



МЕНЮ

для обучающихся в МАОУ СОШ №48
15 апреля 2024г

День/неделя: Понедельник-3						
№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак (1-4 класс)						
715	Макароны отварные под сыром с поджаренной из свежих помидор 1/140/10/20	170	8,66	4,48	36,23	219,92
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
22	Масло сливочное порционное 1/10	10	0,10	7,25	0,14	66,21
1713	Кофейный напиток с молоком 1/200	200	3,50	2,89	14,03	96,12
338М	Фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	10,00	47,00
Итого за _Завтрак		500	23,20	19,06	74,77	476,01
Стоимость завтрака 1-4 классы						97,74
Обед (1-4 класс)						
1801	Салат из моркови с маслом 1/60	60	0,77	2,97	4,78	48,95
1275	Суп с рисом с томатом на курином бульоне 1/200	200	1,28	10,67	12,82	152,39
1283	Бефстроганов из куриного филе 1/90	90	12,25	16,96	5,36	223,01
1720	Картофельное пюре с маслом 1/150	150	4,19	3,88	25,39	153,23
1201	Компот из изюма 1/180	180	0,39	0,08	22,41	91,94
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
ПР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	2,12	0,22	9,88	46,00
Итого за Обед		720	22,58	34,98	90,34	762,28
Стоимость обеда 1-4 классы						97,74
День/неделя: Понедельник-3						
№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак (5-11 класс)						
715	Макароны отварные под сыром с поджаренной из свежих помидор 1/185/15/20	220	11,91	6,58	48,03	299,01
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
22	Масло сливочное порционное 1/10	10	0,10	7,25	0,14	66,21
1713	Кофейный напиток с молоком 1/200	200	3,50	2,89	14,03	96,12
338М	Фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	10,00	47,00
Итого за _Завтрак		550	17,49	17,32	81,90	555,10
Стоимость завтрака 5-11 классы						105,32
Обед (5-11 класс)						
1801	Салат из моркови с маслом 1/100	100	1,30	4,97	9,68	88,66
1275	Суп с рисом с томатом на курином бульоне 1/250	250	2,88	8,57	24,42	186,33
1283	Бефстроганов из куриного филе 1/100	100	13,73	19,24	6,38	253,60
1720	Картофельное пюре с маслом 1/180	180	5,03	5,09	30,53	188,11
1201	Компот из изюма 1/180	180	0,39	0,08	22,41	91,94
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
ПР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	2,12	0,22	9,88	46,00
Итого за Обед		850	27,03	38,37	113,00	901,40
Стоимость обеда 5-11 классы						105,32

"УТВЕРЖДАЮ"
 Генеральный директор ООО "СОКОЛОВ"
 Д.Н. Урвачев



М Е Н Ю

для обучающихся в MAOU SOSh №48

16 апреля 2024г

День/неделя: Вторник-3						
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак (1-4 класс)						
15	Каша молочная манная с маслом 1/150	150	6,28	6,36	30,55	204,61
2М	Бутерброд с повидлом 1/30/5/20	55	2,55	4,28	26,18	153,40
338М	Фрукт свежий (мандарин)	100	0,65	0,30	8,95	41,10
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
404	Чай заварной с сахаром и лимоном 1/200/5	205	0,25	0,18	14,79	61,75
Итого за Завтрак		530	11,31	11,32	90,17	507,62
Стоимость завтрака 1-4 классы						97,74
Обед (1-4 класс)						
37	Салат картофельный с огурцами солёными 1/60	60	1,28	5,45	8,25	87,17
1439	Борщ со свежей капустой с картофелем и сметаной на бульоне 1/200	200	1,94	7,95	10,31	120,56
1740	Фрикаделька куриная с соусом 1/60/30	90	10,81	12,79	10,04	198,54
1680	Каша гречневая с маслом 1/150	150	7,76	2,79	39,76	215,18
656	Напиток из шиповника 1/180	180	0,17	0,15	13,22	54,87
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
ПР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	2,12	0,22	9,88	46,00
Итого за Обед		720	25,66	29,55	101,16	769,08
Стоимость обеда 1-4 классы						97,74
День/неделя: Вторник-3						
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак (5-11 класс)						
15	Каша молочная манная с маслом 1/200	200	8,41	8,30	37,70	259,38
2М	Бутерброд с повидлом 1/30/5/20	55	2,55	4,28	26,18	153,40
338М	Фрукт свежий (мандарин)	100	0,65	0,30	8,95	41,10
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	2,40	0,40	20,80	96,40
404	Чай заварной с сахаром и лимоном 1/200/5	205	0,25	0,18	14,79	61,75
Итого за Завтрак		580	14,26	13,46	108,42	612,03
Обед (5-11 класс)						
37	Салат картофельный с огурцами солёными 1/100	100	2,13	6,82	13,70	124,66
1439	Борщ со свежей капустой с картофелем и сметаной на бульоне 1/250	250	2,38	8,15	15,56	145,14
1740	Фрикаделька куриная с соусом 1/70/30	100	12,97	15,16	11,40	233,87
1680	Каша гречневая с маслом 1/180	180	9,34	3,58	47,84	260,91
656	Напиток из шиповника 1/180	180	0,17	0,15	13,22	54,87
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
ПР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	2,12	0,22	9,88	46,00
Итого за Обед		850	30,69	34,28	121,30	912,21
Стоимость обеда 5-11 классы						105,32



