

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор ООО "СОКОЛОВ"

Д.Н. Урвачев



"СОГЛАСОВАНО"

Директор MAOU SOSh No.48

Кривченкова Р. А.

М Е Н Ю

для обучающихся в MAOU SOSh No.48

13 мая 2023г

2023г

День/неделя: Понедельник-2						
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак (1-4 класс)						
1178	Каша пшеничная молочная с маслом 1/150	150	4,883	5,081	22,784	156,398
1201	Бутерброд с вареной колбасой и сыром 1/60	60	6,54	11,35	15,26	189,30
1713	Кофейный напиток с молоком 1/200	200	3,499	2,89	14,029	96,122
338M	Фрукт свежий (яблоко)	100	0,400	0,400	10,000	47,000
Итого за _Завтрак		510	15,318	19,719	62,069	488,82
Стоимость завтрака 1-4 классы						92,47
Обед (1-4 класс)						
1422	Салат овощной с яблоками 1/60	60	0,888	3,662	4,518	54,586
1442	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной на бульоне 1/200	200	4,098	6,951	8,281	112,076
1716	Гуляш из курицы 1/90	90	11,041	15,318	2,487	191,976
1669	Макаронные отварные с маслом 1/150	150	6,901	4,531	45,971	252,263
1201	Компот из изюма 1/180	180	0,648	0,306	27,45	115,146
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,2	0,2	10,4	48,2
ПР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	1,2	0,2	10,4	48,2
Итого за Обед		720	25,976	31,168	109,507	822,447
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)						
1178	Каша пшеничная молочная с маслом 1/200	200	6,51	6,775	30,379	208,531
1201	Бутерброд с вареной колбасой и сыром 1/60	60	6,54	11,35	15,26	189,30
1713	Кофейный напиток с молоком 1/200	200	3,499	2,89	14,029	96,122
338M	Фрукт свежий (яблоко)	100	0,400	0,400	10,000	47,000
Итого за _Завтрак		560	16,945	21,413	69,664	540,953
Стоимость завтрака 5-11 классы						99,64
Обед (5-11 класс)						
1422	Салат овощной с яблоками 1/100	100	1,48	6,104	7,53	90,976
1442	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной на бульоне 1/250	250	5,122	8,689	10,351	140,095
1716	Гуляш из курицы 1/100	100	12,481	17,216	2,804	216,086
1669	Макаронные отварные с маслом 1/180	180	8,281	5,437	55,165	302,715
1201	Компот из изюма 1/180	180	0,648	0,306	27,45	115,146
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,2	0,2	10,4	48,2
ПР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	1,2	0,2	10,4	48,2
Итого за Обед		850	30,412	38,152	124,1	961,418
Стоимость обеда 5-11 классы						99,64

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор ООО "СОКОЛОВ"

Д.Н. Урвачев



М Е Н И О

И.И. Мельничук
для обучающихся в МАОУ СОШ №48
2023г



"СОГЛАСОВАНО"

Директор МАОУ СОШ №48

Кривченкова Р. А.

День/неделя: Вторник-2

№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	

Завтрак (1-4 класс)

192	Каша молочная Дружба с изюмом 1/150	150	2,964	3,55	16,966	111,67
338М	Фрукт (банан)	100	17,499	17,413	29,31	343,955
404	Чай заварной с сахаром и лимоном 1/200/5	205	0,165	0,036	15,191	61,746
22	Масло сливочное порционное 1/10	10	0,1	7,25	0,14	66,21
ПР	Хлеб пшеничный 1/40	40	2,4	0,4	20,8	96,4
Итого за _Завтрак		505	23,128	28,649	82,407	679,981
Стоимость завтрака 1-4 классы						92,47

Обед (1-4 класс)

664	Салат из квашеной капусты со свеклой 1/60	60	1,08	3,32	4,841	53,564
339	Уха 1/200	200	2,104	7,558	14,22	133,318
783	Шницель из говядины и птицы рубленный с томатным соусом 1/90	90	12,624	18,106	12,437	263,192
1700	Рис отварной с маслом 1/150	150	3,78	4,331	41,024	218,195
656	Напиток из шиповника 1/200	200	0,24	0,02	16,428	66,854
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,2	0,2	10,4	48,2
ПР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	1,2	0,2	10,4	48,2
Итого за Обед		740	22,228	33,735	109,75	831,523
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)

192	Каша молочная Дружба с изюмом 1/200	200	3,886	4,167	22,524	143,143
338М	Фрукт (банан)	100	17,499	17,413	29,31	343,955
404	Чай заварной с сахаром и лимоном 1/200/5	205	0,165	0,036	15,191	61,746
22	Масло сливочное порционное 1/10	10	0,1	7,25	0,14	66,21
ПР	Хлеб пшеничный 1/40	40	2,4	0,4	20,8	96,4
Итого за _Завтрак		555	24,05	29,266	87,965	711,454

