



МЕНЮ

для обучающихся 5 - 11 классов из многодетных семей,
семей, имеющих среднедушевой доход ниже величины прожиточного минимума,
семей, находящихся в социально опасном положении,
детей – сирот и детей, оставшихся без попечения родителей (дети под опекой и в приемных семьях)
по столовой МАОУ "СОШ № 9" НГО на 06.02-10.02.2023 г.

Питание по типу Завтрака			Питание по типу Завтрака		
Наименование блюд	Выход, г Ккал.		Наименование блюд	Выход, г Ккал.	
Понедельник 06.02					
Макаронные изделия отварные с маслом	180	244	Котлеты рыбные любительские со	100/30	148,6
Оладьи из печени	100	262,3	Пюре картофельное	180	175,6
Свекла отварная с маслом	100	94	Свекла отварная с маслом	100	94
Хлеб ржано-пшеничный	50	98,9	Хлеб пшеничный	50	217,7
Компот из смеси сухофруктов	200	34,8	Компот из смеси сухофруктов	200	34,8
Итого:	630	734	Итого:	650	670,7

Стоимость рациона: 85,00

Вторник 07.02					
Каша рассыпчатая гречневая	180	282	Тефтели мясные со сметанным соусом	230	436
Гуляш из отваной говядины	100	243,3	Капуста тушеная	100	87
Капуста тушеная	100	87	Хлеб ржано-пшеничный	50	98,9
Хлеб ржано-пшеничный	50	98,9	Напиток из кураги	200	69,5
Напиток из кураги	200	69,5			
Итого:	630	780,7	Итого:	580	691,4

Стоимость рациона: 85,00

Среда 08.02					
Пюре картофельное	180	175,6	Пюре из бобовых (горох) с маслом	180	310,3
Рыба (филе) припущенная	100	254,7	Котлеты домашние	100	224
Тушеная морковь с сыром	100	147,2	Тушеная морковь с сыром	100	147,2
Хлеб ржано-пшеничный	50	98,9	Хлеб ржано-пшеничный	50	98,9
Компот из свежемороженых ягод	200	78,7	Компот из свежемороженых ягод	200	78,7
Итого:	630	755,1	Итого:	630	859,1

Стоимость рациона: 85,00

Четверг 09.02					
Макаронные изделия отварные с маслом	150	203	Рагу из овощей	180	186,5
Биточки рубленые из птицы паровые	90	173,1	Голень отварная	100	237,7
Кукуруза консервированная	100	38,8	Кукуруза консервированная	100	38,8
Хлеб пшеничный	20	87,1	Хлеб пшеничный	20	87,1
Хлеб ржано-пшеничный	30	59,4	Хлеб ржано-пшеничный	30	59,4
Напиток из плодов шиповника	200	89,9	Напиток из плодов шиповника	200	89,9
Итого:	590	651,3	Итого:	630	699,4

Стоимость рациона: 85,00

Пятница 10.02					
Плов из отварного мяса	200	512,2	Пельмени из п/ф мясные	200/10	533,8
Огурец соленый	100	13	Огурец соленый	100	13
Хлеб ржано-пшеничный	50	98,9	Хлеб пшеничный	20	87,1
Компот из смеси сухофруктов	200	34,8	Хлеб ржано-пшеничный	30	59,4
			Компот из смеси сухофруктов	200	34,8
Итого:	550	658,9	Итого:	560	728,1

Стоимость рациона: 85,00

Подпись: Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____



МЕНЮ

для обучающихся 5 - 11 классов из многодетных семей,
 семей, имеющих среднедушевой доход ниже величины прожиточного минимума,
 семей, находящихся в социально опасном положении,
 детей – сирот и детей, оставшихся без попечения родителей (дети под опекой и в приемных семьях)
 по столовой МАОУ "СОШ № 9" НГО на 06.02 - 10.02.2023 г.