МЕНЮ

для обучающихся в MAOU SOSh №48

17 апреля 2024г

День/неделя: Среда-3						
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак (1-4 класс)						
1115	Каша гречневая с курицей 1/200	200	14,11	17,06	33,79	345,15
1672	Салат из свежей капусты с морковью 1/60	60	1,08	4,03	6,88	68,06
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
ПР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	2,12	0,22	9,88	46,00
1707	Какао с молоком 1/200	200	4,44	3,43	16,92	116,29
ПР	Печенье затяжное 1/30	30	2,55	3,39	20,91	124,35
Итого за Завтрак		530	25,88	28,33	98,08	746,61
Стоимость завтрака 1-4 классы						97,74
Обед (1-4 классы)						
68	Винегрет овощной с фасолью 1/60	60	1,03	6,17	5,36	80,97
1757	Суп картофельный с вермишелью на бульоне 1/200	200	4,33	7,24	26,12	186,98
234	Котлета рыбная в соусе 1/60/30	90	2,80	5,96	15,68	127,52
1669	Макароны отварные с маслом 1/150	150	6,36	1,47	37,72	189,53
116	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/200	200	0,00	0,00	26,00	104,00
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
ПР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	2,12	0,22	9,88	46,00
Итого за Обед		740	18,22	21,26	130,46	781,76
Стоимость обеда 1-4 классы						97,74
День/неделя: Среда-3						
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак (5-11 класс)						
1115	Каша гречневая с курицей 1/200	200	14,11	17,06	33,79	345,15
1672	Салат из свежей капусты с морковью 1/100	100	1,78	4,10	9,12	80,48
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
ПР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	2,12	0,22	9,88	46,00
1707	Какао с молоком 1/200	200	4,44	3,43	16,92	116,29
ПР	Печенье затяжное 1/30	30	2,55	3,39	20,91	124,35
Итого за Завтрак		570	26,58	28,40	100,32	759,03
Стоимость завтрака 5-11 классы						105,32
Обед (5-11 классы)						
68	Винегрет овощной с фасолью 1/100	100	1,64	8,34	8,75	116,60
1757	Суп картофельный с вермишелью на бульоне 1/250	250	9,80	7,19	27,60	214,34
234	Котлета рыбная с соусом 1/80/20	100	2,42	6,81	13,85	126,36
1669	Макароны отварные с маслом 1/180	180	7,70	1,62	45,69	228,18
116	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/200	200	0,00	0,00	26,00	104,00
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
ПР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	2,12	0,22	9,88	46,00
Итого за Обед		870	25,26	24,38	141,47	882,25
Стоимость обеда 5-11 классы						105,32

