

Меню приготовляемых блюд (завтраки и обеды) для организации питания
 детей в возрасте от 11 до 18 лет, в муниципальных бюджетных
 общеобразовательных учреждениях Уссурийского городского округа

ПОНЕДЕЛЬНИК _____ 2024 г.

1 СМЕНА

ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Голень\бедро запеченное	100	7,52	14,65	0,00	161,93
2	Рис отварной	180	6,12	0,93	60,20	273,65
3	Соус красный основной	50	0,90	2,30	0,10	24,70
4	Соки фруктовые,овощные,ягодные	200	1,00	0,20	1,40	11,40
5	Батон пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	47,28
6	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,69
	ИТОГО	560,00	18,00	18,61	76,29	544,65

ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Блинчики с молочным соусом	70	5,60	12,60	13,13	188,32
2	Каша овсяная молочная	250	8,98	5,33	29,28	201,01
3	Батон пшеничный	30	2,42	0,30	14,64	70,94
4	Соки фруктовые,овощные,ягодные	200	1,00	0,20	19,60	83,40
	ИТОГО	550,00	18,00	695,00	695,00	695,00

2 СМЕНА

ОБЕД

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат витаминный	100	1,00	5,23	7,83	82,39
2	Рассольник по ленинградски	250	14,70	11,50	60,13	402,82
3	Картофельное пюре	180	4,50	7,56	32,00	214,04
4	Гуляш	100	8,84	8,07	13,85	163,39
5	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	5,60	22,40
6	Хлеб пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	47,28
7	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,69
	ИТОГО	860,00	31,50	32,89	134,00	958,01

"Утверждаю"
Директор МБОУ СОШ № 28
Г.В.Володько

Согласовано
ИИ Комусиди Э.Д.
Э.Н.Боледова

Менюготавливаемых блюд (завтраки и обеды) для организации питания
детей в возрасте от 11 до 18 лет, в муниципальных бюджетных
общеобразовательных учреждениях Уссурийского городского округа

ВТОРНИК _____ 2024 г.

1 СМЕНА

ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Макароны с сыром	200	15,19	17,87	44,53	399,71
2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	5,60	22,40
3	Батон пшеничный	30	2,42	0,30	14,64	70,94
4	Флоды и ягоды свежие	120	0,48	0,24	11,88	51,60
	ИТОГО	550,00	18,09	18,41	76,65	544,65

ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,10	74,85
2	Омлет	180	14,42	9,75	42,67	316,11
3	Зелёный горошек консервированный	20	0,72	0,02	1,96	10,90
4	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	5,60	22,40
5	Батон пшеничный	20	1,72	0,10	10,98	51,70
6	Хлеб ржаной	20	0,85	0,33	4,83	25,90
7	Флоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	43,00
	ИТОГО	550,00	18,16	18,65	76,04	544,86

2 СМЕНА

ОБЕД

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат здоровье	100	0,27	2,00	12,53	69,20
2	Борщ со сметаной	250	15,75	14,75	52,00	403,75
3	Гороховое пюре по домашнему	180	6,70	8,33	30,46	223,61
4	Тефтели мясные	100	6,14	6,64	7,37	113,80
5	Чай фруктовый с яблоками	200	0,20	0,00	17,10	69,20
6	Хлеб пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	47,28
7	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,69
	ИТОГО	860,00	31,52	32,25	134,05	952,53

"Утверждаю"
Директор МБОУ СОШ № 28
Г.В.Володько

Согласовано
ИП Комусиди Э.Д.
Э.Н.Болелова

Меню представляемых блюд (завтраки и обеды) для организации питания
детей в возрасте от 11 до 18 лет, в муниципальных бюджетных
общеобразовательных учреждениях Уссурийского городского округа

СРЕДА _____ 2024 г.

