

Утверждаю:
 Директор ООО "Мегаполис"
 В.А.Лысенко

Согласовано:
 Директор МБОУ СОШ № 4
 п. Малоорловский
 Т.А. Гончарова

МЕНЮ
Понедельник
 первая неделя

№ п/п	Наименование блюд	выход порции	Калорийность блюда	стоимость блюда
Завтрак для льготников				
1	Котлеты рубленые с белокочанной капустой	60	106,80	23,74
2	Макаронные изделия отварные	100	146,30	7,66
3	Икра кабачковая	25	25,80	4,41
4	Кофейный напиток	200	37,80	3,38
5	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,69
	Итого завтрак	425	421,20	41,88
Завтрак				
1	Пудинг из творога (запеченный) с молоком сгущенным	150/20	255,20	48,78
2	Чай с сахаром	200/12	43,90	2,43
3	Фрукты свежие (апельсины)	150	66,60	23,68
	Итого завтрак	532	365,70	74,89
Обед				
1	Капуста, тушеная с мясом птицы	60	54,89	31,49
2	Пюре картофельное	150	151,40	17,76
3	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	4,13
4	Хлеб пшеничный	39	104,50	2,62
	Итого обед	449	423,47	56,00
Обед ОВЗ				
1	Суп картофельный с клецками	250	116,93	12,52
2	Капуста тушеная с мясом птицы	60	54,89	31,49
3	Пюре картофельное	150	151,44	17,76
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	4,13
5	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,69
	Итого обед	700	540,44	68,59

Ст. повар _____ / _____ /

Утверждаю:

Директор ООО "Мегаполис"

В.А.Лысенко

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ № 4

п. Малоорловский

Т.А.Гончарова

МЕНЮ

Вторник

первая неделя

№ п/п	Наименование блюд	выход порции	Калорийность блюда	стоимость блюда
Завтрак для льготников				
1	Плов из птицы	180	361,00	32,66
2	Винегрет овощной	30	33,50	4,77
3	Чай с сахаром	200/12	43,90	2,43
4	Хлеб пшеничный	30	78,38	2,02
	Итого завтрак	452	516,78	41,88
Завтрак				
1	Плов из птицы	230	415,04	45,51
2	Винегрет овощной	50	55,92	9,34
3	Чай с лимоном	200/12/7	60,00	5,20
4	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,69
5	Сыр "Российский" (порциями)	15	53,75	12,15
	Итого завтрак	554	689,21	74,89
Обед				
1	Птица тушеная в соусе с овощами	80/25	101,12	34,63
2	Каша рассыпчатая гречневая	100	155,80	11,08
3	Зеленый горошек консервированный	20	16,70	5,84
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	2,43
5	Хлеб пшеничный	30	78,38	2,02
	Итого обед	467	395,90	56,00
Обед ОВЗ				
1	Суп-лапша домашняя	250	149,50	11,54
2	Птица тушеная в соусе с овощами	75/25	101,12	30,32
3	Каша рассыпчатая гречневая	120	149,57	13,23
4	Зеленый горошек консервированный	20	16,70	5,84
5	Кисель плодово-ягодный	200	142,20	4,97
6	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,69
	Итого обед	730	663,59	68,59

Ст. повар _____ / _____ /



Утверждаю:

Директор, ООО "Мегаполис"

