

"Согласовано"  
Директор МБОУ СОШ с. Новоникольск

МБОУ Булашова М.В.  
с. Новоникольска

«Утверждаю»  
ИИ Григорян К.А.

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

ЧЕТВЕРГ 21.09 2023 г.

**ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Фрукты и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
2	Макаронные изделия отварные с сыром	170	12,64	15,00	37,00	328,50
3	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	5,60	22,20
4	Хлеб пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	48,42
5	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,90
6	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	<b>ИТОГО</b>	<b>700</b>	<b>21,10</b>	<b>22,73</b>	<b>76,09</b>	<b>593,42</b>

**ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,10	74,70
2	Сыр	15	4,64	5,90	8,85	71,66
3	Каша рисовая молочная	185	7,80	1,41	26,65	180,50
4	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
5	Фрукты и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
6	Батон пшеничный	30	2,40	0,45	22,05	73,35
7	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	<b>ИТОГО</b>	<b>720</b>	<b>20,89</b>	<b>23,21</b>	<b>81,59</b>	<b>588,59</b>

**ОБЕД 1 ВАРИАНТ (вторая смена)**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Винегрет	60	2,92	6,40	29,53	63,00
2	Рассольник по ленинградски	200	0,83	2,50	9,99	155,93
3	Тефтели мясные с соусом	90	11,26	12,57	11,85	190,67
4	Макаронные изделия отварные	150	5,10	0,60	34,50	166,50
5	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
6	Хлеб пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	48,42
7	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,90
8	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	<b>ИТОГО</b>	<b>910</b>	<b>28,17</b>	<b>29,60</b>	<b>114,50</b>	<b>791,80</b>

**ОБЕД 2 ВАРИАНТ**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Винегрет	60	2,92	6,40	29,53	63,00
2	Рассольник по ленинградски	200	0,83	2,50	9,99	155,93
3	Гороховое пюре по домашнему	150	12,92	7,10	26,00	57,60
4	Гуляш из кур	90	7,03	11,99	10,00	287,95
5	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
6	Хлеб пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	48,42
7	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,90
8	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	<b>ИТОГО</b>	<b>710</b>	<b>26,16</b>	<b>28,52</b>	<b>95,15</b>	<b>658,78</b>

"Согласовано»

Директор МБОУ СОШ с. Новоникольск

Булашова М.В.

«Утверждаю»

ИП Григорян К.А.

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

ЧЕТВЕРГ 21.09 2023 г.

### ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ

п/н	Наименование блюд	выход/г	Б	Ж	У	(ккал)
1	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
2	Макаронь отварные с сыром	230	13,45	17,20	36,61	347,16
3	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
4	Хлеб пшеничный	30	2,42	0,30	14,64	72,63
5	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,80
	<b>ИТОГО</b>	<b>560</b>	<b>17,97</b>	<b>18,36</b>	<b>75,85</b>	<b>538,57</b>

### ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,10	74,70
2	Сыр	15	4,64	5,90	8,85	71,66
3	Каша рисовая молочная	200	8,45	3,80	24,54	198,23
4	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
5	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
6	Батон пшеничный	50	4,30	0,25	27,45	127,00
	<b>ИТОГО</b>	<b>555</b>	<b>17,84</b>	<b>18,40</b>	<b>75,88</b>	<b>538,57</b>

### ОБЕД 1 ВАРИАНТ (вторая смена)

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Винегрет	100	1,12	7,63	13,42	107,00
2	Рассольник по ленинградски	250	1,78	3,36	11,87	112,46
3	Тефтели мясные с соусом	100	12,51	13,97	13,17	211,86
4	Макаронь отварные	180	6,12	0,72	41,40	199,80
5	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
6	Хлеб пшеничный	30	2,42	0,30	14,64	72,63
7	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,80
	<b>ИТОГО</b>	<b>860</b>	<b>25,65</b>	<b>26,64</b>	<b>109,20</b>	<b>775,53</b>

### ОБЕД 2 ВАРИАНТ

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Винегрет	100	1,12	7,63	13,42	107,00
2	Рассольник по ленинградски	250	1,78	3,36	11,87	112,46
3	Гороховое пюре	180	8,39	2,23	57,72	212,11
4	Гуляш из кур	100	12,70	20,42	5,00	173,94
5	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
6	Хлеб пшеничный	30	2,42	0,30	14,64	72,63
7	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,80
	<b>ИТОГО</b>	<b>860</b>	<b>28,11</b>	<b>34,60</b>	<b>117,35</b>	<b>749,92</b>

«Утверждаю»  
Директор МБОУ СОШ с. Новоникольск  
Булашова М.В.

«Согласовано»  
ИП Григорян К.А.

Менюготавливаемых 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 общеобразовательных учреждениях Уссурийского городского округа

ЧЕТВЕРГ 21.09 2023 г.

**ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Флоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
2	Макаронь с сыром	170	12,64	15,00	37,00	328,50
3	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	5,60	22,20
4	Хлеб пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	48,42
5	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,90
6	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	<b>ИТОГО</b>	<b>700</b>	<b>21,10</b>	<b>22,73</b>	<b>76,09</b>	<b>593,42</b>

**ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,10	74,70
2	Сыр	15	4,64	5,90	8,85	71,66
3	Каша рисовая молочная	185	7,80	1,41	26,65	180,50
4	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
5	Флоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
6	Батон пшеничный	30	2,58	0,15	16,47	76,20
7	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	<b>ИТОГО</b>	<b>720</b>	<b>21,07</b>	<b>22,91</b>	<b>76,01</b>	<b>591,44</b>

**ОБЕД (первая смена)**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Винегрет	60	2,92	6,40	29,53	63,00
2	Рассольник по ленинградски	200	0,83	2,50	9,99	155,93
3	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
4	Хлеб пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	48,42
	<b>ИТОГО</b>	<b>460</b>	<b>5,36</b>	<b>9,10</b>	<b>54,32</b>	<b>287,33</b>

**ОБЕД 1 ВАРИАНТ (вторая смена)**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Винегрет	60	2,92	6,40	29,53	63,00
2	Рассольник по ленинградски	200	0,83	2,50	9,99	155,93
3	Тефтели мясные с соусом	90	11,26	12,57	11,85	190,67
4	Макаронь отварные	150	5,10	0,60	34,50	166,50
5	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	5,60	22,20
6	Хлеб пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	48,42
7	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,90
	<b>ИТОГО</b>	<b>730</b>	<b>22,57</b>	<b>22,60</b>	<b>106,06</b>	<b>672,62</b>

**ОБЕД 2 ВАРИАНТ**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Винегрет	60	2,92	6,40	29,53	63,00
2	Рассольник по ленинградски	200	0,83	2,50	9,99	155,93
3	Гороховое пюре по домашнему	150	12,92	7,10	26,00	57,60
4	Гуляш из кур	90	7,03	11,99	10,00	287,95
5	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	5,60	22,20
6	Хлеб пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	48,42
7	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,90
	<b>ИТОГО</b>	<b>730</b>	<b>26</b>	<b>29</b>	<b>96</b>	<b>661</b>

«Утверждаю»

Директор МБОУ СОШ с. Новоникольск

Булашова М.В.

«Согласовано»

ИП Григорян К.А.

Меню приготовляемых блюд (завтраки и обеды) для организации питания льготной категории детей (в т.ч. Детей-инвалидов, детей с ОВЗ) в возрасте от 11 до 17 лет в муниципальных общеобразовательных учреждениях Уссурийского городского округа

ЧЕТВЕРГ 21.09 2023 г.

**ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ**

п/п	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Флоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
2	Макароны с сыром	230	13,45	17,20	36,61	347,16
3	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
4	Хлеб пшеничный	30	2,42	0,30	14,64	72,63
5	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,80
	<b>ИТОГО</b>	<b>560</b>	<b>17,97</b>	<b>18,36</b>	<b>75,85</b>	<b>538,57</b>

**ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ**

п/п	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,10	74,70
2	Сыр	15	4,64	5,90	8,85	71,66
3	Каша рисовая молочная	200	8,45	3,80	24,54	198,23
4	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
5	Флоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
6	Батон пшеничный	50	4,30	0,25	27,45	127,00
	<b>ИТОГО</b>	<b>555</b>	<b>17,84</b>	<b>18,40</b>	<b>75,88</b>	<b>538,57</b>

**ОБЕД**

п/п	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Винегрет	100	1,12	7,63	13,42	107,00
2	Рассольник по ленинградски	250	1,78	3,36	11,87	112,46
3	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
4	Хлеб пшеничный	30	2,42	0,30	14,64	72,63
	<b>ИТОГО</b>	<b>560</b>	<b>5,32</b>	<b>11,29</b>	<b>44,97</b>	<b>312,07</b>

**ОБЕД 1 ВАРИАНТ (вторая смена)**

п/п	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Винегрет	100	1,12	7,63	13,42	107,00
2	Рассольник по ленинградски	250	1,78	3,36	11,87	112,46
3	Тефтели мясные с соусом	100	12,51	13,97	13,17	211,87
4	Макароны отварные	180	6,12	0,72	41,40	199,80
5	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
6	Хлеб пшеничный	30	2,42	0,30	14,64	72,63
7	Хлеб ржаной	20	1,70	66,00	9,66	51,80
	<b>ИТОГО</b>	<b>860</b>	<b>25,65</b>	<b>91,98</b>	<b>109,20</b>	<b>775,54</b>

**ОБЕД 2 ВАРИАНТ**

п/п	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Винегрет	100	1,12	7,63	13,42	107,00
2	Рассольник по ленинградски	250	1,78	3,36	11,87	112,46
3	Гороховое пюре	180	8,39	2,23	57,72	212,11
4	Гуляш из кур	100	12,70	20,42	5,00	173,94
5	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
6	Хлеб пшеничный	30	2,42	0,30	14,64	72,63
7	Хлеб ржаной	20	1,70	66,00	9,66	51,80
	<b>ИТОГО</b>	<b>860</b>	<b>28</b>	<b>100</b>	<b>117</b>	<b>750</b>