



"СОГЛАСОВАНО"
Директор МАОУ СОШ №48

Кривченкова Р. А.



"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор ООО "СОКОЛОВ"

Д.Н. Урвачев

МЕНЮ

для обучающихся в МАОУ СОШ №48

15 сентября 2013г

День/неделя: Понедельник-4						
№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	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 (мандарин)	100	0,800	0,200	7,500	38,000
Итого за _Завтрак		505	23,340	18,489	63,952	515,568
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 1/100	100	17,586	13,439	2,910	202,932
1669	Макароны отварные с маслом 1/150	150	6,901	4,531	45,971	252,263
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		750	32,308	29,073	107,380	820,407
Стоимость обеда 1-4 классы						92,47
День/неделя: Понедельник-4						
№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	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	28,875	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 1/200	200	1,814	1,512	19,529	98,976
-/-	Фрукт свежий (мандарин)	100	0,650	0,300	8,950	41,100
Итого за _Завтрак		575	25,149	20,709	73,124	579,474
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
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	17,586	13,439	2,910	202,932
1669	Макароны отварные с маслом 1/180	180	8,281	5,437	55,165	302,715
1201	Компот из изюма 1/180	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		850	35,261	34,150	119,166	925,054
Стоимость обеда 5-11 классы						99,64



Директор MAOU SOIИ № 68

Кривченкова Р. А.



Генеральный директор ООО 'СОКОЛОВ' Д.Н. Урвачев

МЕНЮ

для обучающихся в MAOU SOIИ № 68

26 сентября 2013г

День/неделя: Вторник-4						
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак (1-4 класс)						
1750	Котлета куриная запеченная в соусе 1/90, поджаривровка из свежей капусты 1/30	120	12,579	14,226	14,997	238,341
1680	Каша гречневая с маслом 1/150	150	6,878	5,119	35,774	216,673
404	Чай заварной с сахаром и лимоном 1/200/5	205	0,165	0,036	15,191	61,746
653	Хлеб пшеничный 1/30	30	1,800	0,300	15,600	72,300
Итого за _Завтрак		505	21,421	19,681	81,562	589,060
Стоимость завтрака 1-4 классы						92,47
Обед (1-4 класс)						
665	Салат Осенний 1/60	60	0,709	3,682	4,693	54,743
1758	Суп картофельный с вермишелью на бульоне 1/200	200	4,518	6,461	13,385	129,762
1731	Рагу овощное с мясом 1/200	200	16,486	21,187	24,301	353,828
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		700	24,353	31,750	79,606	701,587
Стоимость обеда 1-4 классы						92,47
День/неделя: Вторник-4						
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак (5-11 класс)						
1750	Котлета куриная запеченная в соусе 1/100, поджаривровка из свежей капусты 1/30	130	15,989	18,163	17,962	299,272
1680	Каша гречневая с маслом 1/180	180	8,253	6,143	42,928	260,007
404	Чай заварной с сахаром и лимоном 1/200/5	205	0,165	0,036	15,191	61,746
653	Хлеб пшеничный 1/40	40	2,400	0,400	20,800	96,400
Итого за _Завтрак		555	26,807	24,741	96,881	717,426
Стоимость завтрака 5-11 классы						99,64
Обед (5-11 класс)						
665	Салат Осенний 1/100	100	1,181	6,136	7,821	91,239
1758	Суп картофельный с вермишелью на бульоне 1/250	250	5,647	8,077	16,731	162,202
1731	Рагу овощное с мясом 1/250	250	20,607	26,483	30,376	442,285
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		820	30,052	41,115	90,513	852,295
Стоимость обеда 5-11 классы						99,64



МЕНЮ
 для обучающихся в МАОУ СОИ №48
24 сентября 2023г

День/неделя: Среда-4						
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак (1-4 класс)						
1077	Омлет с курицей и морковью 1/150	150	16,681	16,138	3,046	224,146
1707	Какао с молоком 1/200	200	3,522	2,740	20,302	119,956
-/-	Хлеб пшеничный 1/50	50	3,000	0,500	26,000	120,500
-/-	Фрукты свежие по сезону (v)1/100	100	0,650	0,300	8,950	41,100
Итого за _Завтрак		500	23,853	19,678	58,298	505,702
Стоимость завтрака 1-4 классы						92,47
Обед (1-4 классы)						
1817	Картофельный с зеленым горошком 1/60	60	1,118	3,770	7,571	68,684
1439	Борщ со свежей капустой с картофелем и сметаной на бульоне 1/200	200	4,066	6,943	10,813	122,004
1714	Суфле из печени 1/90	90	19,542	6,818	11,340	184,894
1448	Рагу из овощей 1/150	150	2,772	7,126	18,881	150,744
1670	Кисель фруктово-ягодный 1/200	200	0,072		31,720	127,168
-/-	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	29,971	25,057	101,124	749,894
Стоимость обеда 1-4 классы						92,47
День/неделя: Среда-4						
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак (5-11 класс)						
1077	Омлет с курицей и морковью 1/200	200	27,802	26,896	5,076	373,576
1707	Какао с молоком 1/200	200	3,522	2,740	20,302	119,956
-/-	Хлеб пшеничный 1/50	50	3,000	0,500	26,000	120,500
-/-	Фрукты свежие по сезону (v)1/100	100	0,650	0,300	8,950	41,100
Итого за _Завтрак		550	34,974	30,436	60,328	655,132
Стоимость завтрака 5-11 классы						99,64
Обед (5-11 классы)						
1817	Картофельный с зеленым горошком 1/100	100	1,863	6,283	12,619	114,473
1439	Борщ со свежей капустой с картофелем и сметаной на бульоне 1/250	250	5,082	8,679	13,516	152,505
1714	Суфле из печени 1/100	100	21,714	7,576	12,600	205,438
1448	Рагу из овощей 1/180	180	3,327	8,551	22,657	180,892
1670	Кисель фруктово-ягодный 1/180	180	0,065		28,548	114,451
-/-	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	34,451	31,489	110,739	864,159
Стоимость обеда 5-11 классы						99,64



