

"СОГЛАСОВАНО"  
 Директор МАОУ СОШ №48

Кричевичева Р. А.

М Е Н Ю

для обучающихся в МАОУ СОШ №48

16 октября 2023



Генеральный директор ООО "СОКОЛОВ"  
 Д.Н. Урвачев

День/неделя: Понедельник-3						
№ п/п	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак (1-4 класс)</b>						
1178	Каша пшеничная молочная с маслом 1/150	150	4,883	5,081	22,784	156,398
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
<b>Обед (1-4 класс)</b>						
664	Салат из квашеной капусты со свеклой 1/60	60	0,946	3,661	4,248	53,722
1764	Суп гороховый на бульоне 1/200	200	7,358	6,631	15,725	152,012
1736	Фрикаделька куриная 1/90	90	17,090	17,692	16,240	292,548
1448	Рагу из овощей 1/150	150	2,772	7,126	18,881	150,744
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	31,001	35,600	100,793	847,576
Стоимость обеда 1-4 классы						92,47
День/неделя: Понедельник-3						
№ п/п	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак (5-11 класс)</b>						
1178	Каша пшеничная молочная с маслом 1/200	200	6,510	6,775	30,379	208,531
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 1/200	200	1,814	1,512	19,529	98,976
-/-	Фрукт свежий (яблоко)	100	0,650	0,300	8,950	41,100
Итого за Завтрак		555	23,198	19,058	74,772	563,396
Стоимость завтрака 5-11 классы						99,64
<b>Обед (5-11 класс)</b>						
664	Салат из квашеной капусты со свеклой 1/100	100	1,577	6,101	7,080	89,537
1764	Суп гороховый на бульоне 1/250	250	9,197	8,289	19,656	190,015
1736	Фрикаделька куриная 1/100	100	19,820	19,528	17,712	325,882
1448	Рагу из овощей 1/180	180	3,327	8,551	22,657	180,892
1201	Компот из изюма 1/180	180	0,392	0,081	22,410	91,935
-/-	Хлеб пшеничный 1/30	30	1,800	0,300	15,600	72,300
653	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
Итого за Обед		760	37,313	43,050	115,514	998,761
Стоимость обеда 5-11 классы						99,64

"СОГЛАСОВАНО"  
Директор МАОУ СОШ №48



Кравченко Р. А.



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

МЕНЮ

для обучающихся в МАОУ СОШ №48

1 октября 2023

День/неделя: Вторник-3						
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак (1-4 класс)						
1801	Салат из моркови с маслом 1/60	60	0,749	3,654	4,274	52,979
1443	Плов с курицей 1/200	200	16,904	16,704	41,976	385,856
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		505	20,218	20,794	82,242	596,981
Стоимость завтрака 1-4 классы						92,47
Обед (1-4 класс)						
1819	Салат из свежей капусты с кукурузой и морковью 1/60	60	1,026	3,644	4,626	55,408
1439	Борщ со свежей капустой с картофелем и сметаной на бульоне 1/200	200	4,066	6,943	10,813	122,004
123	Мясо тушеное (свинина) 1/90	90	14,848	16,636	3,295	222,297
1680	Каша гречневая с маслом 1/150	150	6,878	5,119	35,774	216,673
656	Напиток из шиповника 1/200	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	29,457	32,763	91,735	779,635
Стоимость обеда 1-4 классы						92,47
День/неделя: Вторник-3						
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	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
1443	Плов с курицей 1/200	200	16,904	16,704	41,976	385,856
404	Чай заварной с сахаром и лимоном 1/200/5	205	0,165	0,036	15,191	61,746
-/	Хлеб пшеничный 1/50	50	3,000	0,500	26,000	120,500
Итого за _Завтрак		555	21,317	23,330	90,291	656,400
Стоимость завтрака 5-11 классы						99,64
Обед (5-11 класс)						
1819	Салат из свежей капусты с кукурузой и морковью 1/100	100	1,710	6,074	7,710	92,346
1439	Борщ со свежей капустой с картофелем и сметаной на бульоне 1/250	250	5,082	8,679	13,516	152,505
123	Мясо тушеное (свинина) 1/100	100	16,498	18,485	3,662	246,997
1680	Каша гречневая с маслом 1/180	180	8,253	6,143	42,928	260,007
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	34,159	39,799	103,400	908,423
Стоимость обеда 5-11 классы						99,64

"СОГЛАСОВАНО"  
 Директор МАОУ СОШ №48



Григорьев А. А.