Завтрак			Завтрак		
Наименование блюд	Выход, г Ккал.		Наименование блюд	Выход, г Ккал.	
Понедельник 06.02					
Кажа жидкая молочная из манной крупы	250	252,9	Вареники с творогом (п/ф) отварные с маслом и сметаной	170/5/20	403,6
Сыр (порциями)	15	54,6	Фрукты консервированные (Ананас/персик)	100	52
Бутерброд с джемом/повидлом	85	276,8	Бутерброд с джемом/повидлом	85	276,8
Чай с сахаром	200	34,8	Чай с сахаром и лимоном	200	35,9
Итого:	550	619,1	Итого:	580	768,3

Стоимость рациона: 85,00

Вторник 07.02					
Омлет с зеленым горошком	200	416,9	Тефтели рыбные тушеные	110	128,22
Пюре картофельное	180	175,6	Пюре картофельное	180	175,6
Хлеб пшеничный	20	87,1	Свекла отварная с маслом	100	94
Хлеб ржано-пшеничный	30	59,4	Хлеб пшеничный	20	87,1
Какао с молоком	200	98,4	Хлеб ржано-пшеничный	30	59,4
			Чай с сахаром	200	34,8
Итого:	550	837,4	Итого:	640	579,12

Стоимость рациона: 85,00

Среда 08.02					
Вареники с творогом (п/ф) отварные с маслом и сметаной	180/5/20	424,3	Хлебцы из печени	100	219,3
Фрукты консервированные (Ананас/персик)	100	52	Каша гречневая рассыпчатая	180	320,6
Кондитерское изделие	30	106,2	Свекла отварная с маслом	100	94
Чай с сахаром	200	34,8	Хлеб ржано-пшеничный	30	59,4
			Чай с сахаром	200	34,8
			Вафли	30	106,2
Итого:	525	617,3	Итого:	640	834,3

Стоимость рациона: 85,00

Четверг 09.02					
Каша овсяная "Геркулес" жидкая	250	205,6	Запеканка рисовая из творога с молочным соусом	150/50	357,1
Сыр (порциями)	15	54,6	Фрукты консервированные (Ананас/персик)	100	52
Бутерброд с джемом/повидлом	85	276,8	Хлеб пшеничный	30	130,6
Кофейный напиток с молоком	200	89,2	Кофейный напиток с молоком	200	89,2
Итого:	550	626,2	Итого:	530	628,9

Стоимость рациона: 85,00

Пятница 10.02					
Котлеты рыбные любительские со сметанным соусом	100/30	117	Омлет с овощами	200	323,6
Пюре картофельное	180	175,6	Тушеная морковь с сыром	100	147,2
Тушеная морковь с сыром	100	147,2	Хлеб пшеничный	20	87,1
Хлеб пшеничный	50	217,7	Хлеб ржано-пшеничный	30	59,4
Чай с сахаром	200	34,8	Чай с молоком или сливками	200	62,2
Итого:	530	692,3	Итого:	550	679,5

Стоимость рациона: 85,00

Подпись: Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

МЕНЮ

Для детей с ОВЗ, детей-инвалидов и лиц, прибывших в экстренном массовом порядке, обучающихся в 5 - 11 классах по столовой МАОУ "СОШ № 9" НГО с 06.02 по 10.02.2023 1 неделя выбор 2

Завтрак			Обед		
Наименование блюда	Выход, г	Ккал.	Наименование блюд	Выход, г	Ккал.
Понедельник 06.02					
Вареники с творогом (п/ф) отварные с маслом и сметаной	170/5/20	403,6	Суп картофельный с бобовыми (горох) на мясном бульоне	250	218,6
Фрукты консервированные (Ананас/персик)	100	52	Котлеты рыбные любительские со сметанным соусом	100/30	148,6
Батон	30	78,6	Пюре картофельное	180	175,6
Печенье	25	104,3	Свекла отварная с маслом	100	94
Чай с сахаром и лимоном	200	35,9	Хлеб пшеничный	50	217,7
			Компот из смеси сухофруктов	200	34,8
Итого:	550	674,4	Итого:	780	886,3
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116	Молоко цельное питьевое	200	116

Стоимость рациона: 140,00

Вторник 07.02					
Наименование блюда	Выход, г	Ккал.	Наименование блюд	Выход, г	Ккал.
Тефтели рыбные тушеные	110	128,22	Суп с макаронными изделиями и картофелем на курином бульоне	250	183,6
Пюре картофельное	180	175,6	Тефтели мясные со сметанным соусом	230	436
Свекла отварная с маслом	100	94	Капуста тушеная	100	87
Хлеб пшеничный	20	87,1	Хлеб ржано-пшеничный	50	98,9
Хлеб ржано-пшеничный	30	59,4	Напиток из кураги	200	69,5
Чай с сахаром	200	34,8			
Итого:	640	579,12	Итого:	830	875
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116	Молоко цельное питьевое	200	116