"СОГЛАСОВАНО"

Директор MAOU SOSh №48

Кривченкова Р. А.



"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор ООО "СОКОЛОВ"

Д.Н. Урвачев

МЕНЮ

для обучающихся в MAOU SOSh №48

21 сентября 2023

День/неделя: Четверг-4						
№ 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
1789	Каша гречневая с мясом 1/200	200	18,988	21,182	37,535	416,727
1665	Чай заварной с молоком 1/200	200	1,620	1,281	17,391	87,571
-/-	Хлеб пшеничный 1/40	40	2,400	0,400	20,800	96,400
Итого за _Завтрак		500	23,757	26,516	80,001	653,677
Стоимость завтрака 1-4 классы						92,47
Обед (1-4 классы)						
462	Салат из квашеной капусты со свеклой 1/60	60	0,946	3,661	4,248	53,722
1442	Рассольник Ленинградский со сметаной на бульоне 1/200	200	4,618	7,079	14,921	141,868
1443	Котлета куриная запеченная в соусе 1/90	90	12,088	12,399	12,905	211,569
1658	Картофельное пюре с маслом 1/150	150	3,404	4,904	22,940	149,511
	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
-/-	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
Итого за Обед		740	23,616	28,503	92,734	721,930
Стоимость обеда 1-4 классы						92,47
День/неделя: Четверг-4						
№ 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
1789	Каша гречневая с мясом 1/200	200	18,988	21,182	37,535	416,727
1665	Чай заварной с молоком 1/200	200	1,620	1,281	17,391	87,571
-/-	Хлеб пшеничный 1/50	50	3,000	0,500	26,000	120,500
Итого за _Завтрак		550	24,856	29,052	88,051	713,096
Стоимость завтрака 5-11 классы						99,64
Обед (5-11 классы)						
462	Салат из квашеной капусты со свеклой 1/100	100	1,577	6,101	7,080	89,537
1442	Рассольник Ленинградский со сметаной на бульоне 1/250	250	5,772	8,849	18,651	177,335
1443	Котлета куриная запеченная в соусе 1/100	100	15,499	16,337	15,869	272,500
1658	Картофельное пюре с маслом 1/180	180	4,084	5,885	27,528	179,413
-/-	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	29,476	37,625	105,156	877,159
Стоимость обеда 5-11 классы						99,64



"СОГЛАСОВАНО"

Директор МАОУ СОШ №48

№ 48

Кривченкова Р. А.



"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор ООО "СОКОЛОВ"

Д.Н. Урлачев

МЕНЮ

для обучающихся в МАОУ СОШ №48

29 сентября 2013 г.

День/неделя: Пятница-4						
№ 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 1/110/40	150	15,927	12,163	35,867	316,640
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	19,317	20,133	82,184	587,204
Стоимость завтрака 1-4 классы						92,47
Обед (1-4 классы)						
1672	Салат из свежей капусты с морковью 1/60	60	0,981	3,653	4,185	53,545
1454	Суп овощной с зеленым горошком со сметаной на бульоне 1/200	200	4,146	7,567	8,151	117,292
1728	Жаркое по-домашнему с мясом 1/200	200	16,619	21,444	29,910	379,110
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		700	24,226	33,144	80,006	715,226
Стоимость обеда 1-4 классы						92,47
День/неделя: Пятница-4						
№ 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	21,708	16,583	47,852	427,479
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	0,650	0,300	8,950	41,100
Итого за _Завтрак		550	25,098	24,553	94,169	698,043
Стоимость завтрака 5-11 классы						99,64
Обед (5-11 классы)						
1672	Салат из свежей капусты с морковью 1/100	100	1,571	4,088	6,633	69,608
1454	Суп овощной с зеленым горошком со сметаной на бульоне 1/250	250	5,182	9,459	10,188	146,615
1728	Жаркое по-домашнему с мясом 1/250	250	20,774	26,805	37,388	473,887
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		820	29,999	40,824	90,273	848,502
Стоимость обеда 5-11 классы						99,64