

Утверждено
Директор МБОУ СОШ
с. Новоникольск
М.В. Булашова

Согласовано
ИП Григорян К.А.

Меню приготавливаемых блюд (завтраки и обеды) для организации питания детей в возрасте от 11 до 18 лет, в муниципальных бюджетных общеобразовательных учреждениях Уссурийского городского округа

ЧЕТВЕРГ 19.12 2024 г.

Первая неделя

1 СМЕНА

ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Макароны отварные с сыром	200	15,19	17,69	46,53	406,09
2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	5,60	22,40
3	Батон пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	47,28
4	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,90
5	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	43,00
	ИТОГО	530,00	18,05	18,42	76,62	544,67

ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,10	74,85
2	Сыр	15	4,64	5,90	8,85	107,06
3	Каша рисовая молочная	200	8,71	3,22	26,13	168,34
4	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	5,60	22,40
5	Батон пшеничный	30	2,58	0,15	16,47	77,55
6	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,38
7	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	43,00
	ИТОГО	575,00	18,08	18,38	76,71	544,58

2 СМЕНА

ОБЕД

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Овощная нарезка	100	0,80	0,10	2,60	14,50
2	Рассольник по ленинградски	250	2,56	11,50	41,13	274,84
3	Плов	250	24,17	19,76	61,80	521,72
4	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	20,16
5	Хлеб пшеничный	30	2,42	0,30	14,64	70,94
6	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,38
	ИТОГО	830,00	31,65	32,32	134,87	953,54

Утверждено
Директор МБОУ СОШ

с. Новоникольск

М.В. Булашова

Согласовано

ИП Григорян К.А.

Меню приготавливаемых блюд (завтраки и обеды) для организации питания льготной категории детей (в т.ч. Детей инвалидов, детей с ОВЗ) в возрасте от 7 до 11 лет, в муниципальных бюджетных общеобразовательных учреждениях Уссурийского городского округа

ЧЕТВЕРГ 19.12 2024 г.

Первая неделя

1 СМЕНА

ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Макароны отварные с сыром	170	12,32	14,90	37,15	331,98
2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	5,60	22,40
3	Батон пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	47,28
4	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,90
5	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	43,00
	ИТОГО	500,00	15,18	15,63	67,24	470,56

ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,10	74,85
2	Сыр	10	3,09	3,93	5,90	71,33
3	Каша рисовая молочная	150	7,60	2,34	19,60	129,86
4	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	5,60	22,40
5	Батон пшеничный	30	2,58	0,15	16,47	77,55
6	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,38
7	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	43,00
	ИТОГО	520,00	15,42	15,53	67,23	470,37

ОБЕД 2/3

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат из квашеной капусты	60	0,48	0,06	1,56	8,70
2	Рассольник по ленинградски	200	2,05	9,28	32,20	220,52
3	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	20,16
4	Хлеб пшеничный	30	2,42	0,30	14,64	70,94
	ИТОГО	470,00	4,95	9,64	53,44	320,32

2 СМЕНА

ОБЕД

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Овощная нарезка	60	0,48	0,06	1,56	8,70
2	Рассольник по ленинградски	200	2,05	9,28	32,20	220,52
3	Плов	210	20,30	17,25	53,60	450,85
4	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	20,16
5	Хлеб пшеничный	30	2,42	0,30	14,64	70,94
6	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,38
	ИТОГО	700,00	26,95	27,55	116,70	822,55

ПОЛДНИК

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Ватрушка из дрожжевого теста	80	4,80	2,60	21,70	141,90
2	Сок в тетрапаке	200	0,80	0,00	23,00	94,00
	ИТОГО	280,00	5,60	2,60	44,70	235,90

Утверждено
Директор МБОУ СОШ
с. Новоникольск

М.В. Булашова

Согласовано
ИП Григорян К.А.

Меню приготавливаемых блюд (завтраки и обеды) для организации питания детей в возрасте от 7 до 11 лет, в муниципальных бюджетных общеобразовательных учреждениях Уссурийского городского округа

ВТОРНИК 10.12 2024 г.

Вторая неделя

1 СМЕНА

ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Макароны с сыром	170	12,58	15,20	36,80	334,32
2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	5,60	22,40
3	Батон пшеничный	30	2,42	0,30	14,64	70,94
4	Фрукты и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	43,00
	ИТОГО	500,00	15,40	15,70	66,94	470,66

ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,10	74,85
2	Омлет	150	12,02	6,75	34,61	247,27
3	Зелёный горошек консервированный	10	0,36	0,01	0,98	5,45
4	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	5,60	22,40
5	Батон пшеничный	20	1,72	0,10	10,98	51,70
6	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,90
7	Фрукты и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	43,00
	ИТОГО	500,00	15,40	15,64	67,00	470,57

2 СМЕНА

ОБЕД

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат здоровье	60	0,16	1,20	19,52	89,52
2	Борщ со сметаной	200	12,60	11,80	41,60	232,00
3	Гороховое пюре по домашнему	150	5,80	7,95	21,69	181,51
4	Тефтели мясные	90	5,53	5,98	6,63	102,46
5	Чай фруктовый с яблоками	200	0,20	0,00	13,10	53,20
6	Хлеб пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	47,28
7	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,69
	ИТОГО	730,00	26,75	27,46	117,13	731,66

Утверждено
Директор МБОУ СОШ
с. Новоникольск

М.В. Булашова

Согласовано
ИП Григорян К.А.

Меню приготавливаемых блюд (завтраки и обеды) для организации питания льготной категории детей (в т.ч. Детей инвалидов, детей с ОВЗ) в возрасте от 11 до 18 лет, в муниципальных бюджетных общеобразовательных учреждениях Уссурийского городского округа

ЧЕТВЕРГ 19.12 2024 г.

Первая неделя

1 СМЕНА

ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Макароны отварные с сыром	200	15,19	17,69	46,53	406,09
2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	5,60	22,40
3	Батон пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	47,28
4	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,90
5	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	43,00
	ИТОГО	530,00	18,05	18,42	76,62	544,67

ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,10	74,85
2	Сыр	15	4,64	5,90	8,85	107,06
3	Каша рисовая молочная	200	8,71	3,22	26,13	168,34
4	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	5,60	22,40
5	Батон пшеничный	30	2,58	0,15	16,47	77,55
6	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,38
7	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	43,00
	ИТОГО	575,00	18,08	18,38	76,71	544,58

ОБЕД 2/3

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Овощная нарезка	100	0,80	0,10	2,60	14,50
2	Рассольник по ленинградски	250	7,80	11,50	41,13	299,22
3	Салат из квашеной капусты	180	0,00	0,00	5,04	20,16
4	Хлеб пшеничный	30	2,42	0,30	14,64	70,94
	ИТОГО	560,00	11,02	11,90	63,41	404,82

2 СМЕНА

ОБЕД

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Овощная нарезка	100	0,80	0,10	2,60	14,50
2	Рассольник по ленинградски	250	2,56	11,50	41,13	274,84
3	Плов	250	24,17	19,76	61,80	521,72
4	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	20,16
5	Хлеб пшеничный	30	2,42	0,30	14,64	70,94
6	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,38
	ИТОГО	830,00	31,65	32,32	134,87	953,54

ПОЛДНИК

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Ватрушка из дрожжевого теста	80	4,80	2,60	21,70	141,90
2	Сок в тетрапаке	200	0,80	0,00	23,00	94,00
	ИТОГО	280,00	5,60	2,60	44,70	235,90