Стоимость рациона: 140,00

Среда 08.02					
Наименование блюда	Выход, г	Ккал.	Наименование блюд	Выход, г	Ккал.
Хлебцы из печени	100	219,3	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне	250	181
Каша гречневая рассыпчатая	180	320,6	Пюре из бобовых (горох) с маслом	180	310,3
Свекла отварная с маслом	100	94	Котлеты домашние	100	224
Хлеб ржано-пшеничный	30	59,4	Тушеная морковь с сыром	100	147,2
Чай с сахаром	200	34,8	Хлеб ржано-пшеничный	50	98,9
Кондитерское изделие	30	106,2	Компот из свежемороженых ягод	200	78,7
Итого:	640	834,3	Итого:	880	1040,1
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Напиток кисломолочный "Снежок"	200	148	Напиток кисломолочный "Снежок"	200	148

Стоимость рациона: 140,00

Четверг 09.02					
Наименование блюда	Выход, г	Ккал.	Наименование блюд	Выход, г	Ккал.
Запеканка рисовая из творога с молочным соусом	150/50	357,1	Суп Крестьянский с купой на мясном бульоне	250	163,3
Фрукты консервированные (Ананас/персик)	100	52	Рагу из овощей	180	186,5
Хлеб пшеничный	30	130,6	Голень отварная	100	237,7
Кофейный напиток с молоком	200	89,2	Кукуруза консервированная	100	38,8
			Хлеб пшеничный	20	87,1
			Хлеб ржано-пшеничный	30	59,4
			Напиток из плодов шиповника	200	89,9
Итого:	530	628,9	Итого:	880	862,7
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116	Молоко цельное питьевое	200	116

Стоимость рациона: 140,00

Пятница 10.02					
Наименование блюда	Выход, г	Ккал.	Наименование блюд	Выход, г	Ккал.
Омлет с овощами	200	323,6	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне	250	183,1
Тушеная морковь с сыром	100	147,2	Пельмени из п/ф мясные	200/10	533,8
Хлеб пшеничный	20	87,1	Огурец соленый	100	13
Хлеб ржано-пшеничный	30	59,4	Хлеб пшеничный	20	87,1
Чай с молоком или сливками	200	62,2	Хлеб ржано-пшеничный	30	59,4
			Компот из смеси сухофруктов	200	34,8
Итого:	550	679,5	Итого:	700	911,2
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116	Молоко цельное питьевое	200	116

Стоимость рациона: 140,00

МЕНЮ

Для детей с ОВЗ, детей-инвалидов и лиц, либывших в экстренном массовом порядке, обучающихся в 1-4 классах по столовой МАОУ "СОШ № 9" НГО с 06.02 по 10.02.2023 1 неделя выбор 2

Завтрак			Обед		
Наименование блюд	Выход, г Ккал.		Наименование блюд	Выход, г Ккал.	
Понедельник 06.02					
Вареники с творогом (п/ф) отварные с маслом и сметаной	150/5/20	362,2	Суп картофельный с бобовыми (горох) на мясном бульоне	200	172,5
Фрукты консервированные (Ананас/персик)	100	52	Котлеты рыбные любительские со сметанным соусом	90/30	137,2
Бутерброд с джемом/повидлом	85	276,8	Пюре картофельное	150	146,3
Чай с сахаром и лимоном	200	35,9	Свекла отварная с маслом	60	56,1
			Хлеб пшеничный	50	217,7
			Компот из смеси сухофруктов	200	34,8
Итого:	560	726,9	Итого:	780	764,6
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116	Молоко цельное питьевое	200	116

Стоимость рациона: 140,00

Вторник 07.02					
Тефтели рыбные тушеные	110	128,22	Суп с макаронными изделиями и картофелем на курином бульоне	200	146,9
Картофельное пюре	150	249,7	Тефтели мясные со сметанным соусом	230	436
Кукуруза консервированная	60	23,3	Капуста тушеная	60	52,2
Хлеб пшеничный	20	87,1	Хлеб ржано-пшеничный	50	98,9
Хлеб ржано-пшеничный	30	59,4	Напиток из кураги	200	69,5
Чай с сахаром	200	34,8			
Итого:	570	582,52	Итого:	740	803,5
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116	Молоко цельное питьевое	200	116