В.А.Лысенко

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ № 4

п. Малгоборловский

А.Гончарова

МЕНЮ

Среда

первая неделя

№ п/п	Наименование блюд	выход порции	Калорийность блюда	стоимость блюда
Завтрак для льготников				
1	Сосиски отварные	50	126,40	22,50
2	Макаронные изделия отварные	120	175,60	8,51
3	Салат из квашеной капусты	25	28,40	5,38
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	2,43
5	Хлеб пшеничный	45	117,56	3,06
Итого завтрак		452	491,86	41,88
Завтрак				
1	Нагетсы куриные	90	186,00	43,68
2	Макаронные изделия отварные	150	219,50	10,59
3	Соус томатный с овощами	30	22,20	2,48
4	Салат из квашеной капусты с зеленым горошком	40	27,20	8,61
5	Кофейный напиток на молоке сгущенном	200	91,20	6,84
6	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,69
Итого завтрак		550	650,60	74,89
Обед				
1	Птица отварная	75	116,10	34,19
2	Картофель запеченный	100	98,00	10,89
3	Винегрет овощной	30	33,50	4,77
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	4,13
5	Хлеб пшеничный	30	78,38	2,02
Итого обед		435	438,66	56,00
Обед ОВЗ				
1	Суп картофельный с бобовыми (горохом)	250	166,43	12,75
2	Птица отварная	60	92,88	26,14
3	Картофель запеченный	100	98,00	10,89
4	Соус томатный	20	14,00	1,35
5	Овощи соленые (помидоры)	30	17,90	4,77
6	Сок фруктовый	200	82,80	10,00
7	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,69
Итого обед		700	576,51	68,59

Ст. повар _____ / _____ /

Утверждаю:
 Директор ООО "Мегаполис"
 В.А.Лысенко

Согласовано:
 Директор МБОУ СОШ № 4
 п. Милоорловский
 А.Гончарова

МЕНЮ
 Четверг
 первая неделя

№ п/п	Наименование блюд	выход порции	Калорийность блюда	стоимость блюда
Завтрак для льготников				
1	Каша вязкая молочная "Дружба"	200	208,00	20,46
2	Пирожок с повидлом (собст.производство)	75	275,00	18,99
3	Чай с сахаром	200/12	43,90	2,43
Итого завтрак		487	526,90	41,88
Завтрак				
1	Каша вязкая молочная "Дружба"	200	208,00	20,46
2	Яйца вареные	40	77,00	10,50
3	Пирожок с повидлом (собст.производство)	100	275,00	24,00
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	2,43
5	Фрукты свежие	150	66,60	17,50
Итого завтрак		702	670,50	74,89
Обед				
1	Жаркое по-домашнему	220	248,27	44,95
2	Овощи соленые (огурцы)	20	4,90	3,83
3	Чай с лимоном	200/12/7	60,00	5,20
4	Хлеб пшеничный	30	78,38	2,02
Итого обед		489	391,55	56,00
Обед ОВЗ				
1	Борщ с капустой и картофелем	250	218,75	15,21
2	Жаркое по-домашнему	220	248,27	44,95
3	Овощи соленые (огурцы)	25	5,00	3,98
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	2,43
5	Хлеб пшеничный	30	78,38	2,02
Итого обед		737	594,30	68,59

Ст. повар _____ / _____ /



Утверждаю:

Директор ООО "Мегаполис"

В.А.Лысенко

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ № 4

п. Малоорловский

Т.А.Гончарова

МЕНЮ

Пятница

первая неделя

№ п/п	Наименование блюд	выход порции	Калорийность блюда	стоимость блюда
Завтрак для льготников				
1	Котлеты рубленые из птицы	60	115,19	24,84
2	Пюре картофельное	100	92,93	11,57
3	Кофейный напиток	200	37,80	3,38
4	Хлеб пшеничный	31	80,99	2,09
Итого завтрак		391	326,91	41,88
Завтрак				
1	Котлеты рубленые из птицы	90	232,78	36,65
2	Пюре картофельное	150	151,40	17,76
3	Винегрет овощной	50	55,92	9,34
4	Кофейный напиток на молоке	200	86,00	8,45
5	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,69
Итого завтрак		530	630,60	74,89
Обед				
1	Плов из птицы	200	361,00	36,92
2	Салат из квашеной капусты	35	39,70	6,72
3	Сок фруктовый	200	82,80	10,00
4	Хлеб пшеничный	35	91,44	2,36
Итого обед		470	574,94	56,00
Обед ОВЗ				
1	Суп картофельный с крупой (пшено)	250	168,60	12,59
2	Плов из птицы	220	386,24	40,30
3	Зеленый горошек консервированный	25	20,88	7,30
4	Напиток яблочный	200	64,00	5,71
5	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,69
Итого обед		735	744,22	68,59

