

Утверждаю:
Ген. директор ООО "Общепит"
М.А.Сейфуллина

Согласовано:
Директор МБОУ "Ст.Урмарская СОШ

Меню для 5-11 классов.
Понедельник 1 день

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Углевод ы	Ккал
Завтрак						
Сыр порц.	22,99	25	5,75	5,97	0	90
Каша молочная пшенная с маслом	24,85	210/200/ 10	8,53	12,28	43,61	320,3
Кофейный напиток с молоком	16,51	200	3,12	2,51	24,69	146,3
Хлеб пшеничный	3,43	40	1,52	0,16	9,72	47,6
Мандарины	31,92	100	0,8	0,3	8,1	40
Итого :	99,7		19,72	21,22	86,12	644,2
Обед						
Помидоры св.порционные	13,34	100	1,1	0,2	3,5	22
Суп картофельный с горохом, с мясом	9,52	250	5,13	5,33	19,5	148,3
Котлеты рублен.с говяд.и свиной, с соусом	31,57	100/50/5 0	8,34	10,46	11,9	172,9
Макароны отварные	12,34	200	7,17	6,24	43,19	262,49
Чай с фруктовым соком	6,83	200	0,54	0,1	8,58	33
Хлеб ржаной	4,38	60	3,12	0,36	0	98
Итого :	77,98		25,85	27,85	92,57	805,33

Старший повар
Технолог

Т.С.Скворцова

Утверждаю:
Ген. директор ООО "Общепит"
М.А. Сейфуллина

Согласовано:
Директор МБОУ "Челкасинская ОО

Меню для 5-11 классов.
Вторник 2 день

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Углево ды	Ккал
Завтрак						
Каша молочная из овсяных хлопьев с маслом	31,92	260/250 /10	9,45	16,52	40,25	347,8
Какао с молоком	16,68	200	3,79	3,2	25,81	143
Бутерброд с повидлом	13,61	55	2,38	4,39	27,11	156,7
Хлеб пшеничный	3,43	40	3,04	0,32	19,44	95,2
Итого :	65,64		18,66	24,43	112,6	742,7
Обед						
Огурцы свежие порц.	12	100	0,7	0,1	1,8	12
Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом	9,23	250	2,82	2,79	20,9	122
Тефтели рубленые с говядиной, с соусом	50,64	110/60/ 50	7,47	8,37	8,05	139,1
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	12,49	210/200 /10	11,64	8,7	57,26	359,9
Компот из смеси сухофруктов	5,23	200	0,57	0	32,31	126,05
Хлеб ржаной	4,38	60	3,12	0,36	0	98
Итого :	93,97		29,1	32,5	125	999

Старший повар
Технолог

Т.С. Скворцова

Т.С. Скворцова

Утверждаю:

Ген. директор ООО "Общепит"
 М.А.Сейфуллина

Согласовано:

Директор МБОУ "Челкасинская ОО

 А.П.Ларионов

Меню для 5-11 классов.

Среда 3 день

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Углево ды	Ккал
Завтрак						
Масло сливочное	12,2	10	0,05	8,25	0,08	74,8
Запеканка творожная с молоком сгущ.	103,21	215/180 /35	31,68	23,99	37,47	493,3
Чай с лимоном	4,33	200/15/ 7	0,16	0,03	15,2	59,16
Хлеб пшеничный	3,43	40	3,04	0,32	19,44	95,2
Яблоки свежие	7,8	100	0,4	0,4	9,8	45
Итого :	130,97		35,33	32,99	81,99	767,5
Обед						
Салат из квашенной капусты с раст.маслом	11,58	100	1,59	4,99	7,12	81,19
Борщ с капустой картофелем со смет.,с мясом	13,61	255/250 /5	4,09	8,23	13,4	141
Рыба припущенная с соусом	31,77	100/50/ 50	9,29	1,78	3,29	65,76
Пюре картофельное	25,96	230	4,78	12,5	30,2	253
Яйцо вареное	6	40	5,08	4,6	0,28	62,8
Компот из изюма	8,17	200	0,36	0	28,06	108,83
Хлеб ржаной	4,38	60	3,12	0,36	0	98
Итого :	101,47		28,1	32,5	69,3	759

Старший повар
Технолог



Т.С.Скворцова



Утверждаю:

Ген. директор ООО "Общепит"
М.А.Сейфуллина



Согласовано:

Директор МБОУ "Челкасинская ОО"

А.Р. Морозов

Меню для 5-11 классов.