Стоимость рациона: 140,00

Среда 08.02					
Хлебцы из печени	90	197,4	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне	200	144,5
Каша гречневая рассыпчатая	150	267,2	Пюре из бобовых (горох) с маслом	150	258,6
Свекла отварная с маслом	60	56,1	Котлеты домашние	90	201,6
Хлеб ржано-пшеничный	30	59,4	Тушеная морковь с сыром	60	88,3
Чай с сахаром	200	34,8	Хлеб ржано-пшеничный	50	98,9
Кондитерское изделие	30	106,2	Компот из свежемороженых ягод	200	78,7
Итого:	560	721,1	Итого:	750	870,6
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Напиток кисломолочный "Снежок"	200	148	Напиток кисломолочный "Снежок"	200	148

Стоимость рациона: 140,00

Четверг 09.02					
Запеканка рисовая из творога с молочным соусом	150/30	336,6	Суп Крестьянский с купой на мясном бульоне	200	130,6
Фрукты консервированные (Ананас/персик)	100	52	Рагу из овощей	150	155,4
Хлеб пшеничный	30	130,6	Голень отварная	90	213,9
Кофейный напиток с молоком	200	89,2	Кукуруза консервированная	60	23,3
			Хлеб пшеничный	20	87,1
			Хлеб ржано-пшеничный	30	59,4
			Напиток из плодов шиповника	200	89,9
Итого:	510	608,4	Итого:	750	759,6
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116	Молоко цельное питьевое	200	116

Стоимость рациона: 140,00

Пятница 10.02					
Омлет с овощами	190	307,4	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне	200	146,5
Тушеная морковь с сыром	60	88,3	Пельмени из п/ф мясные	180/10	483
Хлеб пшеничный	20	87,1	Огурец соленый	60	7,8
Хлеб ржано-пшеничный	30	59,4	Хлеб пшеничный	20	87,1
Чай с молоком или сливками	200	62,2	Хлеб ржано-пшеничный	30	59,4
			Компот из смеси сухофруктов	200	34,8
Итого:	500	604,4	Итого:	700	818,6
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116	Молоко цельное питьевое	200	116

Стоимость рациона: 140,00

МЕНЮ

Для детей с ОВЗ, детей-инвалидов и лиц, прибывших в экстренном массовом порядке, обучающихся в 5-11 классах по столовой МАОУ "СОШ № 9" НГО с 06.02 по 10.02.2023 1 неделя выбор 1

Завтрак			Обед		
Наименование блюд	Выход, г Ккал.		Наименование блюд	Выход, г Ккал.	
Понедельник 06.02					
Кажа жидкая молочная из манной крупы	250	252,9	Суп картофельный с бобовыми (горох) на мясном бульоне	250	215,6
Сыр (порциями)	15	54,6	Макаронные изделия отварные с маслом	180	244
Бутерброд с джемом/повидлом	85	276,8	Оладьи из печени	100	262,3
Чай с сахаром	200	34,8	Свекла отварная с маслом	100	94
			Хлеб ржано-пшеничный	50	98,9
			Компот из смеси сухофруктов	200	34,8
Итого:	550	619,1	Итого:	750	949,6
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116	Молоко цельное питьевое	200	116

Стоимость рациона: 140,00

Вторник 07.02					
Омлет с зеленым горошком	200	416,9	Суп с макаронными изделиями и картофелем на курином бульоне	250	183,6
Пюре картофельное	180	175,6	Каша рассыпчатая гречневая	180	282
Хлеб пшеничный	20	87,1	Гуляш из отваной говядины	100	243,3
Хлеб ржано-пшеничный	30	59,4	Капуста тушеная	100	87
Какао с молоком	200	98,4	Хлеб ржано-пшеничный	50	98,9
			Напиток из кураги	200	69,5
Итого:	630	837,4	Итого:	750	964,3
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116	Молоко цельное питьевое	200	116

Стоимость рациона: 140,00

Среда 08.02					
Вареники с творогом (п/ф) отварные с маслом и сметаной	180/5/20	424,3	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне	250	181
Фрукты консервированные (Ананас/персик)	100	52	Пюре картофельное	180	175,6
Кондитерское изделие	30	106,2	Рыба (филе) припущенная	100	254,7
Чай с сахаром	200	34,8	Тушеная морковь с сыром	100	147,2
			Хлеб ржано-пшеничный	50	98,9
			Компот из свежемороженых ягод	200	78,7
Итого:	525	617,3	Итого:	750	936,1
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Напиток кисломолочный "Снежок"	200	148	Напиток кисломолочный "Снежок"	200	148