Обед (5-11 класс)

664	Салат из квашеной капусты со свеклой 1/100	100	1,802	5,535	8,091	89,387
339	Уха 1/250	250	2,582	7,789	17,408	150,061
783	Шницель из говядины и птицы рубленный с томатным соусом 1/90	90	12,624	18,106	12,437	263,192
1700	Рис отварной с маслом 1/180	180	4,536	5,198	49,228	261,834
656	Напиток из шиповника 1/180	180	0,216	0,018	14,785	60,169
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,2	0,2	10,4	48,2
ПР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	1,2	0,2	10,4	48,2
Итого за Обед		840	24,16	37,046	122,749	921,043
Стоимость обеда 5-11 классы						99,64

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор ООО "СОКОЛОВ"

Д.Н. Урвачев



МАОУ СОШ "СОЛАСОВАНО"
№ 48

Директор МАОУ СОШ №48

Кривченкова Р. А.

М Е Н Ю

для обучающихся в МАОУ СОШ №48
15 мая 2023г

День/неделя: Среда-2						
№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	

Завтрак (1-4 класс)

17	Омлет с кукурузой 1/150/20	170	12,595	15,483	4,029	205,841
127	Бутерброд с маслом 1/30	30	1,74	7,75	9,88	116,23
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,2	0,2	10,4	48,2
1707	Какао с молоком 1/200	200	4,437	3,43	16,919	116,294
338М	Фрукт свежий (апельсин)	100	1,000	0,200	8,000	43,000
Итого за _Завтрак		520	20,972	27,063	49,228	529,565
Стоимость завтрака 1-4 классы						92,47

Обед (1-4 классы)

462	Салат Мозаика 1/60	60	1,431	3,507	8,905	72,907
1454	Суп овощной с зеленым горошком со сметаной на бульоне 1/200	200	4,146	7,567	8,151	117,292
1598	Картофель тушеный с печенью 1/200	200	14,152	11,305	35,409	299,991
116	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/200	200	0	0	26	104,003
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,2	0,2	10,4	48,2
ПР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	1,2	0,2	10,4	48,2
Итого за Обед		700	22,129	22,779	99,265	690,593
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)

17	Омлет с кукурузой 1/200/30	230	16,86	20,644	5,738	276,188
127	Бутерброд с маслом 1/30	30	1,74	7,75	9,88	116,23
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,2	0,2	10,4	48,2
1707	Какао с молоком 1/200	200	4,437	3,43	16,919	116,294
338М	Фрукт свежий (апельсин)	100	1,000	0,200	8,000	43,000
Итого за _Завтрак		580	25,237	32,224	50,937	599,912
Стоимость завтрака 5-11 классы						99,64

Обед (5-11 классы)

462	Салат Мозаика 1/100	100	2,389	6,81	14,819	130,122
1454	Суп овощной с зеленым горошком со сметаной на бульоне 1/250	250	5,182	9,459	10,188	146,615
1598	Картофель тушеный с печенью 1/250	250	17,45	12,307	43,054	352,781
116	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/200	200	0	0	26	104,003
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,2	0,2	10,4	48,2
ПР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	1,2	0,2	10,4	48,2
Итого за Обед		840	27,421	28,976	114,861	829,921
Стоимость обеда 5-11 классы						99,64

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



"СОГЛАСОВАНО"
 Директор MAOU СОШ №48
 Кривченкова Р. А.

