

Согласовано:

Директор ИП Комов В Е

*Владимир Е.*  
« 11 » января 2021 г.



Утверждено:

Директор МКОУ СОШ № 7

*Е. В. Бузачова*  
« 11 » января 2021 г.

## МЕНЮ

для организации питания обучающихся общеобразовательных учреждений  
Льготное питание  
( НЕДЕЛЯ )

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества				Стоимость питания
		Белки г	Жиры г	Угле- воды, г	Энерг. ценност ь, ккал	
1	2	3	4	5	6	7
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>						
Каша молочная «Дружба»	200/5	3,5	2,0	21,0	116,0	19-00
Хлеб пшеничный	30	2,21	0,28	22,35	91,28	2-00
Сыр (порционно)	15	3,48	4,43	0,00	54,60	10-00
Чай с лимоном	200	0,07	0,00	15,31	61,62	4-00
<b>ИТОГО:</b>		<b>9,26</b>	<b>6,71</b>	<b>58,66</b>	<b>323,5</b>	<b>35-00</b>
<b>ВТОРНИК</b>						
Картофель отварной с маслом	150	2,86	4,32	23,01	142,35	11-00
Биточки куриные	65	9,43	10,66	6,42	159,32	24-75
Хлеб пшеничный	30	2,21	0,28	22,35	91,28	2-00
Чай с сахаром	200	0,12	0,0	12,04	48,64	3-00
<b>ИТОГО:</b>		<b>14,62</b>	<b>15,26</b>	<b>63,82</b>	<b>440,59</b>	<b>40-75</b>
<b>СРЕДА</b>						
Омлет натуральный	150/5	14,27	22,16	2,65	267,93	35-00
Хлеб пшеничный	30	2,21	0,28	22,35	91,28	2-00
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,00	24,76	94,20	5-00
<b>ИТОГО:</b>		<b>16,88</b>	<b>22,44</b>	<b>49,76</b>	<b>453,41</b>	<b>42-00</b>
<b>ЧЕТВЕРГ</b>						
Каша рассычатая гречневая	150	7,46	5,61	35,84	230,45	12-00
Биточки «Солнышко»	50	17,6	13,4	7,4	220,5	20-00
Чай с сахаром	200	0,12	0,0	12,04	48,64	3-00
Хлеб пшеничный	30	2,21	0,28	22,35	91,28	2-00
<b>ИТОГО:</b>		<b>27,39</b>	<b>19,29</b>	<b>147,86</b>	<b>590,87</b>	<b>37-00</b>
<b>ПЯТНИЦА</b>						
Котлета рыбная	100	14,99	5,06	9,59	143,75	29-25
Рис притушенный с маслом	150/5	3,72	5,44	37,77	215,05	11-00
Хлеб пшеничный	30	2,21	0,28	22,35	91,28	2-00
Чай с сахаром	200	0,12	0,00	12,04	48,64	3-00
<b>ИТОГО:</b>		<b>21,04</b>	<b>10,78</b>	<b>81,75</b>	<b>498,72</b>	<b>45-25</b>

Согласовано:

Директор ИП Комов В Е

«И» января 2021 г.

Утверждено:

Директор МКОУ СОШ № 7

«И» января 2021 г.

## МЕНЮ

для организации питания обучающихся общеобразовательных учреждений  
Льготное питание

(2 НЕДЕЛЯ)

Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества				Стоимость питания
		Белки г	Жиры г	Угле- воды, г	Энерг. ценност ь, ккал	
1	2	3	4	5	6	7
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>						
Каша рисовая молочная	200/5	5,12	6,62	32,61	210,13	19-00
Хлеб пшеничный	30	2,21	0,28	22,35	91,28	2-00
Чай с сахаром	200	0,12	0,0	12,04	48,64	3-00
<b>ИТОГО:</b>		<b>7,45</b>	<b>6,9</b>	<b>67,00</b>	<b>350,05</b>	<b>24-00</b>
<b>ВТОРНИК</b>						
Макаронные изделия отварные	150/5	5,52	4,52	26,45	168,45	12-00
Биточки куриные	65	9,43	10,66	6,42	159,32	24-75
Хлеб пшеничный	30	2,21	0,28	22,35	91,28	2-00
Чай с сахаром	200	0,12	0,0	12,04	48,64	3-00
<b>ИТОГО:</b>		<b>17,28</b>	<b>15,46</b>	<b>67,26</b>	<b>467,69</b>	<b>41-75</b>
<b>СРЕДА</b>						
Картофель отварной с маслом	150	2,86	4,32	23,01	142,35	11-00
Котлета рубленая домашняя	50	7,78	5,78	7,85	114,38	27-00
Хлеб пшеничный	30	2,21	0,28	22,35	91,28	2-00
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,00	24,76	94,20	5-00
<b>ИТОГО:</b>		<b>13,25</b>	<b>10,38</b>	<b>77,97</b>	<b>442,21</b>	<b>45-00</b>
<b>ЧЕТВЕРГ</b>						
Запеканка творожная	100/10	18,56	12,00	21,6	186,4	40-00
Чай с сахаром	200	0,12	0,0	12,04	48,64	3-00
Хлеб пшеничный	30	2,21	0,28	22,35	91,28	2-00
<b>ИТОГО:</b>		<b>20,89</b>	<b>12,28</b>	<b>55,99</b>	<b>326,32</b>	<b>45-00</b>
<b>ПЯТНИЦА</b>						
Бигус «Школьный»	250	8,7	4,1	5,6	126,5	38-25
Хлеб пшеничный	30	2,21	0,28	22,35	91,28	2-00
Чай с лимоном	200	0,07	0,00	15,31	61,62	4-00
<b>ИТОГО:</b>		<b>10,98</b>	<b>4,38</b>	<b>43,26</b>	<b>279,4</b>	<b>44-25</b>