



СВЕДЕЮ:

Индивидуальный предприниматель
ПЕТР
Иванович П.А. Шкуропатов



СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ ЛСОШ №16 им.
Н.В.Переверзевой

И.Н.Хребтова

МЕНЮ

обучающихся, получающих начальное общее образование 1-4 классов (7-11 лет) (горячий завтрак)

ДЕНЬ 1 - понедельник

Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Каша жидкая молочная из пшеничной крупы	200	25	326
Сыр порциями	15	10	51
Хлеб пшеничный	30	3	70,5
Какао с молоком	200	12	150,8
Фрукты свежие	100	27	47
Итого за день	545	77,00	645,3

ДЕНЬ 2 - вторник

Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Омлет запеченный с сыром	150	36	229,8
Икра кабачковая	30	7	35,7
Чай с сахаром	200	3	58
Фрукты свежие	100	27	96
Хлеб пшеничный	40	4	104,48
Итого за день	520	77,00	523,98

ДЕНЬ 3 - среда

Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Шницель из мяса со сметанным соусом	100	40	173,75
Картофель отварной	150	15	181,5
Салат из квашеной капусты	60	12	50,4
Хлеб пшеничный	30	3	70,5
Чай с лимоном	207	7	60
Итого за день	547	77,00	536,15

ДЕНЬ 4 - четверг

Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Запеканка из творога с молоком сгущеным	165	43	278,565
Чай с сахаром	200	3	58
Фрукты свежие	100	27	38
Хлеб пшеничный	40	4	104,48
Итого за день	505	77,00	479,045

ДЕНЬ 5 - пятница

Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Гуляш 45/45	90	53	118,8
Каша гречневая рассыпчатая	150	8	321
Мармелад	15	5	48,15
Чай с лимоном	207	7	60
Хлеб пшеничный	40	4	94
Итого за день	502	77,00	641,95

ДЕНЬ 6 - понедельник

Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
--------------------	-------------	------	--------------------------------

Каша жидкая молочная из овсяной крупы	200	30	300
Масло (порциями)	10	5	75
Фрукты свежие	100	27	47
Какао с молоком	200	12	112,86
Хлеб пшеничный	30	3	70,5
Итого за второй день	540	77,00	605,36
ДЕНЬ 7 - вторник			
Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Рыба тушеная в томате с овощами	100	53	112
Рис отварной	150	10	228
Салат из свеклы отварной	60	8	59,904
Чай с сахаром	200	3	58
Хлеб пшеничный	30	3	78,36
Итого за день	540	77,0	536,264
ДЕНЬ 8 - среда			
Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Печень по строгановски	100	51	164
Картофельное пюре	150	15	163,5
Чай с сахаром	200	3	58
Хлеб пшеничный	30	3	70,5
Печенье	20	5	64,8
Итого за день	500	77,0	520,8
ДЕНЬ 9 - четверг			
Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Котлеты рубленые из птицы со сметанным соусом	100	48,00	161,407
Макаронные изделия отварные	150	12	224,28
Икра кабачковая	60	7	71,4
Чай с лимоном	207	7	60
Хлеб пшеничный	30	3	70,5
Итого за день	547	77,0	587,587
ДЕНЬ 10 - пятница			
Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Каша молочная "Дружба"	200	55	265,91
Чай с сахаром	200	3	58
Хлеб пшеничный	40	4	70,5
Пряник домашний	60	15	256,1
Итого за день	500	77	650,51
МЕНЮ			
обучающихся, из категории малообеспеченных семей, 5- 11 класс (горячий завтрак)			
ДЕНЬ 1 - понедельник			
Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Каша жидкая молочная из пшеничной крупы	200	25	326
Сыр порциями	15	10	51
Хлеб пшеничный	40	4	94
Какао с молоком	200	12	150,8
Фрукты свежие	100	27	47
Итого за день	555	78,00	668,8
ДЕНЬ 2 - вторник			
Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)