Ст. повар _____ / _____ /

Утверждаю:
 Директор ООО "Мегаполис"
 В.А.Лысенко

Согласовано:
 Директор МБОУ СОШ № 4
 п. Малоборловский
 А.Пончарова

МЕНЮ
Понедельник
 вторая неделя

№ п/п	Наименование блюд	выход порции	Калорийность блюда	стоимость блюда
Завтрак для льготников				
1	Тефтели из птицы с соусом	60/30	126,40	26,54
2	Картофель запеченный	100	98,00	10,89
3	Чай с сахаром	200/12	43,90	2,43
4	Хлеб пшеничный	30	78,38	2,02
	Итого завтрак	432	346,68	41,88
Завтрак				
1	Хлопья из круп сладкие с молоком	200	124,00	29,39
2	Круассан с начинкой	80	389,90	22,80
3	Чай с лимоном	200/12/7	60,00	5,20
4	Фрукты свежие (яблоки)	150	66,60	17,50
	Итого завтрак	649	640,50	74,89
Обед				
1	Котлеты мясо-картофельные по-хлыновски	80	135,57	30,07
2	Пюре картофельное	150	151,40	17,76
3	Соус томатный	20	14,00	1,35
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	4,13
5	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,69
	Итого обед	490	518,15	56,00
Обед ОВЗ				
1	Свекольник со сметаной	250	110,38	12,04
2	Нагетсы куриные	80	186,00	38,83
3	Пюре картофельное	100	92,93	11,57
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	4,13
5	Хлеб пшеничный	30	78,38	2,02
	Итого обед	660	580,37	68,59

Ст. повар _____ / _____ /

Утверждаю:
 Директор ООО "Мегаполис"
«МЕГАПОЛИС»
 В.А.Лысенко

Согласовано:
 Директор МБОУ СОШ № 4
 г.Малоарловский
 Т.А.Гончарова

МЕНЮ
Вторник
 вторая неделя

№ п/п	Наименование блюд	выход порции	Калорийность блюда	стоимость блюда
Завтрак для льготников				
1	Биточки рубленые из птицы	60	118,63	22,91
2	Рис припущенный	100	179,30	7,52
3	Соус томатный с овощами	20	22,20	2,28
4	Салат из свеклы	30	22,80	3,43
5	Кофейный напиток	200	37,80	3,38
6	Хлеб пшеничный	35	91,44	2,36
	Итого завтрак	445	472,17	41,88
Завтрак				
1	Котлеты мясо-картофельные по-хлыновски	90	169,46	35,08
2	Рис припущенный	150	196,90	11,28
3	Соус томатный с овощами	30	22,20	2,48
4	Салат из свеклы	40	30,40	4,37
5	Кофейный напиток на молоке сгущенном	200	91,20	6,84
6	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,69
7	Сыр "Российский" (порциями)	15	53,75	12,15
	Итого завтрак	565	668,41	74,89
Обед				
1	Гуляш	50/50	115,85	41,40
2	Каша вязкая ячневая	100	154,00	4,18
3	Салат из свеклы	30	22,80	3,43
4	Кисель плодово-ягодный	200	142,20	4,97
5	Хлеб пшеничный	30	78,38	2,02
	Итого обед	460	513,23	56,00
Обед ОВЗ				
1	Суп картофельный с клецками	250	116,93	12,52
2	Гуляш	40/40	92,68	37,18
3	Каша вязкая пшеничная	120	123,86	5,39
4	Зеленый горошек консервированный	20	16,70	5,84
5	Кисель плодово-ягодный	200	142,20	4,97
6	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,69
	Итого обед	710	596,87	68,59

Ст. повар _____ / _____ /

ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ

Утверждаю:

Директор ООО "Мегаполис"
В.А.Лысенко

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ № 4
п. Малоорловский
А.А.Гончарова

