



"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**

ЧЕТВЕРГ 19.10 2023 г.

**ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ**

| п/н | Наименование блюд              | выход/гр   | Б            | Ж            | У            | (ккал)        |
|-----|--------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| 1   | Плоды и ягоды свежие           | 100        | 0,40         | 0,20         | 9,90         | 47,00         |
| 2   | Макароны 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   | Плоды 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   | Макароны 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 Григорьев 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

ЧЕТВЕРГ 19.10 2023 г.

### ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ

| п/н | Наименование блюд         | выход/г    | Б            | Ж            | У            | (ккал)        |
|-----|---------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| 1   | Фрукты и ягоды свежие     | 100        | 0,40         | 0,20         | 9,90         | 47,00         |
| 2   | Макароны 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   | Фрукты 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   | 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         | 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> |





Директор МБОУ СОШ с. Новоникольск  
Булашова М.В.

ИП «Союз» Кристина Алексеевна

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

ЧЕТВЕРГ 19.10 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 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         | 2,58         | 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   | Макаронные изделия 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.



ИП Григорьев 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 6 до  
17 лет, в муниципальных общеобразовательных учреждениях Уссурийского  
городского округа

ЧЕТВЕРГ 19 10 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 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   | Фрукты 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/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   | 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/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         | 211,87        |
| 4   | Макаронные изделия 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/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      | 66,00      | 9,66       | 51,80      |
|     | <b>ИТОГО</b>               | <b>860</b> | <b>28</b> | <b>100</b> | <b>117</b> | <b>750</b> |