

"Согласовано"
Директор МБОУ СОШ с. Новоникольск
Булашова М.В.

«Утверждаю»
ИП 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

ВТОРНИК 10.10 2023 г.

ЗАВТРАК 1 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 молочная "Дружба"	185	7,80	1,41	26,65	180,50
4	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
5	Батон пшеничный	30	2,58	0,15	16,47	76,20
6	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
7	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	ИТОГО	720	21,07	22,91	76,01	591,44

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	Омлет натуральный	150	10,62	6,56	28,84	211,90
3	Зелённый горошек консервированный	25	0,90	0,03	2,45	13,75
4	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	5,60	22,20
5	Батон пшеничный	20	1,72	0,10	10,98	50,80
6	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,80
7	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
8	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	ИТОГО	725	20,99	22,80	76,53	593,55

ОБЕД 1 ВАРИАНТ (вторая смена)

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат здоровье	60	0,55	0,00	5,59	58,50
2	Суп с макаронными изделиями	200	0,40	16,96	2,00	220,00
3	Плов	200	18,40	5,57	41,05	217,94
4	Компот из сухофруктов	200	0,89	0,13	31,99	131,80
5	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,76	48,42
6	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,80
7	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	ИТОГО	900	29,14	30,52	109,05	849,86

ОБЕД 2 ВАРИАНТ

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат здоровье	60	0,55	0,00	5,59	58,50
2	Суп с макаронными изделиями	200	0,40	16,96	2,00	220,00
3	Гороховое пюре по домашнему	150	12,92	7,10	26,00	57,60
4	Тефтели мясные	90	5,34	0,65	15,89	132,46
5	Компот из сухофруктов	200	0,89	0,13	31,99	131,80
6	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,76	48,42
7	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,80
8	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	ИТОГО	940	29	33	110	822

"Согласовано"
Директор МБОУ СОШ с. Новоникольск
Булашова М.В.

"Утверждаю"
ИП Григорян К.А.

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

ВТОРНИК 10.10 2023 г.

ЗАВТРАК 1 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 молочная "Дружба"	200	8,45	3,80	24,54	198,23
4	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
5	Батон пшеничный	50	4,30	0,25	27,45	127,00
6	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
	ИТОГО	555	17,84	18,40	75,88	538,57

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	Омлет натуральный	200	12,55	8,93	32,22	266,00
3	Зелённый горошек консервированный	25	0,90	0,03	2,45	13,75
4	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
5	Батон пшеничный	30	2,58	0,15	16,47	76,20
6	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,80
7	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
	ИТОГО	565	18,18	18,22	75,84	549,43

ОБЕД 1 ВАРИАНТ (вторая смена)

п/п	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат Здоровье	100	0,80	1,50	3,68	76,85
2	Суп с макаронными изделиями	250	0,40	8,40	18,99	151,21
3	Плов	200	21,00	17,40	30,20	358,40
4	Компот из сухофруктов	180	0,80	0,12	28,79	118,62
5	Хлеб пшеничный	30	2,42	0,30	14,64	72,63
6	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,80
	ИТОГО	780	27,12	28,38	105,96	829,51

ОБЕД 2 ВАРИАНТ

п/п	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат Здоровье	100	0,80	1,50	3,68	76,85
2	Суп с макаронными изделиями	250	0,40	8,40	18,99	151,21
3	Пюре из крупы гороховой	180	8,39	2,23	24,74	120,78
4	Тефтели мясные с соусом	100	12,51	13,97	13,17	211,87
5	Компот из сухофруктов	180	0,80	0,12	28,79	118,62
6	Хлеб пшеничный	30	2,42	0,30	14,64	72,63
7	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,80
	ИТОГО	860	27,02	27,18	113,67	803,76

«Утверждаю»

Директор МБОУ СОШ с. Новоникольск

Булашова М.В.

