

Утверждаю:  
Организатор питания ИП Комарова А.А.

Утверждаю  
Директор МБОУ *ЕССМ*

1-я неделя

2022 г. (1 день)

## Меню по столовой МБОУ

### Горячее питание для обучающихся

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			

#### Завтрак

#### 1 - 4 классов

5,73	4,74	20,93	150,15	200	Суп молочный с макаронными изделиями	
		11,98	47,89	200	Чай с сахаром	
4,09	4,6	0,49	60	20	Сыр порционный	
0,08	7,25	0,13	66,09	10	Масло порциями	
0,32	29	0,52	88,4	40	Хлеб пшеничный	
0,6	0,6	14,7	70,5	150	Фрукты свежие	
10,82	46,18	48,75	658,99			61-01

#### Завтрак

#### 5 - 11 классов

4,63	3,99	25,76	180	200	Каша гречневая с маслом и сахаром	
3,16	5,51	19,67	145	40/7/5	Бутерброд с сыром, маслом	
0,06	0,02	9,99	40	180	Чай с сахаром	
7,85	9,52	55,42	365			37=

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_  
Повар \_\_\_\_\_  
Медсестра \_\_\_\_\_

Утверждаю:

Организатор питания ИП Комарова А.А.

Утверждаю:

Директор МБОУ Ерош

Гурова М.И.

1-я неделя

2022 г (2 день)

## **Меню по столовой МБОУ**

### **Горячее питание для обучающихся**

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углево.	ККал			

#### **Завтрак**

#### **1 - 4 классов**

16,46	18,5	3,307	246	160	<b>Омлет натуральный запеченный с колбасой или сосисками</b>	
0,93	0,06	1,95	12	30	<b>Горошек зеленый консервированный</b>	
5,71	4,8	20,82	150,86	200	<b>Какао на молоке</b>	
5,45	5,73	32,28	202,74	40	<b>Булочка молочная с орехами</b>	
1,58	0,2	9,66	47	20	<b>Хлеб пшеничный</b>	
0,4	0,3	10,3	47	100	<b>Фрукты свежие</b>	
30,13	29,13	68,02	658,67			<b>61-01</b>

#### **Завтрак**

#### **5 -11 классов**

5,08	4,6	0,28	63	1 шт	<b>Яйцо куриное вареное</b>	
2,13	9,12	12,45	141	150	<b>Свекла отварная с маслом</b>	
5,5	11,95	0,2	130	10	<b>Сыр порциями</b>	
1,58	0,2	9,8	47	30	<b>Хлеб пшеничный</b>	
0,06	0,02	9,99	44	200	<b>Чай с сахаром</b>	
14,35	25,89	32,72	425			<b>37=</b>

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_

Повар \_\_\_\_\_

Медсестра \_\_\_\_\_

Утверждаю:

Организатор питания ИП Комарова А.А.

Утверждаю

Директор МБОУ \_\_\_\_\_

1-я неделя

\_\_\_\_\_ 2022 г. (3 день)

## **Меню по столовой МБОУ**

### **Горячее питание для обучающихся**

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углево.	ККал			

#### **Завтрак**

#### **1 - 4 классов**

12,98	12,69	12,16	214,89	90	<b>Шницель мясной</b>	
0,53	0,74	2,38	18,87	30	<b>Соус томатный</b>	
3,33	3,28	22,66	133,89	150	<b>Картофельное пюре</b>	
0,33	0,06	1,14	7,2	30	<b>Помидоры свежие (соленые) порционные</b>	
3,04	0,36	18,48	88,4	40	<b>Хлеб пшеничный</b>	
0,02		11,91	48,15	15	<b>Мармелад</b>	
0,06	0,01	12,19	50,27	207	<b>Чай с лимоном</b>	
20,28	17,14	80,92	561,67			61-01

#### **Завтрак**

#### **5 - 11 классов**

10,5	18,6	8,74	274	100	<b>Запеканка рисовая с творогом со сметаной</b>	
0,06	0,02	9,99	40	180	<b>Чай с сахаром</b>	
10,56	18,62	18,73	314			37=

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_

Повар \_\_\_\_\_

Медсестра \_\_\_\_\_

Утверждаю:  
Организатор питания ИП Комарова А.А.