Стоимость рациона: 140,00

Четверг 09.02					
Каша овсяная "Геркулес" жидкая	250	205,6	Суп Крестьянский с купой на мясном бульоне	250	163,3
Сыр (порциями)	15	54,6	Макаронные изделия отварные с маслом	150	203
Бутерброд с джемом/повидлом	85	276,8	Биточки рубленые из птицы паровые	90	173,1
Кофейный напиток с молоком	200	89,2	Кукуруза консервированная	100	38,8
			Хлеб пшеничный	20	87,1
			Хлеб ржано-пшеничный	30	59,4
			Напиток из плодов шиповника	200	89,9
Итого:	550	626,2	Итого:	840	814,6
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116	Молоко цельное питьевое	200	116

Стоимость рациона: 140,00

Пятница 10.02					
Котлеты рыбные любительские со сметанным соусом	100/30	117	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне	250	183,1
Пюре картофельное	180	175,6	Плов из отварного мяса	200	512,2
Тушеная морковь с сыром	100	147,2	Огурец соленый	100	13
Хлеб пшеничный	50	217,7	Хлеб ржано-пшеничный	50	98,9
Чай с сахаром	200	34,8	Компот из смеси сухофруктов	200	34,8
Итого:	580	692,3	Итого:	800	842
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116	Молоко цельное питьевое	200	116

Стоимость рациона: 140,00

Подпись: Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

Согласовано
Директор МАОУ "СОШ № 9" НГО

Утверждаю
ИП Аракелян В.Е.



МЕНЮ

Для детей с ОВЗ, детей-инвалидов и лиц, вышедших в экстренном массовом порядке, обучающихся в 1 - 4 классах по столовой МАОУ "СОШ № 9" НГО с 06.02 по 10.02.2023 1 неделя выбор 1

Завтрак			Обед		
Наименование блюд	Выход, г Ккал.		Наименование блюд	Выход, г Ккал.	
Понедельник 06.02					
Кажа жидкая молочная из манной крупы	200	202,3	Суп картофельный с бобовыми (горох) на мясном бульоне	200	172,5
Сыр (порциями)	15	54,6	Макаронные изделия отварные с маслом	150	203,3
Бутерброд с джемом/повидлом	85	276,8	Оладьи из печени	90	236,1
Чай с сахаром	200	34,8	Свекла отварная с маслом	60	56,1
			Хлеб ржано-пшеничный	50	98,9
			Компот из смеси сухофруктов	200	34,8
Итого:	500	568,5	Итого:	750	801,7
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116	Молоко цельное питьевое	200	116

Стоимость рациона: 140,00

Вторник 07.02					
Омлет с зеленым горошком	190	396,1	Суп с макаронными изделиями и картофелем на курином бульоне	200	146,9
Кукуруза консервированная	60	23,3	Каша рассыпчатая гречневая	150	235,3
Хлеб пшеничный	20	87,1	Гуляш из отвянутой говядины	90	210,9
Хлеб ржано-пшеничный	30	59,4	Капуста тушеная	60	52,2
Какао с молоком	200	98,4	Хлеб ржано-пшеничный	50	98,9
			Напиток из кураги	200	69,5
Итого:	500	664,3	Итого:	750	813,7
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116	Молоко цельное питьевое	200	116

Стоимость рациона: 140,00

Среда 08.02					
Вареники с творогом (п/ф) отварные с маслом и сметаной	150/5/20	362,2	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне	200	144,5
Фрукты консервированные (Ананас/персик)	100	52	Пюре картофельное	150	146,3
Кондитерское изделие	30	106,2	Рыба (филе) припущенная	90	229,2
Чай с сахаром	200	34,8	Тушеная морковь с сыром	60	88,3
			Хлеб ржано-пшеничный	50	98,9
			Компот из свежемороженых ягод	200	78,7
Итого:	505	555,2	Итого:	750	785,9
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Напиток кисломолочный "Снежок"	200	148	Напиток кисломолочный "Снежок"	200	148