«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 14 лет, в муниципальных общеобразовательных учреждениях Уссурийского городского округа

ВТОРНИК 10.10 2023 г

ЗАВТРАК 1 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 молочная "Дружба"	185	7,80	1,41	26,65	180,50
4	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
5	Батон пшеничный	30	2,58	0,15	16,47	76,20
6	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
7	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	ИТОГО	720	21,07	22,91	76,01	591,44

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	Омлет натуральный	150	10,62	6,56	28,84	211,90
3	Зелённый горошек	25	0,90	0,03	2,45	13,75
4	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	5,60	22,20
5	Батон пшеничный	20	1,72	0,10	10,98	50,80
6	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,80
7	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
8	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	ИТОГО	725	20,99	22,80	76,53	593,55

ОБЕД (первая смена)

п/п	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат здоровье	60	0,55	0,00	5,59	58,50
2	Суп с макаронными изделиями	200	0,40	16,96	2,00	220,00
3	Компот из сухофруктов	200	0,89	0,13	31,99	131,80
4	Хлеб пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	48,42
	ИТОГО	480	3,45	17,29	49,34	458,72

ОБЕД 1 ВАРИАНТ (вторая смена)

п/п	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат здоровье	60	0,55	0,00	5,59	58,50
2	Суп с макаронными изделиями	200	0,40	16,96	2,00	220,00
3	Плов	200	18,40	5,57	41,05	217,94
4	Компот из сухофруктов	200	0,89	0,13	31,99	131,80
5	Хлеб пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	48,42
6	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,80
	ИТОГО	700	23,55	23,52	100,05	728,46

ОБЕД 2 ВАРИАНТ

п/п	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат здоровье	60	0,55	0,00	5,59	58,50
2	Суп с макаронными изделиями	200	0,40	16,96	2,00	220,00
3	Гороховое пюре по домашнему	150	12,92	7,10	26,00	57,60
4	Тефтели мясные	90	5,34	0,65	15,89	132,46
5	Компот из сухофруктов	200	0,89	0,13	31,99	131,80
6	Хлеб пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	48,42
7	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,80
	ИТОГО	740	23	26	101	701



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



Меню приготавливаемых блюд (завтраки и обеды) для организаций 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

ВТОРНИК 10.10 2023 г

ЗАВТРАК 1 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 молочная "Дружба"	200	8,45	3,80	24,54	198,23
4	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
5	Батон пшеничный	50	4,30	0,25	27,45	127,00
6	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
	ИТОГО	555	17,84	18,40	75,88	538,57

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	Омлет натуральный	200	12,50	8,93	32,22	266,00
3	Зелённый горошек консервированный	25	0,90	0,02	2,45	13,75
4	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
5	Батон пшеничный	30	2,58	0,15	16,47	76,20
6	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,80
7	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
	ИТОГО	565	18,13	18,21	75,84	549,43

ОБЕД

п/п	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат здоровье	100	0,00	0,00	7,00	23,00
2	Суп с макаронными изделиями	250	0,40	8,40	18,99	151,21
3	Компот из сухофруктов	180	0,80	0,12	28,79	118,62
4	Хлеб пшеничный	30	2,42	0,30	14,64	72,63
	ИТОГО	560	3,62	8,82	69,42	365,46

ОБЕД 1 ВАРИАНТ (2 СМЕНА)

п/п	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат здоровье	100	0,00	0,00	7,00	23,00
2	Суп с макаронными изделиями	250	0,40	8,40	18,99	151,21
3	Плов	200	21,00	17,40	30,20	358,40
4	Компот из сухофруктов	180	0,80	0,12	28,79	118,62
5	Хлеб пшеничный	30	2,42	0,30	14,64	72,63
6	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,80
	ИТОГО	780	26,32	26,88	109,28	775,66

ОБЕД 2 ВАРИАНТ

п/п	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат здоровье	100	0,00	0,00	7,00	23,00
2	Суп с макаронными изделиями	250	0,40	8,40	18,99	151,21
3	Пюре из крупы гороховой	180	8,39	2,23	24,74	120,78
4	Тефтели мясные с соусом	100	12,51	13,97	13,17	211,87
5	Компот из сухофруктов	180	0,80	0,12	28,79	118,62
6	Хлеб пшеничный	30	2,42	0,30	14,64	72,63
7	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,80
	ИТОГО	860	26	26	117	750