Омлет запеченный с сыром	150	36	229,8
Икра кабачковая	60	7	71,4
Чай с сахаром	200	3	58
Фрукты свежие	100	27	96
Хлеб пшеничный	50	4,01	130,6
Итого за день	560	77,01	585,8
ДЕНЬ 3 - среда			
Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Шницель из мяса со сметанным соусом	100	40	173,75
Картофель отварной	180	15,5	217,8
Салат из квашеной капусты	100	12,5	84
Хлеб пшеничный	40	4	94
Чай с лимоном	207	7	60
Итого за день	627	79,00	629,55
ДЕНЬ 4 - четверг			
Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Запеканка из творога с молоком сгущенным	210	43,2	337,65
Чай с сахаром	200	3	58
Фрукты свежие	100	27	38
Хлеб пшеничный	40	4	104,48
Итого за день	550	77,20	538,13
ДЕНЬ 5 - пятница			
Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Гуляш 50/50	100	53,16	118,8
Каша гречневая рассыпчатая	180	8,01	385,2
Мармелад	15	5	48,15
Чай с лимоном	207	7	60
Хлеб пшеничный	50	4,01	117,5
Итого за день	552	77,18	729,65
ДЕНЬ 6 - понедельник			
Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Каша жидкая молочная из овсяной крупы	200	30	300
Масло (порциями)	10	5	75
Фрукты свежие	100	27	47
Какао с молоком	200	12	112,86
Хлеб пшеничный	40	4	94
Итого за второй день	550	78,00	628,86
ДЕНЬ 7 - вторник			
Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Рыба тушеная в томате с овощами	100	53	112
Рис отварной	180	10,01	273,6
Салат из свеклы отварной	100	9	71,884
Чай с сахаром	200	3	58
Хлеб пшеничный	30	3	78,36
Итого за день	610	78,41	593,844
ДЕНЬ 8 - среда			
Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Печень по строгановски с соусом	130	51,01	164
Картофельное пюре	180	15,01	196,2

Чай с сахаром	200	3	58
Хлеб пшеничный	40	4	94
Печенье	20	5	64,8
Итого за день	570	78,02	577

ДЕНЬ 9 четверг

Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Котлеты рубленые из птицы со сметанным соусом	100	48	161,407
Макаронные изделия отварные	180	12,01	269,14
Икра кабачковая	100	8	119
Чай с лимоном	207	7	60
Хлеб пшеничный	40	4	94
Итого за день	627	79,01	703,547

ДЕНЬ 10 - пятница

Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Каша молочная "Дружба"	245	56,01	325,74
Чай с сахаром	200	3	58
Хлеб пшеничный	40	4	70,5
Пряник домашний	60	15	256,1
Итого за день	545	78,01	710,34

МЕНЮ

горячего питания обучающихся 1-4 классов с ОВЗ (7-11 лет) обед

ДЕНЬ 1 - понедельник

Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Биточки с соусом томатным	100	39	10,8
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	210	10	116,308
Огурцы соленые (порционно)	60	6	
Макаронные изделия отварные с маслом	150	12	224,28
Компот из свежих плодов	200	10	116,6
Хлеб пшеничный	40	4	94
Хлеб ржано-пшеничный	20	2	39,6
Итого за день	780	83	601,588

ДЕНЬ 2 - вторник

Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Рыба тушеная в томате с овощами	100	53	59,904
Суп картофельный с бобовыми	200	3	131
Салат из свеклы отварной	60	8	112
Пюре картофельное	150	15	163,5
Чай с сахаром	200	3	58
Хлеб ржано-пшеничный	20	2	39,6
Хлеб пшеничный	40	4	94
Итого за день	770	88	658,004

ДЕНЬ 3 - среда

Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Салат из квашеной капусты	60	12	50,4
Рассольник Ленинградский	200	5	121,506
Плов из птицы	200	48	327
Компот из смеси сухофруктов	200	8	124
Хлеб пшеничный	40	4	94
Хлеб ржано-пшеничный	20	2	39,6
Итого за день	720	79	756,506

ДЕНЬ 4 - четверг

Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Икра кабачковая	60	7	13,5
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	9	119,458
Тефтели куриные	100	38,99	179,34
Капуста тушеная	150	15	157,49
Чай с лимоном	200	7	60
Хлеб ржано-пшеничный	20	2	39,6
Хлеб пшеничный	50	4,01	94
Итого за день	780	83	663,388

ДЕНЬ 5 - пятница

Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Винегрет овощной	60	6	76,346
Суп картофельный с крупой (рисовый)	200	6	90,4
Шницель со сметанным соусом	100	40	173,75
Картофель отварной	150	15	181,5
Компот из свежих плодов	200	10	116,6
Хлеб ржано-пшеничный	20	2	39,6
Хлеб пшеничный	40	4	94
Итого за день	770	83	772,196

