
0	0.74	18.1 3	64	Фрукты (яблоко)	100
7	7	46	262		

Обед б/п

12.9 1	10.2	20.8 1	222	Рассольник Ленинградский с курой, сметан.	250/5/5
0.4	0.05	1.15	6	Огурец соленый	30
16.9	11.7	12.2	351	Котлеты рубленые из мяса	60
3.69	5.64	30.6 9	180	Пюре картофельное	180
0.22	0	21.7	88	Компот из свежих плодов	200
4.12	0.75	20.8 7	109	Хлеб Дарницкий	25
38	28	107	956		

Зав. производством _____

Бухгалтер _____

Нюганен И.П.

Жосан А.А.



"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР _____

М е н ю

МБОУ Сусанинская СОШ

27 Мая 2022 г.

(7 - 11 лет)

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углев	ККал		

Завтрак б/п

4.68	6	0	74	Сыр (порциями)	15
1.9	0.7	12.9	66	Батон	25
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	200
0	0.74	18.1 3	64	Фрукты (яблоко)	120
7	7	46	262		

Обед б/п

7.56	9.67	11.1 2	160	Щи из св. капусты с мясом курицы, сметаной	200/5/5
0.9	3.7	4.9	56	Салат из свеклы отварной	60
20.2 8	17	35.6 8	377	Плов из птицы	180
0	0	18.2	72	Компот из сухофруктов	200
4.12	0.75	20.8 7	109	Хлеб Дарницкий	25
33	31	91	774		

Завтрак б/п

4.68	6	0	74	Сыр (порциями)	15
1.9	0.7	12.9	66	Батон	25
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	200
0	0.74	18.1 3	64	Фрукты (яблоко)	120
7	7	46	262		

Обед б/п

7.56	9.67	11.1 2	160	Щи из св. капусты с мясом курицы, сметаной	250/5/5
0.9	3.7	4.9	56	Салат из свеклы отварной	80
20.2 8	17	35.6 8	377	Плов из птицы	200
0	0	18.2	72	Компот из сухофруктов	200
4.12	0.75	20.8 7	109	Хлеб Дарницкий	25
33	31	91	774		

Зав. производством _____

Бухгалтер _____

Нюганен И.П.

Жосан А.А.



"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР _____

Меню

МБОУ Сусанинская СОШ

30 Мая 2022 г.

(7 - 11 лет)

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углев	ККал		
Завтрак б/п					
15.1 9	9	120	594	Кондитерские изделия (печенье)	60
3.8	3	23	131	Какао с молоком	200
19	12	143	725		

Обед б/п

11.2 4	8.9	23.5 7	194	Суп картофельный с горохом и с курой	200/5
0.4	0.05	1.15	6	Огурец соленый	30
11.1 7	16.08	12.9 1	217	Котлета рыбная	70
3.69	5.64	30.6 9	180	Пюре картофельное	150
1	0.2	22	83	Сок натуральный	200
4.12	0.75	20.8 7	109	Хлеб Дарницкий	25
32	32	111	789		

(12 - 18 лет)

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углев	ККал		
Завтрак б/п					
15.1 9	9	120	594	Кондитерские изделия (печенье)	60
3.8	3	23	131	Какао с молоком	200
19	12	143	725		

Обед б/п

11.2 4	8.9	23.5 7	194	Суп картофельный с горохом и с курой	250/5
0.4	0.05	1.15	6	Огурец соленый	30
11.1 7	16.08	12.9 1	217	Котлета рыбная	70
3.69	5.64	30.6 9	180	Пюре картофельное	180
1	0.2	22	83	Сок натуральный	200
4.12	0.75	20.8 7	109	Хлеб Дарницкий	25
32	32	111	789		

Зав.производством _____

Бухгалтер _____

Нюганен И.П.

Жосан А.А.