Стоимость рациона: 140,00

Четверг 09.02					
Каша овсяная "Геркулес" жидкая	200	164,5	Суп Крестьянский с купой на мясном бульоне	200	130,6
Сыр (порциями)	15	54,6	Макаронные изделия отварные с маслом	150	203
Бутерброд с джемом/повидлом	85	276,8	Биточки рубленые из птицы паровые	90	173,1
Кофейный напиток с молоком	200	89,2	Кукуруза консервированная	60	23,3
			Хлеб пшеничный	20	87,1
			Хлеб ржано-пшеничный	30	59,4
			Напиток из плодов шиповника	200	89,9
Итого:	500	585,1	Итого:	750	766,4
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116	Молоко цельное питьевое	200	116

Стоимость рациона: 140,00

Пятница 10.02					
Котлеты рыбные любительские со сметанным соусом	90/30	126,7	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне	200	146,5
Пюре картофельное	150	146,3	Плов из отварного мяса	200	512,2
Тушеная морковь с сыром	60	88,3	Огурец соленый	60	7,8
Хлеб пшеничный	50	217,7	Хлеб ржано-пшеничный	50	98,9
Чай с сахаром	200	34,8	Компот из смеси сухофруктов	200	34,8
Итого:	580	613,8	Итого:	710	800,2
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116	Молоко цельное питьевое	200	116

Стоимость рациона: 140,00

Подпись: Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

Согласовано
Директор MAOY "COШ № 9" НГО

Утверждаю
ИП Аракелян В.Е.



МЕНЮ

для детей, обучающихся в 1 – 4 классах (за исключением обучающихся с ОВЗ и детей – инвалидов)
по столовой MAOY "COШ № 9" НГО на 06.02-10.02.2023 г.

Питание по типу Завтрака			Питание по типу Завтрака		
Наименование блюд	Выход, г Ккал.		Наименование блюд	Выход, г Ккал.	
Понедельник 06.02					
Макаронные изделия отварные с маслом	150	203,3	Котлеты рыбные любительские со сметанным	90/30	137,2
Оладьи из печени	90	236,1	Пюре картофельное	150	146,3
Свекла отварная с маслом	60	56,1	Свекла отварная с маслом	60	56,1
Хлеб ржано-пшеничный	50	98,9	Хлеб пшеничный	50	217,7
Компот из смеси сухофруктов	200	34,8	Компот из смеси сухофруктов	200	34,8
Итого:	550	851,8	Итого:	580	592,1
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116	Молоко цельное питьевое	200	116

Стоимость рациона: 85,00

Вторник 07.02					
Каша рассыпчатая гречневая	150	235,3	Тефтели мясные со сметанным соусом	230	436
Гуляш из отваной говядины	90	210,9	Капуста тушеная	60	52,2
Капуста тушеная	60	52,2	Хлеб ржано-пшеничный	50	98,9
Хлеб ржано-пшеничный	50	98,9	Напиток из кураги	200	69,5
Напиток из кураги	200	69,5			
Итого:	550	666,8	Итого:	540	656,6
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116	Молоко цельное питьевое	200	116

Стоимость рациона: 85,00

Среда 08.02					
Пюре картофельное	150	146,3	Пюре из бобовых (горох) с маслом	150	258,6
Рыба (филе) припущенная	90	229,2	Котлеты домашние	90	201,6
Тушеная морковь с сыром	60	88,3	Тушеная морковь с сыром	60	88,3
Хлеб ржано-пшеничный	50	98,9	Хлеб ржано-пшеничный	50	98,9
Компот из свежемороженых ягод	200	78,7	Компот из свежемороженых ягод	200	78,7
Итого:	550	641,4	Итого:	550	726,1
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Напиток кисломолочный "Снежок"	200	148	Напиток кисломолочный "Снежок"	200	148

Стоимость рациона: 85,00

Четверг 09.02					
Макаронные изделия отварные с маслом	150	203	Рагу из овощей	150	155,4
Биточки рубленые из птицы паровые	90	173,1	Голень отварная	90	213,9
Кукуруза консервированная	60	23,3	Кукуруза консервированная	60	23,3
Хлеб пшеничный	20	87,1	Хлеб пшеничный	20	87,1
Хлеб ржано-пшеничный	30	59,4	Хлеб ржано-пшеничный	30	59,4
Напиток из плодов шиповника	200	89,9	Напиток из плодов шиповника	200	89,9
Итого:	550	635,8	Итого:	550	629
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116	Молоко цельное питьевое	200	116

