

"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР _____

Меню

МБОУ Сусанинская СОШ

07 Ноября 2022 г.

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углевод	ККал		
Завтрак б/п (7-11 лет)					
10.7	17.2	42.8	358	Каша овсяная Геркулес молочная с маслом	200/5
3.8	3	23	131	Какао с молоком	200
3.6	2.85	45	219	Кондитерские изделия (пряники)	60
2.53	0.93	17.2	88	Батон пшеничный	40
21	24	128	796		

Обед б/п (7-11 лет)					
11.24	8.9	23.57	194	Суп картофельный с горохом и с курой	200/5
0.35	0	0.9	5	Огурец свежий	60
11.6	17.2	46.6	396	Макароны запеченные с сыром	250
0	0	18.2	72	Компот из сухофруктов	180
3.3	0.55	20.5	100	Хлеб ржаной	40
26	27	110	767		

Завтрак б/п (12-18 лет)					
10.7	17.2	42.8	358	Каша овсяная Геркулес молочная с маслом	200/5
3.8	3	23	131	Какао с молоком	200
3.6	2.85	45	219	Кондитерские изделия (пряники)	60
2.53	0.93	17.2	88	Батон пшеничный	40
21	24	128	796		

Обед б/п (12-18 лет)					
11.24	8.9	23.57	194	Суп картофельный с горохом и с курой	250/5
0.35	0	0.9	5	Огурец свежий	60
11.6	17.2	46.6	396	Макароны запеченные с сыром	250
0	0	18.2	72	Компот из сухофруктов	200
3.3	0.55	20.5	100	Хлеб ржаной	40
26	27	110	767		

Зав. производством

Бухгалтер

Нюганен И.П.

Жосан А.А.



"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР _____

Меню

МБОУ Сусанинская СОШ

08 Ноября 2022 г.

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углевод	ККал		

Завтрак б/п (7-11 лет)

10.2	15.8	44.2	371	Каша "Дружба" молочная с маслом	200/5
0.1	0	9.5	38	Чай с лимоном	200/7
4.5	5.85	44.7	250	Кондитерские изделия (печенье)	60
2.53	0.93	17.2	88	Батон пшеничный	40
17	23	116	747		

Обед б/п (7-11 лет)

7.52	8.42	15.46	165	Борщ Сибирский с мясом, сметаной	200/5/5
0.3	0	1.45	7	Помидор свежий	60
12.44	9.24	12.56	183	Котлеты, биточки, шницели	80
0.6	2.5	3.2	37	Соус томатный	50
3.82	6.06	39.86	226	Каша рисовая рассыпчатая	150
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	200
3.3	0.55	20.5	100	Хлеб ржаной	40
28	27	108	776		

Завтрак б/п (12-18 лет)

10.2	15.8	44.2	371	Каша "Дружба" молочная с маслом	200/5
0.1	0	9.5	38	Чай с лимоном	200/7
4.5	5.85	44.7	250	Кондитерские изделия (печенье)	60
2.53	0.93	17.2	88	Батон пшеничный	40
17	23	116	747		

Обед б/п (12-18 лет)

7.52	8.42	15.46	165	Борщ Сибирский с мясом, сметаной	250/5/5
0.3	0	1.45	7	Помидор свежий	60
12.44	9.24	12.56	183	Котлеты, биточки, шницели	80
0.6	2.5	3.2	37	Соус томатный	50
3.82	6.06	39.86	226	Каша рисовая рассыпчатая	180
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	200
3.3	0.55	20.5	100	Хлеб ржаной	40
28	27	108	776		

Зав.производством

Бухгалтер

Нюганен И.П.

Жосан А.А.



"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР _____

М е н ю

МБОУ Сусанинская СОШ

09 Ноября 2022 г.