Директор МБОУ

Утверждаю

1-я неделя

2022 г. (4 день)

## Меню по столовой МБОУ Горячее питание для обучающихся

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углево	ККал			

### Завтрак

#### 1 - 4 классов

19,33	11,03	25,26	281,81	160	Запеканка творожная с морковью	
0,39	2,25	0,54	24,3	15	Сметана	
3,9	3	17,28	107,88	200	Кофейный напиток с молоком	
4,09	4,6	0,49	60	20	Сыр порционный	
0,8	0,2	7,5	38	100	Фрукты свежие	
3,04	0,36	18,48	88,4	40	Хлеб пшеничный	
31,55	21,43	69,55	600,39			61-01

### Завтрак

#### 5 - 11 классов

6,6	6,4	18,3	176	200	Суп молочный с крупой	
6,02	5,89	19,6	159	40/10	Бутерброд с маслом	
3,16	2,67	15,9	152	180	Кофейный напиток с молоком	
15,78	14,96	53,8	487			37=

Ответственный по питанию

Повар

Медсестра

Утверждаю:

Организатор питания ИП Комарова А.А.

Утверждаю

Директор МБОУ *Е.В.М.*

*УИ*  
1-неделя

2022 г. (5 день)

## **Меню по столовой МБОУ**

### **Горячее питание для обучающихся**

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углево	ККал			

#### **Завтрак**

#### **1 - 4 классов**

15,13	16,66	2,14	219,08	<b>90</b>	<b>Гуляш из говядины</b>	
0,1	0,03	1,1	7	<b>30</b>	<b>Огурец свежий (соленый)</b>	
8,69	2,28	39,4	212,52	<b>150</b>	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>	
0,06	0,01	12,19	50,27	<b>207</b>	<b>Чай с лимоном</b>	
1,58	0,2	9,66	47	<b>20</b>	<b>Хлеб пшеничный</b>	
5,45	5,73	32,28	202,74	<b>40</b>	<b>Булочка молочная с орехами</b>	
<b>31,01</b>	<b>24,91</b>	<b>96,77</b>	<b>738,61</b>			<b>61-01</b>

#### **Завтрак**

#### **5 - 11 классов**

13,31	11,66	30,2	283	<b>250</b>	<b>Суп молочный с макаронными изделиями</b>	
2,45	8,65	15,81	241	<b>30/10</b>	<b>Бутерброд с маслом</b>	
2,32	2,95	0,2	40	<b>10</b>	<b>Сыр порциями</b>	
0,12	0,02	10,2	49	<b>200</b>	<b>Чай с сахаром, лимоном</b>	
<b>18,2</b>	<b>23,28</b>	<b>56,41</b>	<b>613</b>			<b>37=</b>

ответственный по питанию \_\_\_\_\_

Повар \_\_\_\_\_

Медсестра \_\_\_\_\_

Утверждаю:

Организатор питания ИП Комарова А.А.

Утверждаю:

Директор МБОУ

2-я неделя

2022 г. (6 день)

## Меню по столовой МБОУ Горячее питание для обучающихся

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
<b>Завтрак</b>						
<b>1 - 4 классов</b>						
0,33	0,06	1,14	7,2	30	<b>Помидоры свежие (соленые) порционные</b>	
10,86	8,25	12,31	167,36	100	<b>Тефтели рыбные</b>	
3,33	3,28	22,66	133,89	150	<b>Картофельное пюре</b>	
5,71	4,8	20,82	150,86	200	<b>Какао на молоке</b>	
0,08		12	48,6	15	<b>Пастила ванильная</b>	
3,04	0,36	18,48	88,4	40	<b>Хлеб пшеничный</b>	
23,34	16,75	87,41	596,31			61-01

### Завтрак 5 - 11 классов

8,14	9,68	38,39	273	200	<b>Каша "Янтарная" (из пшена с яблоками)</b>	
2,45	7,55	14,62	136	30/10	<b>Бутерброд с маслом</b>	
1,9	1,5	12,6	79	200	<b>Кофейный напиток</b>	
12,49	18,73	65,61	488			37=

ответственный по питанию \_\_\_\_\_

Повар \_\_\_\_\_

Медсестра \_\_\_\_\_

Утверждаю:

Организатор питания ИП Комарова А.А.