Стоимость рациона: 85,00

Пятница 10.02					
Плов из отварного мяса	200	512,2	Пельмени из п/ф мясные	180/10	483
Огурец соленый	60	7,8	Огурец соленый	60	7,8
Хлеб ржано-пшеничный	50	98,9	Хлеб пшеничный	20	87,1
Компот из смеси сухофруктов	200	34,8	Хлеб ржано-пшеничный	30	59,4
			Компот из смеси сухофруктов	200	34,8
Итого:	510	653,7	Итого:	500	672,1
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116	Молоко цельное питьевое	200	116

Стоимость рациона: 85,00

Подпись: Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

Согласовано
Директор МАОУ "СОШ № 9" НГО

Утверждаю
ИП Аракелян В.Е.

МЕНЮ

для детей, обучающихся в 1 – 4 классах (за исключением обучающихся с ОВЗ и детей – инвалидов)
по столовой МАОУ "СОШ № 9" НГО на 06.02-10.02.2023 г.



Наименование блюд	Выход, г Ккал.		Наименование блюд	Выход, г Ккал.	
Понедельник 06.02					
Кажа жидкая молочная из майной крупы	200	202,3	Вареники с творогом (п/ф) отварные с маслом и сметаной	150/5/20	362,2
Сыр (порциями)	15	54,6	Фрукты консервированные (Ананас/персик)	100	52
Бутерброд с джемом/повидлом	85	276,8	Бутерброд с джемом/повидлом	85	276,8
Чай с сахаром	200	34,8	Чай с сахаром и лимоном	200	35,9
Итого:	500	568,5	Итого:	560	633
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116	Молоко цельное питьевое	200	116

Стоимость рациона: 85,00

Вторник 07.02					
Омлет с зеленым горошком	190	396,1	Тефтели рыбные тушеные	110	128,22
Кукуруза консервированная	60	23,3	Картофельное пюре	150	249,7
Хлеб пшеничный	20	87,1	Кукуруза консервированная	60	23,3
Хлеб ржано-пшеничный	30	59,4	Хлеб пшеничный	20	87,1
Какао с молоком	200	98,4	Хлеб ржано-пшеничный	30	59,4
			Чай с сахаром	200	34,8
Итого:	500	664,3	Итого:	570	582,52
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116	Молоко цельное питьевое	200	116

Стоимость рациона: 85,00

Среда 08.02					
Вареники с творогом (п/ф) отварные с маслом и сметаной	150/5/20	362,2	Хлебцы из пчени	90	197,4
Фрукты консервированные (Ананас/персик)	100	52	Каша гречневая рассыпчатая	150	267,2
Кондитерское изделие	30	106,2	Свекла отварная с маслом	60	56,1
Чай с сахаром	200	34,8	Хлеб ржано-пшеничный	30	59,4
			Чай с сахаром	200	34,8
			Кондитерское изделие	30	106,2
Итого:	505	555,2	Итого:	560	721,1
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116	Молоко цельное питьевое	200	116

Стоимость рациона: 85,00

Четверг 09.02					
Каша овсяная "Геркулес" жидкая	200	164,5	Запеканка рисовая из творога с молочным соусом	150/30	336,6
Сыр (порциями)	15	54,6	Фрукты консервированные (Ананас/персик)	100	52
Бутерброд с джемом/повидлом	85	276,8	Хлеб пшеничный	30	130,6
Кофейный напиток с молоком	200	89,2	Кофейный напиток с молоком	200	89,2
Итого:	500	585,1	Итого:	510	608,4
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116	Молоко цельное питьевое	200	116

Стоимость рациона: 85,00

Пятница 10.02					
Котлеты рыбные любительские со сметанным соусом	90/30	126,7	Омлет с овощами	190	307,4
Пюре картофельное	150	146,3	Тушеная морковь с сыром	60	88,3
Тушеная морковь с сыром	60	88,3	Хлеб пшеничный	20	87,1
Хлеб пшеничный	50	217,7	Хлеб ржано-пшеничный	30	59,4
Чай с сахаром	200	34,8	Чай с молоком или сливками	200	62,2
Итого:	580	613,8	Итого:	500	604,4
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116	Молоко цельное питьевое	200	116

Стоимость рациона: 85,00

Подпись: Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____