МЕНЮ
Среда
вторая неделя

№ п/п	Наименование блюд	выход порции	Калорийность блюда	стоимость блюда
Завтрак для льготников				
1	Мясо тушеное с овощами	40/40	123,90	29,43
2	Макаронные изделия отварные	100	146,30	7,66
3	Чай с сахаром	200/12	43,90	2,43
4	Хлеб пшеничный	35	91,44	2,36
	Итого завтрак	427	405,54	41,88
Завтрак				
1	Мясо тушеное с овощами	50/50	154,88	38,59
2	Макаронные изделия отварные	150	219,50	10,59
3	Салат из квашеной капусты	35	39,70	7,53
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	2,43
5	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,60
6	Печенье "Галюня" с какао-молочной начинкой	40	174,80	13,06
	Итого завтрак	577	737,28	74,80
Обед				
1	Оладьи с молоком сгущенным	130/20	209,70	27,12
2	Чай с лимоном	200/12/7	60,00	5,20
3	Фрукты свежие (апельсины)	150	66,60	23,68
	Итого обед	519	336,30	56,00
Обед ОВЗ				
1	Борщ с капустой и картофелем	250	218,75	15,21
2	Оладьи с молоком сгущенным	150/20	242,00	28,56
3	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	4,13
4	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,69
5	Сок "Диас" т/п 0,2	1/200	86,60	18,00
	Итого обед	860	764,53	68,59

Ст. повар _____ / _____ /

Утверждаю:
 Директор ООО "Мегаполис"
 В.А.Лысенко

Согласовано:
 Директор МБОУ СОШ № 4
 п. Малоорловский
 А.Гончарова

МЕНЮ
 Четверг
 вторая неделя

№ п/п	Наименование блюд	выход порции	Каллорийность блюда	стоимость блюда
Завтрак для льготников				
1	Каша боярская (из пшена с изюмом)	200	145,00	23,73
2	Блинчики с фруктовой начинкой	60	167,50	15,72
3	Чай с сахаром	200/12	43,90	2,43
Итого завтрак		472	356,40	41,88
Завтрак				
1	Плов из птицы	230	415,04	45,51
2	Винегрет овощной	50	55,92	9,34
3	Чай с лимоном	200/12/7	60,00	5,20
4	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,69
5	Сыр "Российский" (порциями)	15	53,75	12,15
Итого завтрак		554	689,21	74,89
Обед				
1	Котлеты рубленые из птицы	90	232,78	36,65
2	Каша рассыпчатая гречневая	100	155,80	11,08
3	Соус томатный с овощами	25	18,50	2,12
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	4,13
5	Хлеб пшеничный	30	78,38	2,02
Итого обед		445	598,14	56,00
Обед ОВЗ				
1	Суп-лапша домашняя	250	149,50	11,54
2	Котлеты рубленые из птицы	80	206,90	33,95
3	Каша рассыпчатая гречневая	100	155,80	11,08
4	Сок фруктовый	200	82,80	10,00
5	Хлеб пшеничный	30	78,38	2,02
Итого обед		660	673,38	68,59

Ст. повар _____ / _____ /



Утверждаю:

Директор ООО "Мегаполис"

В.А.Лысенко

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ № 4

П.Малоротовский

Гончарова

МЕНЮ

Пятница

вторая неделя

№ п/п	Наименование блюд	выход порции	Калорийность блюда	стоимость блюда
Завтрак для льготников				
1	Рыба, тушеная в томате с овощами	60/30	103,00	25,19
2	Пюре картофельное	100	92,93	11,57
3	Чай с сахаром	200/12	43,90	2,43
4	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,69
	Итого завтрак	442	344,33	41,88
Завтрак				
1	Рыба, тушеная в томате с овощами	80/55	164,80	37,43
2	Пюре картофельное	150	151,40	17,76
3	Салат из квашеной капусты с зеленым горошком	30	20,40	6,78
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	2,43
5	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,69
6	Масло (порциями)	10	66,00	7,80
	Итого завтрак	577	551,00	74,89
Обед				
1	Нагетсы куриные	80	165,33	38,83
2	Макаронные изделия отварные	120	146,30	7,95
3	Винегрет овощной	30	33,50	4,77
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	2,43
5	Хлеб пшеничный	30	78,38	2,02
	Итого обед	460	467,41	56,00
Обед ОВЗ				
1	Суп картофельный с бобовыми (горохом)	250	166,43	12,75
2	Котлеты рубленые с белокочанной капустой	90	160,00	33,14
3	Макаронные изделия отварные	150	219,50	10,59
4	Овощи соленые (помидоры)	25	17,90	3,71
5	Напиток яблочный	200	64,00	5,71
6	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,69
	Итого обед	755	732,33	68,59

Ст. повар _____ / _____ /