

"СОГЛАСОВАНО"
 Директор МАОУ СОШ №48

Кривченко И. А.

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

М Е Н Ю

для обучающихся в МАОУ СОШ №48

11 сентября 2023 г.

День/неделя: Понедельник-2						
№ 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	4,883	6,206	21,659	162,023
17	Бутерброд ГОРЯЧИЙ с отварным мясом птицы и сыром 30/30/15	75	16,175	10,622	15,767	223,366
1713	Кофейный напиток с молоком 1/180	180	1,633	1,360	17,576	89,079
-/-	Фрукт свежий (яблоко)	100	0,400	0,400	10,000	47,000
Итого за Завтрак		505	22,013	17,364	66,652	510,933
Стоимость завтрака 1-4 классы						92,47
Обед (1-4 класс)						
1801	Салат из моркови с маслом 1/60	60	0,749	3,654	4,274	52,979
1454	Суп овощной с зеленым горошком со сметаной на бульоне 1/200	200	4,146	7,567	8,151	117,292
1731	Рагу овощное с мясом 1/200	200	16,486	21,187	24,301	353,828
1201	Компот из изюма 1/200	200	0,435	0,090	24,900	102,150
-/-	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
653	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
Итого за Обед		740	23,133	29,487	99,457	755,740
Стоимость обеда 1-4 классы						92,47
День/неделя: Понедельник-2						
№ 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	6,510	8,275	28,879	216,031
17	Бутерброд ГОРЯЧИЙ с отварным мясом птицы и сыром 30/30/15	75	16,175	10,622	15,767	223,366
1713	Кофейный напиток с молоком 1/180	180	1,633	1,360	17,576	89,079
-/-	Фрукт свежий (яблоко)	100	0,400	0,400	10,000	47,000
Итого за Завтрак		555	24,968	20,558	71,172	569,576
Стоимость завтрака 5-11 классы						99,64
Обед (5-11 класс)						
1801	Салат из моркови с маслом 1/60	100	1,248	6,090	7,124	88,298
1454	Суп овощной с зеленым горошком со сметаной на бульоне 1/200	250	5,182	9,459	10,188	146,615
1731	Рагу овощное с мясом 1/200	250	20,607	26,483	30,376	442,285
1201	Компот из изюма 1/200	180	0,392	0,081	22,410	91,935
-/-	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
653	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
Итого за Обед		820	29,829	42,514	90,899	865,533
Стоимость обеда 5-11 классы						99,64

"СОГЛАСОВАНО"
 Директор МАОУ СОШ №48
 Кривченко И. А.

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

М Е Н Ю
 для обучающихся в МАОУ СОШ №48
 10 сентября 2023

День/неделя: Вторник-2						
№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак (1-4 класс)						
1432	Биточек куриный запеченный в соусе 1/100, свежая капуста с кукурузой 1/30	120	12,805	14,764	15,275	245,198
1448	Рагу из овощей 1/180	150	2,772	7,126	18,881	150,744
404	Чай заварной с сахаром и лимоном 1/200/5	205	0,165	0,036	15,191	61,746
-/-	Хлеб пшеничный 1/40	30	1,800	0,300	15,600	72,300
Итого за _Завтрак		505	17,543	22,225	64,947	529,987
Стоимость завтрака 1-4 классы						92,47
Обед (1-4 класс)						
1422	Салат овощной с яблоками 1/100	60	0,888	3,662	4,518	54,586
1438	Рассольник Ленинградский со сметаной на бульоне 1/250	200	4,618	7,079	14,921	141,868
783	Шницель мясной с курицей с томатным соусом 1/100	90	16,555	16,885	6,687	244,927
1669	Макароны отварные с маслом 1/180	150	6,901	4,531	45,971	252,263
656	Напиток из шиповника 1/180	200	0,240	0,020	16,428	66,854
-/-	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
653	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
Итого за Обед		740	31,602	32,577	109,324	856,897
Стоимость обеда 1-4 классы						92,47
День/неделя: Вторник-2						
№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак (5-11 класс)						
1432	Биточек куриный запеченный в соусе 1/100, свежая капуста с кукурузой 1/30	130	15,499	16,337	15,869	272,500
1448	Рагу из овощей 1/180	180	3,327	8,551	22,657	180,892
404	Чай заварной с сахаром и лимоном 1/200/5	205	0,165	0,036	15,191	61,746
-/-	Хлеб пшеничный 1/40	40	2,400	0,400	20,800	96,400
Итого за _Завтрак		555	21,390	25,323	74,517	611,538
Стоимость завтрака 5-11 классы						99,64
Обед (5-11 класс)						
1422	Салат овощной с яблоками 1/100	100	1,480	6,104	7,530	90,976
1438	Рассольник Ленинградский со сметаной на бульоне 1/250	250	5,772	8,849	18,651	177,335
783	Шницель мясной с курицей с томатным соусом 1/100	100	21,813	21,213	7,541	308,332
1669	Макароны отварные с маслом 1/180	180	8,281	5,437	55,165	302,715
656	Напиток из шиповника 1/180	180	0,216	0,018	14,785	60,169
-/-	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
653	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
Итого за Обед		850	39,962	42,022	124,471	1 035,927
Стоимость обеда 5-11 классы						99,64