ДЕНЬ 6 - понедельник

Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Помидоры соленые (порционно)	60	6	18
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	210	7	137,298
Гуляш	90	53	118,8
Каша гречневая рассыпчатая	150	8	321
Чай с сахаром	200	3	58
Хлеб пшеничный	40	4	94
Хлеб ржано-пшеничный	20	2	39,6
Итого за день	770	83	786,698

ДЕНЬ 7 - вторник

Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Салат из свеклы отварной	60	8	59,904
Суп картофельный с бобовыми	200	3	131
Плов из птицы	200	48	327
Компот из смеси сухофруктов	200	8	124
Хлеб пшеничный	40	4	94
Хлеб ржано-пшеничный	20	2	39,6
Итого за день	720	73	775,504

ДЕНЬ 8 - среда

Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Салат из квашеной капусты	60	12	50,4
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	9	119,458
Тефтели с томатным соусом	90	41	235
Каша ячневая рассыпчатая	150	8	245
Чай с лимоном	207	7	60
Хлеб пшеничный	40	4	94
Хлеб ржано-пшеничный	20	2	39,6
Итого за день	767	83	843,458

ДЕНЬ 9 - четверг

Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Икра кабачковая	60	7	71,4
Суп картофельный с крупой (пшеница)	200	9	93,2
Жаркое по-домашнему	200	55	343,63
Компот из свежих плодов	200	10	116,6
Хлеб ржано-пшеничный	20	2	39,6
Хлеб пшеничный	40	4	94
Итого за день	720	87	758,43

ДЕНЬ 10 - пятница

Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Винегрет овощной	60	6	76,346
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	210	13	106,145
Птица тушеная в сметанном соусе	100	45	221
Пюре картофельное	150	15	163,5
Чай с сахаром	200	3	58
Хлеб пшеничный	40	4	94
Хлеб ржано-пшеничный	20	2	39,6
Итого за день	780	88	758,591

МЕНЮ

обучающихся 5- 11 классов с ОВЗ (горячий завтрак,обед)

(ДЕНЬ 1 - понедельник)**завтрак**

Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Каша жидкая молочная из пшеничной крупы	200	25	326
Сыр порциями	15	10	51
Хлеб пшеничный	40	4	94
Какао с молоком	200	12	150,8
Фрукты свежие	100	27	47
Итого за день	555	78	668,8

обед

Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Биточки с соусом томатным	100	39	173,75
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	10,01	144
Огурцы соленые (порционно)	100	6,01	18
Макаронные изделия отварные с маслом	180	12,01	269,14
Компот из свежих плодов	200	10	116,6
Хлеб пшеничный	50	4,01	117,5
Хлеб ржано-пшеничный	30	3	59,4
Итого за день	660	84,04	898,39

ДЕНЬ 2 - вторник**завтрак**

Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Омлет запеченный с сыром	150	36	229,8
Икра кабачковая	60	7	71,4
Чай с сахаром	200	3	58
Фрукты свежие	100	27	96
Хлеб пшеничный	50	4,01	130,6

Итого за день	560	77,01	585,8
обед			
Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Рыба тушеная в томате с овощами	100	53	112
Суп картофельный с бобовыми	250	3,1	163,75
Салат из свеклы отварной	100	10	99,84
Пюре картофельное	180	15,01	196,2
Чай с сахаром	200	3	58
Хлеб ржано- пшеничный	30	2	59,4
Хлеб пшеничный	50	4	117,5
Итого за день	910	90,11	806,69
ДЕНЬ 3 - среда			
завтрак			
Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Шницель из мяса со сметанным соусом	100	40	173,75
Картофель отварной	180	15,5	217,8
Салат из квашеной капусты	100	14	84
Хлеб пшеничный	40	4	94
Чай с лимоном	207	7	60
Итого за день	627	80,5	629,55
обед			
Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Салат из квашеной капусты	100	12,5	84
Рассольник Ленинградский	250	5,01	151,883
Плов из птицы	200	48	327
Компот из смеси сухофруктов	200	8	124
Хлеб пшеничный	50	4,01	117,5
Хлеб ржано- пшеничный	30	3	59,4
Итого за день	830	80,52	863,783
ДЕНЬ 4 - четверг			
завтрак			
Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Запеканка из творога с молоком сгущенным	210	43,2	337,65
Чай с сахаром	200	3	58
Фрукты свежие	100	27	38
Хлеб пшеничный	40	4	104,48
Итого за день	550	77,2	538,13
обед			
Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Икра кабачковая	100	7,01	119
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	9,01	149,322
Тефтели куриные	100	38,99	179,34
Капуста тушеная	180	15,5	188,99
Чай с лимоном	207	7	60
Хлеб ржано-пшеничный	30	3	59,4
Хлеб пшеничный	50	4,01	117,5
Итого за день	917	84,52	873,552
ДЕНЬ 5 - пятница			
завтрак			
Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)