"УТВЕРЖДАЮ"
 Генеральный директор ООО "СОКОЛОВ"
 Д.Н. Урвачев



М Е Н Ю

для обучающихся в MAOU SOSh №48

18 апреля 2024г

День/неделя: Четверг-3						
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак (1-4 класс)						
1694	Каша овсяная молочная с маслом 1/150	150	5,40	7,13	25,74	188,72
35	Бутерброд с маслом и сыром 1/25/10/15	50	5,98	11,24	12,86	176,52
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
1665	Чай заварной с молоком 1/200	200	1,81	1,50	11,86	68,18
338М	Фрукт свежий (мандарин)	100	0,80	0,20	7,50	38,00
Итого за Завтрак		520	15,57	20,27	67,66	518,18
Стоимость завтрака 1-4 классы						97,74
Обед (1-4 классы)						
1817	Салат из сырых овощей 1/60	60	1,02	4,09	4,02	56,95
1443	Свекольник на бульоне со сметаной 1/200	200	1,70	4,58	11,72	94,90
291	Плов с отварной птицей 1/200	200	17,20	16,65	36,13	363,11
1658	Компот из ягод з/м 1/200	200	1,01	1,39	24,98	116,48
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
ПР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	2,12	0,22	9,88	46,00
Итого за Обед		700	24,63	27,13	96,43	724,19
Стоимость обеда 1-4 классы						97,74
День/неделя: Четверг-3						
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак (5-11 класс)						
1694	Каша овсяная молочная с маслом 1/200	200	7,18	8,28	34,88	242,73
35	Бутерброд с маслом и сыром 1/25/10/15	50	5,98	11,24	12,86	176,52
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	2,12	0,22	9,88	46,00
1665	Чай заварной с молоком 1/200	200	1,81	1,50	11,86	68,18
338М	Фрукт свежий (мандарин)	100	0,80	0,20	7,50	38,00
Итого за Завтрак		570	17,89	21,44	76,98	571,43
Стоимость завтрака 5-11 классы						105,32
Обед (5-11 классы)						
1817	Салат из сырых овощей 1/100	100	1,71	6,16	6,71	89,15
1443	Свекольник на бульоне со сметаной 1/250	250	2,12	4,76	15,14	140,10
291	Плов с отварной птицей 1/250	250	23,16	20,72	38,41	432,72
1658	Компот из ягод з/м 1/200	200	1,01	1,39	24,98	116,48
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
ПР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	2,12	0,22	9,88	46,00
Итого за Обед		840	31,70	33,45	104,82	871,20
Стоимость обеда 5-11 классы						105,32

"УТВЕРЖДАЮ"
 Генеральный директор ООО "СОКОЛОВ"
 Д.Н. Урвачев



"СОГЛАСОВАНО"

Директор МАОУ СОШ №48

Кривченко Р. А.



МЕНЮ

для обучающихся в МАОУ СОШ №48

19 апреля 2024г

День/неделя: Пятница-3						
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак(1-4 класс)						
192	Каша молочная Дружба с изюмом 1/150	150	2,96	3,55	16,97	111,67
22	Масло сливочное порционное 1/10	10	0,10	7,25	0,14	66,21
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
ПР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	2,12	0,22	9,88	46,00
1666	Чай заварной с шиповником 1/200	200	0,11	0,10	8,81	36,58
338М	Фрукт (банан) 1/100	100	17,50	17,41	29,31	343,96
Итого за Завтрак		500	24,37	28,73	74,81	651,18
Стоимость завтрака 1-4 классы						97,74
Обед(1-4 класс)						
1824	Салат из моркови с кукурузой 1/60	60	0,97	3,06	5,74	54,32
1764	Суп гороховый на бульоне 1/200	200	4,95	6,74	17,35	149,87
1728	Жаркое по-домашнему с мясом 1/200	200	16,06	18,77	34,09	369,54
1690	Компот из яблок 1/200	200	0,39	0,33	22,46	94,38
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
ПР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	2,12	0,22	9,88	46,00
Итого за Обед		700	26,07	29,32	99,22	760,87
Стоимость обеда 1-4 классы						97,74
День/неделя: Пятница-3						
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак(5-11 класс)						
192	Каша молочная Дружба с изюмом 1/200	200	3,89	4,17	22,52	143,14
22	Масло сливочное порционное 1/10	10	0,10	7,25	0,14	66,21
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
ПР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	2,12	0,22	9,88	46,00
1666	Чай заварной с шиповником 1/200	200	0,11	0,10	8,81	36,58
338М	Фрукт (банан) 1/100	100	17,50	17,41	29,31	343,96
Итого за Обед		550	25,30	29,35	80,36	682,65
Обед(5-11 класс)						
1824	Салат из моркови с кукурузой 1/100	100	1,43	5,03	8,58	85,30
1764	Суп гороховый на бульоне 1/250	250	6,14	7,92	21,39	181,38
1728	Жаркое по-домашнему с мясом 1/250	250	19,22	18,32	46,46	427,55
1690	Компот из яблок 1/200	200	0,39	0,33	22,46	94,38
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
ПР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	2,12	0,22	9,88	46,00
Итого за Обед		840	30,88	32,02	118,47	881,37
Стоимость обеда 5-11 класс						105,32