М Е Н Ю
 для обучающихся в MAOU СОШ №48
 16 мая 2023г

День/неделя: Четверг-2						
№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак (1-4 класс)						
092	Пудинг творожный запеченный с ягодным соусом 1/130/20	150	20,08	13,558	31,723	329,235
22	Масло сливочное порционное 1/10	10	0,1	7,25	0,14	66,21
ПР	Хлеб пшеничный 1/40	40	2,4	0,4	20,8	96,4
1666	Чай заварной с шиповником 1/200	200	0,11	0,1	8,81	36,58
338М	Фрукт свежий (яблоко)	100	0,400	0,400	10,000	47,000
Итого за _Завтрак		500	23,09	21,708	71,473	575,425
Стоимость завтрака 1-4 классы						92,47
Обед (1-4 классы)						
1817	Салат из сырых овощей 1/60	60	0,883	2,453	4,283	42,737
1438	Рассольник Ленинградский со сметаной на бульоне 1/200	200	2,667	8,375	16,517	152,105
1750	Котлета куриная запеченная в соусе 1/90	90	13,24	16,26	16,254	264,323
1658	Картофельное пюре с маслом 1/150	150	3,404	4,904	22,94	149,511
1658	Компот из ягод з/м 1/200	200	1,011	1,39	24,981	116,478
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,2	0,2	10,4	48,2
ПР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	1,2	0,2	10,4	48,2
Итого за Обед		740	23,605	33,782	105,775	821,554
Стоимость обеда 1-4 классы						92,47
День/неделя: Четверг-2						
№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак (5-11 класс)						
092	Пудинг творожный запеченный с ягодным соусом 1/150/50	200	2,298	15,416	52,597	442,325
22	Масло сливочное порционное 1/10	10	0,1	7,25	0,14	66,21
ПР	Хлеб пшеничный 1/40	40	2,4	0,4	20,8	96,4
1666	Чай заварной с шиповником 1/200	200	0,11	0,1	8,81	36,58
338М	Фрукт свежий (яблоко)	100	0,65	0,3	8,95	41,1
Итого за _Завтрак		550	5,558	23,466	91,297	682,615
Стоимость завтрака 5-11 классы						99,64
Обед (5-11 классы)						
1817	Салат из сырых овощей 1/100	100	1,471	4,088	7,138	71,228
1438	Рассольник Ленинградский со сметаной на бульоне 1/250	250	3,258	8,625	20,446	172,435
1750	Котлета куриная запеченная в соусе 1/90	90	13,24	16,26	16,254	264,323
1658	Картофельное пюре с маслом 1/180	180	4,084	5,885	27,528	179,413
1658	Компот из ягод з/м 1/200	200	1,011	1,39	24,981	116,478
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,2	0,2	10,4	48,2
ПР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	1,2	0,2	10,4	48,2
Итого за Обед		860	25,464	36,648	117,147	900,277
Стоимость обеда 5-11 классы						99,64

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор ООО "СОКОЛОВ"

Д.Н. Урвачев



М Е Н Ю

17 мая для обучающихся в МАОУ СОШ №48 2023г



"СОГЛАСОВАНО"

Директор МАОУ СОШ №48

Кривченкова Р. А.

День/неделя: Пятница-2						
№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак(1-4 класс)						
1755	Каша молочная пшеничная с маслом 1/150	150	6,964	7,709	36,299	242,433
35	Бутерброд с маслом и сыром 1/50	50	5,98	11,24	12,86	176,52
1666	Чай заварной с шиповником 1/200	200	0,11	0,1	8,81	36,58
338М	Фрукт свежий (мандарин)	100	0,800	0,200	7,500	38,000
Итого за _Завтрак		500	13,854	19,249	65,469	493,533
Стоимость завтрака 1-4 классы						92,47

Обед(1-4 класс)						
№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
1672	Салат из свежей капусты с морковью 1/60	60	0,981	3,653	4,185	53,545
1818	Суп с клецками на бульоне 1/200	200	5,341	8,48	16,721	164,565
1323	Тефтели мясная в соусе 1/90	90	13,56	15,27	6,571	217,954
1711	Картофель отварной с маслом 1/150	150	3,053	4,406	24,524	149,96
1690	Компот из яблок 1/200	200	0,391	0,33	22,461	94,378
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,2	0,2	10,4	48,2
ПР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	1,2	0,2	10,4	48,2
Итого за Обед		740	25,726	32,539	95,262	776,802
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)						
1755	Каша молочная пшеничная с маслом 1/200	200	8,378	8,785	39,728	271,489
35	Бутерброд с маслом и сыром 1/50	50	5,98	11,24	12,86	176,52
1666	Чай заварной с шиповником 1/200	200	0,11	0,1	8,81	36,58
338М	Фрукт свежий (мандарин)	100	0,65	0,3	8,95	41,1
Итого за _Завтрак		550	15,118	20,425	70,348	525,689
Стоимость завтрака 5-11 классы						99,64

Обед(5-11 класс)						
№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
1672	Салат из свежей капусты с морковью 1/100	100	1,571	4,088	6,633	69,608
1818	Суп с клецками на бульоне 1/250	250	2,642	10,593	15,716	168,771
1323	Тефтели мясная в соусе 1/90	90	13,56	15,27	6,571	217,954
1711	Картофель отварной с маслом 1/180	180	3,645	5,284	29,282	179,261
1690	Компот из яблок 1/200	200	0,391	0,33	22,461	94,378
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,2	0,2	10,4	48,2
ПР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	1,2	0,2	10,4	48,2
Итого за Обед		860	24,209	35,965	101,463	826,372
Стоимость обеда 5-11 класс						99,64