Гуляш 50/50	100	53,16	118,8
Каша гречневая рассыпчатая	180	8,01	385,2
Мармелад	15	5	48,15
Чай с лимоном	207	7	60
Хлеб пшеничный	50	4,01	117,5
Итого за день	552	77,18	729,65
обед			
Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Винегрет овощной	100	0,89	127,24
Суп картофельный с крупой (рисовый)	250	6,01	113
Шницель со сметанным соусом	100	40	173,75
Картофель отварной	180	15,5	217,8
Компот из свежих плодов	200	10	116,6
Хлеб ржано-пшеничный	30	3	59,4
Хлеб пшеничный	50	4,01	117,5
Итого за день	910	79,41	925,29
ДЕНЬ 6 - понедельник			
завтрак			
Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Каша жидкая молочная из овсяной крупы	200	30	300
Масло (порциями)	10	5	75
Фрукты свежие	100	27	47
Какао с молоком	200	12	112,86
Хлеб пшеничный	40	4	94
Итого за второй день	550	78	628,86
обед			
Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Помидоры соленные (порционно)	100	6,01	30
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	260	7,01	169,988
Гуляш	100	53,16	118,8
Каша гречневая рассыпчатая	180	8,01	385,2
Чай с сахаром	200	3	58
Хлеб пшеничный	40	4	59,4
Хлеб ржано-пшеничный	30	3	94
Итого за день	910	84,19	915,388
ДЕНЬ 7 - вторник			
завтрак			
Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Рыба тушеная в томате с овощами	100	53	112
Рис отварной	180	10,01	273,6
Салат из свеклы отварной	100	10	71,884
Чай с сахаром	200	3	58
Хлеб пшеничный	30	3	78,36
Итого за день	610	79,01	593,844
обед			
Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Салат из свеклы отварной	100	10	99,84
Суп картофельный с бобовыми	250	3,1	163,75
Плов из птицы	200	48	327

Компот из смеси сухофруктов	200	8	124
Хлеб пшеничный	50	4,01	117,5
Хлеб ржано- пшеничный	30	3	59,4
Итого за день	830	73,48	891,49
ДЕНЬ 8 - среда			
завтрак			
Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Печень по строгановски с соусом	130	51,01	164
Картофельное пюре	180	15,01	196,2
Чай с сахаром	200	3	58
Хлеб пшеничный	40	4	94
Печенье	20	5	64,8
Итого за день	570	78,02	577
обед			
Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Салат из квашеной капусты	100	12,5	84
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	9,01	149,322
Тефтели с томатным соусом	100	41,01	261,1
Каша ячневая рассыпчатая	180	8,01	294
Чай с лимоном	207	7	60
Хлеб пшеничный	50	4,01	117,5
Хлеб ржано-пшеничный	30	3	59,4
Итого за день	917	84,54	1025,322
ДЕНЬ 9 четверг			
завтрак			
Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Котлеты рубленые из птицы со сметанным соусом	100	43	161,407
Макаронные изделия отварные	180	12,01	269,14
Икра кабачковая	100	8	119
Чай с лимоном	207	7	60
Хлеб пшеничный	40	4	94
Итого за день	627	74,01	703,547
обед			
Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Икра кабачковая	100	7,01	119
Суп картофельный с крупой (пшеница)	250	9,01	93,2
Жаркое по-домашнему	200	55	343,63
Компот из свежих плодов	200	10	116,6
Хлеб ржано-пшеничный	30	3	59,4
Хлеб пшеничный	50	4,01	117,5
Итого за день	830	88,03	849,33
ДЕНЬ 10 - пятница			
завтрак			
Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Каша молочная "Дружба"	245	56,01	325,74
Чай с сахаром	200	3	58
Хлеб пшеничный	40	4	70,5
Пряник домашний	60	15	256,1
Итого за день	545	78,01	710,34
обед			

Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Винегрет овощной	100	0,89	127,24
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/10	13,01	131,42
Птица тушеная в сметанном соусе	100	45	221
Пюре картофельное	180	15,01	196,2
Чай с сахаром	200	3	58
Хлеб пшеничный	50	4,01	117,5
Хлеб ржано- пшеничный	30	3	59,4
Итого за день	660	83,92	910,76