1 СМЕНА

ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,10	74,85
2	Сыр	20	6,18	0,86	6,70	59,26
3	Каша молочная "Дружба"	250	6,08	7,98	20,25	177,14
4	Чай фруктовый с яблоками	200	0,20	0,00	13,10	53,20
5	Батон пшеничный	40	3,44	0,20	21,96	103,40
6	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	14,49	77,07
	ИТОГО	550,00	18,50	18,28	76,60	544,92

ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,10	74,85
2	Сыр	20	6,18	0,86	6,70	59,26
3	Творожная запеканка с яблочным соусом	250	5,62	7,83	17,67	163,63
4	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	15,80	65,28
5	Батон пшеничный	40	3,44	0,20	21,96	103,40
6	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	14,49	77,07
	ИТОГО	550,00	18,00	18,29	76,72	543,49

2 СМЕНА

ОБЕД

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат из квашеной капусты	100	0,00	3,33	3,35	43,37
2	Суп гречневый	250	13,66	13,60	26,10	281,44
3	Биточки из мяса птицы с соусом	100	8,83	13,91	13,78	215,63
4	Макароны отварные	180	6,12	0,72	60,60	273,36
5	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	15,80	65,28
6	Хлеб пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	47,28
7	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,69
	ИТОГО	860,00	31,23	32,25	134,22	952,05

Меню приготовляемых блюд (завтраки и обеды) для организации питания детей в возрасте от 11 до 18 лет, в муниципальных бюджетных общеобразовательных учреждениях Уссурийского городского округа

Четверг _____ 2024 г.

1 СМЕНА

ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Овощная нарезка	100	0,80	0,10	2,60	14,50
2	Пельмени промышленного производства	190	12,10	16,95	28,98	316,87
3	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	15,80	65,28
4	Батон пшеничный	30	2,42	0,30	14,64	70,94
5	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	14,49	77,07
	ИТОГО	550,00	18,03	18,50	76,51	544,66

ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Блинчики с молочным соусом\джемом	70	5,60	6,60	18,13	154,32
2	Каша пшеничная молочная	250	9,66	11,47	26,20	246,67
3	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	15,80	65,28
4	Батон пшеничный	30	2,58	0,15	16,47	77,55
	ИТОГО	695,00	18,00	18,38	76,60	543,82

2 СМЕНА

ОБЕД

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Овощная нарезка	100	0,80	0,10	2,60	14,50
2	Суп вермишелевый	250	8,20	20,07	69,04	489,59
3	Ленивые голубцы	240	20,04	11,50	43,00	355,66
4	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	20,16
5	Хлеб пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	47,28
6	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,69
	ИТОГО	800,00	31,50	32,20	134,27	952,88

"Утверждаю"

Директор МБОУ СОШ № 28

Т.В.Володько

Согласовано

ИИ

ИИ Комусиди Э.Д.

Э.Н.Болелова

Меню, представляемых блюд (завтраки и обеды) для организации питания детей в возрасте от 11 до 18 лет, в муниципальных бюджетных общеобразовательных учреждениях Уссурийского городского округа

ПЯТНИЦА _____ 2024 г.

1 СМЕНА

ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Ежики мясные	100	10,72	12,36	35,83	297,44
2	Гречка отварная с маслом	180	3,99	3,20	20,52	126,84
3	Соус основной красный	50	0,90	2,30	0,10	14,82
4	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	5,60	22,40
5	Батон пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	47,28
6	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,69
	ИТОГО	560,00	18,07	18,39	76,64	534,47

ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Гуляш	110	8,84	14,07	13,65	216,59
2	Рис отварной с маслом сливочным	180	5,06	3,20	33,08	181,36
3	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	5,60	22,40
4	Батон пшеничный	30	2,42	0,30	14,64	72,63
5	Хлеб ржаной	30	1,70	0,66	9,66	51,38
	ИТОГО	550,00	18,02	18,23	76,63	544,36

2 СМЕНА

ОБЕД

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат из моркови и дайкона	100	0,12	7,70	5,98	93,70
2	Суп гороховый	250	17,23	5,75	88,20	473,47
3	Гречка отварная	180	3,99	3,20	20,52	126,84
4	Голень/бедро запеченное с соусом	100	7,80	14,90	0,00	165,30
5	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	20,16
6	Хлеб пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	47,28
7	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,69
	ИТОГО	840,00	31,60	32,08	134,33	952,44