

Согласовано
Директор МАОУ СОШ № 23 ИГО

Утверждаю
ИП Аракелян В.Е.

МЕНЮ
для детей, обучающихся в 1-4 классах (за исключением обучающихся с ОВЗ и детей – инвалидов)
по столовой на 09.12-13.12.2024 г. (2-Я СМЕНА)

Вариант 1			Вариант 2		
Питание по типу Завтрака			Питание по типу Завтрака		
Наименование блюд	Выход, г Ккал.		Наименование блюд	Выход, г Ккал.	
Понедельник 09.12					
ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	90	183	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ	90/30	267,7
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	150/10	146,2	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	131,4
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	60	56,1	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	60	56,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	47,4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	47,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	48	95	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	48	95
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	34,8	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	34,8
Итого:	578	562,5	Итого:	603	632,4
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116	Молоко цельное питьевое	200	116

Стоимость рациона: 95,00

Вторник 10.12					
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ СВИНИНЫ	90	209,2	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	90/20	211,5
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150/5	185,7	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150/5	185,7
МОРСКАЯ КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	60	54,1	МОРСКАЯ КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	60	54,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	47,4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	47,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	48	95	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	48	95
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200	119	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200	119
Итого:	575	710,4	Итого:	595	712,7
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116	Молоко цельное питьевое	200	116

Стоимость рациона: 95,00

Среда 11.12					
РЫБА (ФИЛЕ) ПРИПУЩЕННАЯ	90	146	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	90	163,2
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ	150/5	139,4	ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ С МАСЛОМ (ГОРОХ)	150/5	210,3
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	71,4	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	71,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	87,1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	87,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	48	98,9	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	48	98,9
КОМПОТ ИЗ ЯГОД Б/З	200	100,6	КОМПОТ ИЗ ЯГОД Б/З	200	100,6
Итого:	573	643,4	Итого:	573	731,5
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Напиток кисломолочный "Снежок"	200	148	Напиток кисломолочный "Снежок"	200	148

Стоимость рациона: 95,00

Четверг 12.12					
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	90/20	206	БЕДРО КУРИНОЕ ОТВАРНОЕ	90	183,9
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	131,4	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	118,6
ЗЕЛЕННЫЙ ГОРОШЕК	60	23,3	ЗЕЛЕННЫЙ ГОРОШЕК	60	23,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	87,1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	87,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	48	95	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	48	95
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	76,2	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	76,2
Итого:	593	619	Итого:	570	584,1
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116	Молоко цельное питьевое	200	116

Стоимость рациона: 95,00

Пятница 13.12					
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	240	485,2	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	90	265,2
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	7,8	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	131,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	87,1	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	7,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	48	95	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	87,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	34,8	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	48	95
Итого:	568	709,9	Итого:	575	621,3
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116	Молоко цельное питьевое	200	116

Стоимость рациона: 95,00

Подпись: Бухгалтер

Повар-бригадир