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углевод	ККал		
Завтрак б/п (7-11 лет)					
11.06	18.15	27	217	Омлет натуральный	160
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	200
2.53	0.93	17.2	88	Батон пшеничный	40
0.6	0	16.95	69	Яблоко	100
14	19	76	432		

Обед б/п (7-11 лет)					
12.91	10.2	20.81	222	Рассольник Ленинградский с мясом, сметан.	200/5/5
0.3	0	1.45	7	Помидор свежий	40
16.27	14.22	3.4	206	Мясо тушеное	50/50
5.49	4.88	37.59	220	Макароны отварные с маслом сливочным	150
0.22	0	21.7	88	Компот из яблок	200
3.3	0.55	20.5	100	Хлеб ржаной	40
38	30	105	843		

Завтрак б/п (12-18 лет)					
11.06	18.15	27	217	Омлет натуральный	150
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	200
2.53	0.93	17.2	88	Батон пшеничный	40
0.6	0	16.95	69	Яблоко	100
14	19	76	432		

Обед б/п (12-18 лет)					
12.91	10.2	20.81	222	Рассольник Ленинградский с мясом, сметан.	250/5/5
0.3	0	1.45	7	Помидор свежий	40
16.27	14.22	3.4	206	Мясо тушеное	50/50
5.49	4.88	37.59	220	Макароны отварные с маслом сливочным	180
0.22	0	21.7	88	Компот из яблок	200
3.3	0.55	20.5	100	Хлеб ржаной	40
38	30	105	843		

Зав. производством

Бухгалтер

Нюганен И.П.

Жосан А.А.



"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР _____

М е н ю

МБОУ Сусанинская СОШ

10 Ноября 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 манная жидкая с маслом	200/5
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	200
3	3.9	29.8	167	Кондитерские изделия (печенье)	40
4.68	6	0	74	Сыр (порциями)	20
2.53	0.93	17.2	88	Батон пшеничный	40
17	15	93	573		

<u>Обед б/п (7-11 лет)</u>					
8.17	4.94	24.09	100	Суп картофельный с вермишелью и курой	200/5
1.55	14.98	9.83	179	Салат из свеклы с маслом растительным	60
120	101.8 8	133.8 8	1908	Жаркое по- домашнему	250
0.1	0	9.5	38	Чай с лимоном	200/7
3.3	0.55	20.5	100	Хлеб ржаной	40
133	122	198	2325		

<u>Завтрак б/п (12-18 лет)</u>					
6.96	4.51	31.09	186	Каша манная жидкая с маслом	200/5
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	200
3	3.9	29.8	167	Кондитерские изделия (печенье)	40
4.68	6	0	74	Сыр (порциями)	20
2.53	0.93	17.2	88	Батон пшеничный	40
17	15	93	573		

<u>Обед б/п (12-18 лет)</u>					
8.17	4.94	24.09	100	Суп картофельный с вермишелью и курой	250/5
1.55	14.98	9.83	179	Салат из свеклы с маслом растительным	60
120	101.8 8	133.8 8	1908	Жаркое по- домашнему	250
0.1	0	9.5	38	Чай с лимоном	200/7
3.3	0.55	20.5	100	Хлеб ржаной	40
133	122	198	2325		

Зав.производством _____

Бухгалтер _____

Нюганен И.П.

Жосан А.А.



"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР _____

М е н ю

МБОУ Сусанинская СОШ

11 Ноября 2022 г.

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углевод	ККал		
Завтрак б/п (7-11 лет)					
5.86	32	43.26	252	Каша рисовая 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)	60
2.53	0.93	17.2	88	Батон пшеничный	40
11	34	114	581		

<u>Обед б/п (7-11 лет)</u>					
11.24	6.77	23.57	194	Суп картофельный с фасолью и курой	200/5
0.4	0.05	1.15	6	Огурец соленый	40
11.17	16.08	12.91	217	Котлета рыбная	80
3.69	5.64	30.69	180	Пюре картофельное с маслом сливочным	160
1	0.2	22	83	Сок натуральный	180
3.3	0.55	20.5	100	Хлеб ржаной	40
31	29	111	780		

<u>Завтрак б/п (12-18 лет)</u>					
5.86	32	43.26	252	Каша рисовая 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)	40
2.53	0.93	17.2	88	Батон пшеничный	40
11	34	114	581		

<u>Обед б/п (12-18 лет)</u>					
11.24	6.77	23.57	194	Суп картофельный с фасолью и курой	250/5
0.4	0.05	1.15	6	Огурец соленый	30
11.17	16.08	12.91	217	Котлета рыбная	80
3.69	5.64	30.69	180	Пюре картофельное с маслом сливочным	180
1	0.2	22	83	Сок натуральный	200
3.3	0.55	20.5	100	Хлеб ржаной	40
31	29	111	780		

Зав. производством

Бухгалтер

Нюганен И.П.

Жосан А.А.