Утверждаю:

Директор МБОУ *Е.С.О.М.*

2-я неделя

2022 г. (7 день)

## Меню по столовой МБОУ Горячее питание для обучающихся

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углево	ККал			

### Завтрак

#### 1 - 4 классов

21,62	16,34	24,19	334,67	185	<i>Сырники с морковью</i>	
0,05	0,01	8,62	35,04	15	<i>Соус ягодный</i>	
0,06	0,01	12,19	50,27	207	<i>Чай с лимоном</i>	
3,04	0,36	18,48	88,4	40	<i>Хлеб пшеничный</i>	
0,6	0,6	14,7	70,5	150	<i>Фрукты свежие</i>	
25,37	17,32	78,18	578,88			61-01

### Завтрак

#### 5 -11 классов

10,05	9,25	28,6	164	200/5/5	<i>Каша рисовая молочная с маслом, сахаром</i>	
2,45	7,55	14,62	136	30/10	<i>Бутерброд с маслом</i>	
0,7	1,1	10,4	150	185	<i>Какао с молоком</i>	
13,2	17,9	53,62	450			37=

ответственный по питанию \_\_\_\_\_

Повар \_\_\_\_\_

Медсестра \_\_\_\_\_

Утверждаю:

Организатор питания ИП Комарова А.А.

Утверждаю:

Директор МБОУ

2-я неделя

2022 г. (8 день)

## Меню по столовой МБОУ Горячее питание для обучающихся

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			

### Завтрак

#### 1 - 4 классов

0,39	0,03	1,47	7,81	30	<i>Перец болгарский (овощи соленые)</i>	
21,58	8,71	38,57	320,47	200	<i>Запеканка картофельная с печенью</i>	
0,57	1,23	2,26	22,7	30	<i>Соус сметанный с томатом</i>	
5,71	4,8	20,82	150,86	200	<i>Какао на молоке</i>	
5,45	5,73	32,28	202,74	40	<i>Булочка молочная с орехами</i>	
1,57	0,2	9,66	47	20	<i>Хлеб пшеничный</i>	
35,28	20,69	105,05	751,58			61-01

### Завтрак

#### 5 - 11 классов

18,6	12,9	29,2	224	100	<i>Запеканка манная с творогом со сметаной</i>	
0,06	0,02	9,99	44	200	<i>Чай с сахаром</i>	
18,66	12,92	39,19	268			37=

Ответственный по питанию

Повар

Медсестра

Утверждаю:

Организатор питания ИП Комарова А.А.

утверждаю

Директор МБОУ

2-я неделя

2022 г. (9 день)

## Меню по столовой МБОУ

### Горячее питание для обучающихся

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			

#### Завтрак

#### 1 - 4 классов

0,1	0,03	1,1	7	30	Огурец свежий (соленый)	
10,9	11,39	10,64	189,02	90	Тефтели куриные	
8,69	2,28	39,4	212,52	150	Каша гречневая рассыпчатая	
3,9	3	17,28	107,88	200	Кофейный напиток с молоком	
0,02		11,91	48,15	15	Мармелад	
3,04	0,36	18,48	88,4	40	Хлеб пшеничный	
26,65	17,06	98,81	652,97			61-01

#### Завтрак

#### 5 -11 классов

5,08	4,6	0,28	63	1 шт	Яйцо куриное вареное	
3,13	5,56	14,38	128	140	Капуста тушеная	
4,3	3,9	14,5	116	25/8	Бутерброд с сыром, маслом	
0,12	0,02	10,2	49	200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	
12,63	14,08	39,36	356			37-

Ответственный по питанию

Повар

Медсестра

Утверждаю:

Организатор питания ИП Комарова А.А.

утверждаю

Директор МБОУ

2-я неделя

2022 г. (10 день)

## Меню по столовой МБОУ Горячее питание для обучающихся

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углево.	ККал			

### Завтрак

#### 1 - 4 классов

7,56	8,14	34,25	241,61	205	Каша молочная "Дружба"
		11,98	47,89	200	Чай с сахаром
0,08	7,25	0,13	66,09	10	Масло порционно
4,09	4,6	0,49	60	20	Сыр порционный
3,04	0,36	18,48	88,4	40	Хлеб пшеничный
0,6	0,45	15,45	70,5	150	Фрукты свежие
15,37	20,8	80,78	574,49		

61-01

### Завтрак

#### 5 - 11 классов

18,16	12,91	29,19	221	200	Суп молочный с гречневой крупой
5,1	8,8	37,85	256	75	Булочка молочная
0,08	7,25	0,13	66	10	Масло сливочное порциями
1,9	1,5	12,6	79	200	Кофейный напиток
25,24	30,46	79,77	622		

37-

ответственный по питанию

Повар

Медсестра