СОГЛАСОВАНО
 Директор МАОУ СОШ №48
 Кривченко И. А.

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

М Е Н Ю
 для обучающихся в МАОУ СОШ №48

19 сентября 2015

День/неделя: Среда-2						
№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак (1-4 класс)						
1801	Салат из моркови с маслом 1/100	60	0,749	3,654	4,274	52,979
1425	Омлет с сыром 1/200	150	15,239	21,021	1,682	256,879
1707	Какао с молоком 1/180	180	3,170	2,466	18,272	107,960
-/-	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
-/-	Фрукт свежий (апельсин)	100	1,000	0,200	8,000	43,000
Итого за _Завтрак		510	21,008	27,641	43,578	507,118
Стоимость завтрака 1-4 классы						92,47
Обед (1-4 классы)						
1422	Салат из свеклы с сыром 1/100	60	1,630	4,407	4,847	65,576
1758	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной на бульоне 1/250	200	4,098	6,951	8,281	112,076
1812	Картофель тушеный с печеню 1/250	200	16,891	12,168	31,110	301,516
1720	Кисель фруктово-ягодный 1/180	200	0,072		31,720	127,168
116	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
-/-	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
Итого за Обед		700	25,091	23,927	96,758	702,736
Стоимость обеда 1-4 классы						92,47
День/неделя: Среда-2						
№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак (5-11 класс)						
1801	Салат из моркови с маслом 1/100	100	1,248	6,090	7,124	88,298
1425	Омлет с сыром 1/200	200	20,319	28,028	2,243	342,505
1707	Какао с молоком 1/180	180	3,170	2,466	18,272	107,960
-/-	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
-/-	Фрукт свежий (апельсин)	100	1,000	0,200	8,000	43,000
Итого за _Завтрак		600	26,587	37,084	46,989	628,063
Стоимость завтрака 5-11 классы						99,64
Обед (5-11 классы)						
1422	Салат из свеклы с сыром 1/100	100	2,717	7,346	8,078	109,294
103	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной на бульоне 1/250	250	5,122	8,689	10,351	140,095
1812	Картофель тушеный с печеню 1/250	250	21,139	15,215	39,091	377,854
1720	Кисель фруктово-ягодный 1/180	180	0,065		28,548	114,451
116	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
653	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
Итого за Обед		820	31,443	31,650	106,868	838,094
Стоимость обеда 5-11 классы						99,64

"СОГЛАСОВАНО"
 Директор МАОУ СОШ №48
 Кривченкова И. А.