М. Е. Н. Ю

для обучающихся в МАОУ СОШ №48

18 октября 2023



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

День/неделя: Среда-3						
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак (1-4 классы)						
17	Омлет с кукурузой 1/150/20	170	12,595	15,483	4,029	205,841
-/-	Хлеб пшеничный 1/40	40	2,400	0,400	20,800	96,400
1707	Какао с молоком 1/200	200	3,522	2,740	20,302	119,956
-/-	Фрукт свежий (апельсин)	100	1,000	0,200	8,000	43,000
Итого за _Завтрак		510	19,167	18,923	54,081	463,297
Стоимость завтрака 1-4 классы						92,47
Обед (1-4 классы)						
1422	Салат овощной с яблоками 1/60	60	0,888	3,662	4,518	54,586
1438	Суп картофельный с вермишелью на бульоне 1/200	200	4,618	7,079	14,921	141,868
1812	Рыба запеченная в белом соусе 1/90	90	14,413	7,199	21,328	207,751
1720	Картофельное пюре с маслом 1/150	150	3,404	4,904	22,940	149,511
116	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/200	200	0,000	0,000	26,000	104,003
-/-	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	25,723	23,244	110,507	754,118
Стоимость обеда 1-4 классы						92,47
День/неделя: Среда-3						
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак (5-11 классы)						
17	Омлет с кукурузой 1/200/30	230	16,860	20,644	5,738	276,188
-/-	Хлеб пшеничный 1/50	50	3,522	2,740	20,302	119,956
1707	Какао с молоком 1/200	200	3,000	0,500	26,000	120,500
-/-	Фрукт свежий (апельсин)	100	0,650	0,300	8,950	41,100
Итого за _Завтрак		580	24,032	24,184	60,990	557,744
Стоимость завтрака 5-11 классы						99,64
Обед (5-11 классы)						
1422	Салат овощной с яблоками 1/100	100	1,480	6,104	7,530	90,976
1438	Суп картофельный с вермишелью на бульоне 1/250	250	5,772	8,849	18,651	177,335
1812	Рыба запеченная в белом соусе 1/100	100	18,732	8,611	26,700	259,227
1720	Картофельное пюре с маслом 1/180	180	4,084	5,885	27,528	179,413
116	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/180	180	0,000	0,000	23,400	93,602
-/-	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	32,469	29,849	124,609	896,954
Стоимость обеда 5-11 классы						99,64

"СОГЛАСОВАНО"  
 Директор МАОУ СОШ №48

Смирнова Р. А.  
 МЕНЮ  
 для обучающихся в МАОУ СОШ №48  
 19 октября 2013

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

День/неделя: Четверг-3						
№ рецеп.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак (1-4 класс)</b>						
1672	Салат из свежей капусты с морковью 1/60	60	0,981	3,653	4,185	53,545
671	Котлета Домашняя запеченная с соусом сметанно-томатным 1/90	90	11,233	16,698	14,121	251,694
1669	Макароны отварные с маслом 1/150	150	6,901	4,531	45,971	252,263
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		500	21,773	26,234	90,329	684,515
Стоимость завтрака 1-4 классы						92,47
<b>Обед (1-4 классы)</b>						
462	Винегрет овощной 1/60	60	0,772	4,879	4,745	65,981
1454	Суп овощной с зеленым горошком со сметаной на бульоне 1/200	200	4,146	7,567	8,151	117,292
1283	Бефстроганов из куриного филе 1/90	90	16,059	13,116	2,975	194,182
1700	Рис отварной с маслом 1/150	150	3,780	4,331	41,024	218,195
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		740	27,316	30,354	94,614	760,910
Стоимость обеда 1-4 классы						92,47
День/неделя: Четверг-3						
№ рецеп.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак (5-11 класс)</b>						
1672	Салат из свежей капусты с морковью 1/100	100	1,571	4,088	6,633	69,608
671	Котлета Домашняя запеченная с соусом сметанно-томатным 1/90	90	11,233	16,698	14,121	251,694
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	23,743	27,575	101,971	751,031
Стоимость завтрака 5-11 классы						99,64
<b>Обед (5-11 классы)</b>						
462	Винегрет овощной 1/100	100	1,286	8,132	7,909	109,968
1454	Суп овощной с зеленым горошком со сметаной на бульоне 1/250	250	5,182	9,459	10,188	146,615
1283	Бефстроганов из куриного филе 1/100	100	17,843	14,574	3,305	215,757
1700	Рис отварной с маслом 1/180	180	4,536	5,198	49,228	261,834
1658	Компот из ягод з/м 1/180	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		850	31,392	37,816	106,659	892,549
Стоимость обеда 5-11 классы						99,64

"СОГЛАСОВАНО"  
 Директор МАОУ СОШ №48

Кривченкова Р. А.

М Е Н Ю

для обучающихся в МАОУ СОШ №48

30 октября 2013

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

День/неделя: Пятница-3						
№ рецеп.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак (1-4 класс)						
1755	Запеканка творожная со сметанным соусом 1/120/30	150	19,029	15,853	38,295	371,972
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 (яблоко)	100	0,400	0,400	10,000	47,000
Итого за _Завтрак		500	22,419	23,823	84,613	642,536
Стоимость завтрака 1-4 классы						92,47
Обед (1-4 классы)						
1801	Салат из моркови с маслом 1/60	60	0,749	3,654	4,274	52,979
1818	Суп с клецками на бульоне 1/200	200	5,341	8,480	16,721	164,565
134	Тефтеля мясная в соусе 1/90	90	10,727	13,461	11,051	208,257
1711	Картофель отварной с маслом 1/150	150	3,053	4,406	24,524	149,960
1690	Компот из яблок 1/200	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	22,350	30,480	94,330	741,041
Стоимость обеда 1-4 классы						92,47
День/неделя: Пятница-3						
№ рецеп.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак (5-11 класс)						
1755	Запеканка творожная со сметанным соусом 1/150/50	200	25,229	19,640	50,076	477,980
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
-/-	Фрукты свежие по сезону (у)1/100	100	0,650	0,300	8,950	41,100
Итого за _Завтрак		550	28,619	27,610	96,394	748,544
Стоимость завтрака 5-11 классы						99,64
Обед (5-11 классы)						
1801	Салат из моркови с маслом 1/100	100	1,248	6,090	7,124	88,298
1818	Суп с клецками на бульоне 1/250	250	6,677	10,599	20,901	205,707
134	Тефтеля мясная в соусе 1/100	100	14,037	17,158	13,681	265,298
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	28,079	39,604	107,052	896,956
Стоимость обеда 5-11 классы						99,64