Четверг 4 день

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Углево ды	Ккал
Завтрак						
Бутерброд с сыром	22,48	50	5,76	7,95	14,62	162,8
Каша из риса и пшена с маслом	27,31	260/250 /10	7,4	14,12	40,97	321
Чай с сахаром	2,2	200/15	0,1	0,03	14,99	56,85
Хлеб пшеничный	3,43	40	3,04	0,32	19,44	95,2
Итого :	55,42		16,3	22,42	90,02	635,8
Обед						
Салат из свеклы	4,13	100	1,35	6,08	7,87	89,85
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной, с мясом	11,27	255/250 /5	3,95	8,34	8,16	128
Биточки рубленые говядиной, свиной с соусом	41,92	100/50/ 50	7,93	12,29	10,2	180,63
Макароны отварные	12,34	200	7,17	6,24	43,19	262,49
Компот из чернослива	7,27	200	0,34	0	23,65	92-81
Хлеб ржаной	4,38	60	2,92	0,52	14,2	75,6
Итого :	81,31		21,42	31,33	106,48	797,6

Старший повар
Технолог

Скворцова Т.С.

Скворцова Т.С.

Утверждаю:
Ген. директор ООО "Общепит"
М.А.Сейфуллина



Согласовано:
Директор МБОУ "Челкасинская ОО



А.Р. Ларин

Меню для 5-11 классов.

Пятница 5 день

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Углево ды	Ккал
Завтрак						
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	12,49	200	11,64	8,7	57,26	359,9
Сыр порциями	22,99	25	5,75	5,97	0	90
Какао с молоком	16,68	200	3,79	3,2	25,81	143
Мандарины	19,8	100	0,8	0,3	8,1	40
Хлеб пшеничный	3,43	40	3,04	0,32	19,44	95,2
Итого :	75,39		25,02	18,47	110,6	728,1
Обед						
Помидоры св.порц	21,43	100	1,34	10,11	6,86	124,3
Рассольник Ленинградский со сметаной, с мясом	16,26	255/250 /5	4,33	8Ю44	17	165
Птица тушенная в смет.с соусом	27,88	50/50/1 00	14,42	19,99	2,95	113,6
Картофель отварной	16,69	230	4,45	7,26	34,1	222
Компот из св.яблок	5,18	200	0,16	0,16	27,87	108,96
Хлеб ржаной	4,38	60	2,92	0,52	14,2	75,6
Итого :	91,82		27,8	46,3	88,7	832

Старший повар

А.Р. Ларин

Технолог

Скворцова Т.С.

Скворцова Т.С.



Утверждаю:
Ген. директор ООО "Общепит"
М.А. Сейфуллина



Согласовано:
Директор МБОУ "Челкасинская ОО

Меню для 5-11 классов.

Понедельник 7 день

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Углево ды	Ккал
Завтрак						
Бутерброд с сыром	22,48	50	5,76	7,95	14,62	162,8
Каша молочная рисовая с маслом	26,09	210/200 /10	5,89	11,16	38,83	281,3
Какао с молоком	16,68	200	3,79	3,2	25,81	143
Хлеб пшеничный	3,43	40	1,52	0,16	9,72	47,6
Яблоки	7,8	100	0,4	0,4	9,8	45
Итого :	76,48		17,4	22,9	99	680
Обед						
Салат из огурцов и помидоров	18,35	100	1,35	6,08	7,87	89,85
Суп картофельный с горохом, с мясом	9,37	250	7,22	7,52	19,7	178
Биточки рубленые с соусом	41,92	100/50/ 50	7,93	12,29	10,2	180,63
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	12,49	200	11,6	8,7	57,3	360
Компот из кураги	9,8	200	1,08	0	31,33	124,18
Хлеб ржаной	4,38	60	2,92	0,52	14,2	75,6
Итого :	96,31		30,21	32,76	126,16	1000,9

Старший повар
Технолог

Т.С.Скворцова



Утверждаю:
Генеральный директор ООО "Общепит"
М.А.Сейфуллина



Согласовано:
Директор МБОУ "Челкасинская ОО

Меню для 5-11 классов.
Вторник 8 день

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Углево ды	Ккал
Завтрак						
Запеканка творожная со сметан.соусом	102,89	215/180 /35	28,74	21,95	23,41	409,5
Чай с сахаром	2,2	200/15	0,1	0,03	14,99	56,85
Бутерброд с повидлом	13,61	55	2,38	4,39	27,11	156,7
Хлеб пшеничный	3,43	40	3,8	0,4	24,3	119
Яйцо вареное	6	40	5,08	4,6	0,28	62,8
Итого :	128,13		39,34	31,29	85,23	781,1
Обед						
Салат из квашенной капусты	11,58	100	1,34	10,11	6,86	124,3
Борщ с капустой,картофелем со сметаной, с мясом	13,61	255/250 /5	4,09	8,23	13,4	141
Котлеты из птицы рубленые с соусом	27,22	100/50/ 50	9,79	10,39	10,8	110,05
Рис отварной	17,96	200	4,88	7,31	47,82	259,42
Компот из сухофруктов	5,23	200	0,57	0	32,31	126,05
Хлеб ржаной	4,38	60	2,92	0,52	14,2	75,6
Итого :	79,98		23,8	37,2	111	866

Старший повар
Технолог

Т.С.Скворцова



Утверждаю:

Ген. директор ООО "Общепит"
М.А.Сейфуллина



Согласовано:

Директор МБОУ "Челкасинская ОО

Меню для 5-11 классов.