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

М Е Н Ю
 для обучающихся в МАОУ СОШ №48

14 сентября 2023

День/неделя: Четверг-2						
№ рецеп.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак (1-4 класс)						
665	Салат Осенний 1/100	60	0,709	3,682	4,693	54,743
1183	Биточек мясной запеченный в соусе 1/90	90	11,077	15,158	13,238	233,681
1669	Макароны отварные с маслом 1/180	150	6,901	4,531	45,971	252,263
1665	Чай заварной с молоком 1/180	200	0,120	0,031	15,041	60,921
-/-	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
Итого за _Завтрак		520	20,007	23,601	89,343	649,808
Стоимость завтрака 1-4 классы						92,47
Обед (1-4 классы)						
462	Салат Мозаика 1/60	60	0,970	3,712	5,727	60,197
1442	Суп-харчо по-домашнему на бульоне 1/200	200	4,432	6,488	17,398	145,711
1443	Каша гречневая с курицей 1/200	200	20,749	18,019	36,990	393,129
1658	Компот из ягод з/м 1/200	200	0,160	0,060	16,920	68,860
-/-	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
653	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
Итого за Обед		700	28,710	28,680	97,835	764,297
Стоимость обеда 1-4 классы						92,47
День/неделя: Четверг-2						
№ рецеп.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак (5-11 класс)						
665	Салат Осенний 1/100	100	1,181	6,136	7,821	91,239
1183	Биточек мясной запеченный в соусе 1/90	90	11,077	15,158	13,238	233,681
1669	Макароны отварные с маслом 1/180	180	8,281	5,437	55,165	302,715
1665	Чай заварной с молоком 1/180	180	1,458	1,153	15,652	78,814
-/-	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
Итого за _Завтрак		570	23,198	28,084	102,277	754,649
Стоимость завтрака 5-11 классы						99,64
Обед (5-11 классы)						
462	Салат Мозаика 1/60	100	1,617	6,187	9,545	100,328
1442	Суп-харчо по-домашнему на бульоне 1/200	250	5,539	8,110	21,747	182,139
1443	Каша гречневая с курицей 1/200	250	25,049	21,972	46,094	482,318
1658	Компот из ягод з/м 1/200	180	0,144	0,054	15,228	61,974
-/-	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
653	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
Итого за Обед		820	34,749	36,723	113,414	923,160
Стоимость обеда 5-11 классы						99,64

"СОГЛАСОВАНО"
 Директор МАОУ СОШ №48
 Кривченко И. А.

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

М Е Н Ю
 для обучающихся в МАОУ СОШ №48
 7 сентября 2023

День/неделя: Пятница-2						
№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак(1-4 класс)						
0922	Пудинг творожный с изюмом и молочным ванильным соусом 1/150/50	150	17,981	14,507	33,778	337,601
22	Масло сливочное порционное 1/10	10	0,100	7,250	0,140	66,210
-/-	Хлеб пшеничный 1/40	40	2,400	0,400	20,800	96,400
1666	Чай заварной с шиповником 1/200	200	0,240	0,020	16,428	66,854
-/-	Фрукт свежий (банан)	100	1,5	0,5	21	96
Итого за Завтрак		500	22,221	22,677	92,146	663,065
Стоимость завтрака 1-4 классы						92,47
Обед(1-4 класс)						
1672	Салат из свежей капусты с морковью 1/100	60	0,981	3,653	4,185	53,545
339	Уха 1/250	200	7,003	4,659	22,764	160,998
123	Гуляш мясной 1/100	90	14,848	16,636	3,295	222,297
1711	Картофель отварной с маслом 1/180	150	3,053	4,406	24,524	149,960
1690	Компот из яблок 1/180	200	0,080	0,080	16,960	68,880
-/-	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
653	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
Итого за Обед		740	28,364	29,835	92,528	752,080
Стоимость обеда 1-4 классы						92,47
День/неделя: Пятница-2						
№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак(5-11 класс)						
0922	Пудинг творожный с изюмом и молочным ванильным соусом 1/150/50	200	22,772	18,664	44,223	435,952
22	Масло сливочное порционное 1/10	10	0,100	7,250	0,140	66,210
-/-	Хлеб пшеничный 1/40	40	2,400	0,400	20,800	96,400
1666	Чай заварной с шиповником 1/200	200	0,240	0,020	16,428	66,854
-/-	Фрукт свежий (банан)	100	1,5	0,5	21	96
Итого за Завтрак		550	27,012	26,834	102,591	761,416
Стоимость завтрака 5-11 классы						99,64
Обед(5-11 класс)						
1672	Салат из свежей капусты с морковью 1/100	100	1,571	4,088	6,633	69,608
339	Уха 1/250	250	8,754	5,824	28,455	201,248
123	Гуляш мясной 1/100	100	16,498	18,485	3,662	246,997
1711	Картофель отварной с маслом 1/180	180	3,645	5,284	29,282	179,261
1690	Компот из яблок 1/180	180	0,072	0,072	15,264	61,992
-/-	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
653	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
Итого за Обед		850	32,939	34,152	104,095	855,506
Стоимость обеда 5-11 класс						99,64