Среда 9 день

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Углево ды	Ккал
Завтрак						
Масло сливочное порц.	12,2	10	0,05	8,25	0,08	74,8
Каша молочная пшениная с маслом	24,58	210/200 /10	8,53	12,28	43,61	320,3
Чай с фруктовым соком	6,53	200	0,54	0,1	8,58	33
Хлеб пшеничный	3,43	40	3,04	0,32	19,44	95,2
Груша св.порциями	20,4	100	0,4	0,3	9,5	42
Итого :	67,14		12,56	21,25	81,21	565,3
Обед						
Помидоры св.порц.	21,43	100	2,4	7,49	11,52	125,1
Суп с макаронными изделиями, с мясом	8,51	250	4,45	7,22	15,8	148
Котлеты рыбные с соусом	23,08	100/50/ 50	7,21	5	10,92	118,76
Пюре картофельное	25,96	230	4,78	12,51	30,23	253,4
Компот из чернослива	7,27	200	0,34	0	23,65	92-81
Хлеб ржаной	4,38	60	2,92	0,52	14,2	75,6
Итого :	90,63		20,66	30,67	109,73	802,58

Старший повар
Технолог

Т.С.Скворцова



Утверждаю:
Ген. директор ООО "Общепит"
М.А. Сейфуллина



Согласовано:
Директор МБОУ "Челкасинская ОО"

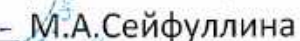
Меню для 5-11 классов.

Четверг 10 день

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Углево ды	Ккал
Завтрак						
Бутерброд с маслом сливочным	14,77	40	2,33	8,49	14,66	146,2
Макароны отварные с сыром	27,8	205/200 /5	10,95	9,41	38,33	286,3
Какао с молоком	16,68	200	3,79	3,2	25,81	143
Хлеб пшеничный	3,29	40	3,04	0,32	19,44	95,2
Яйцо вареное	6	40	5,08	4,6	0,28	62,84
Яблоки св. порциями	7,8	100	0,4	0,4	9,8	45
Итого :	76,34		25,59	26,42	108,3	778,5
Обед						
Огурцы свежие порц.	12	100	1,48	5,08	8,98	86,07
Суп крестьянский с крупой, с мясом	9,37	250	4,03	7,16	14,3	139
Плов из птицы	46,32	250	24,5	32,2	45,7	563
Компот из изюма	8,17	200	0,36	0	28,06	108,83
Хлеб ржаной	4,38	60	2,92	0,52	14,2	75,6
Итого :	80,24		31,35	42,63	97,02	965,35

Старший повар
Технолог

Т.С.Скворцова



А. П. Воронцов

Пятница 11 день

Т.С.Скворцова



Утверждаю:

Ген. директор ООО "Общепит"
М.А.Сейфуллина

Согласовано:

Директор МБОУ "Челкасинская ОО

А. Р. Маринин

Меню для 5-11 классов.

Пятница 11 день

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Углево ды	Ккал
Завтрак						
Каша полбяная молочная с маслом	29,41	260/250 /10	ноя.47	дек.62	46-01	351,1
Кофейный напиток с молоком	13,06	200	3,12	2,51	24,69	146,3
Хлеб пшеничный	3,43	40	3,04	0,32	19,44	95,2
Мандарины св. порц.	19,8	100	0,8	0,3	8,1	40
Итого :	65,7		18-43	15,75	98,24	632,6
Обед						
Салат из свеклы	4,13	100	1,35	6,08	7,87	89,85
Суп картофельный с макарон.изд.,с мясом	9,23	250	4,95	4,98	21	151
Птица тушеная в соусе	27,88	100/50/ 50	14,42	19,99	2,95	113,6
Каша гречневая рассыпчатая	12,49	200	11,18	8,14	55,02	343,82
Компот из яблок	5,18	200	0,16	0,16	27,87	108,96
Хлеб ржаной	4,38	60	2,92	0,52	14,2	75,6
Итого :	63,29		35,6	40,3	117	921

Старший повар
Технолог

Т.С. Скворцова

Т.С.Скворцова