



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ

А.Ф. Комаров

Комаров А.Ф.



МЕНЮ

« 21 » марта 2022г.

Горячий завтрак

13 день

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Салат из огурцов с маслом и зеленью	60	0,6	3,15	1,8	54,66	21,07
Кура запеченая	100	16,20	15,10	0,70	203,50	33,51
Макароны отварные овощами	130/20	5,82	1,90	37,08	176,00	9,24
Напиток витаминизированный	200	12,04	5,56	1,36	88,80	13,12
Хлеб Дарницкий (нарезной)	20	3,30	0,60	17,10	86,00	1,30
Хлеб "Рябинушка" пшеничный	25	2,43	0,30	14,64	57,20	1,76
Стоимость дня						80,00

Зав. Столовой *Кашова*

Мед. Работник *Зинь*





УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАОУ СОШ

Комарова Комарова



МЕНЮ

« 21 » марта 2022г.

Горячий обед

13 день

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Горошек консервированный	40	1,98	0,18	5,67	31,05	6,90
Суп картофельный с фрикадельками	250/30	7,80	8,57	11,24	229,61	36,59
Жаркое по - домашнему	200	8,50	10,71	26,81	237,41	53,28
Напиток витаминизированный	200	0,45	0,16	21,63	85,98	9,44
Хлеб "Дарницкий" (нарезка)	25	1,65	0,30	8,55	43,00	1,63
Хлеб "Рябинушка" пшеничный нарезной	25	2,25	0,25	12,20	48,50	1,76
Стоимость дня					109,62	109,60

Зав. Столовой *Комарова*

Мед. Работник *Даш*





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ

Пашу

Комарова



МЕНЮ

« 22 » марта 2022г.

Горячий завтрак

15день

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Винегрет овощной	80	1,50	5,00	14,90	111,00	14,11
Тефтели рыбные	90	11,00	8,04	17,80	190,30	27,00
Пюре картофельное	150	3,25	4,70	22,01	143,76	24,94
Кофейный напиток	200	2,10	2,90	21,40	124,00	8,59
Хлеб Дарницкий (нарезной)	50	1,12	0,22	11,58	45,00	3,25
Хлеб "Рябинушка" пшеничный (нарезной)	30	1,97	0,25	13,28	56,74	2,11
Стоимость дня						80,00

Зав. Столовой *Хашов*

Мед. Работник *Даш*





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ

Комарова



МЕНЮ

« 22 » марта 2022г.
Горячий обед

15 день

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Нарезка из соленых огурцов	30	0,40	0,10	0,90	7,15	9,61
Суп - пюре овощной на мясном	250/14/10	4,87	6,03	9,14	155,00	23,10
Азу по-татарски	90	11,90	12,50	12,00	173,51	53,42
Гречка отварная рассыпчатая	150	3,25	4,70	22,01	143,76	9,96
Компот из кураги	200	0,45	0,06	20,63	85,98	10,12
Хлеб "Дарницкий" (нарезка)	25	1,65	0,30	8,55	43,00	1,63
Хлеб "Рябинушка" пшеничный	25	2,25	0,25	12,20	48,50	1,76
Стоимость дня					109,6	109,60

Зав. Столовой *Хашов*

Мед. Работник *Даш*

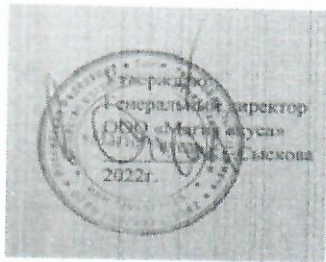




УТВЕРЖДАЮ
Директор MAOU СОШ

Паша

Комаров



МЕНЮ

« 23 » марта 2022г.

Горячий завтрак

16день

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Суп с макаронными изделиями,картофелем и курицей	250/8	5,98	3,66	22,60	130,00	17,20
Пирог " Царский "	80	7,50	9,00	34,23	183,00	26,91
Кисель с витаминами "Витошка"	200	0,00	0,00	20,00	80,00	12,56
Хлеб Дарницкий (нарезной)	20	1,12	0,22	11,58	55,25	1,30
Хлеб "Рябинушка" пшеничный	20	1,97	0,25	13,28	56,74	1,40
Фрукт(яблоко)	115	0,66	0,38	14,25	120,00	20,63
Стоимость дня						80,00

Зав. Столовой *Хашов*

Мед. Работник *Линь*





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ

Комаров

Комаров



МЕНЮ

« 23 » марта 2022г.

Горячий обед

16 день

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Нарезка из свежих помидоров с	40	0,67	3,50	3,90	50,50	13,47
Свекольник с мясом со сметаной	250/8/10	5,79	6,21	12,93	195,00	29,34
Котлета по-волжски с соусом	80/50	17,15	10,25	21,83	208,13	41,63
Рис отварной	150	3,64	5,37	46,85	209,70	11,97
Компот с изюмом + Витамин С	200	0,12	0,12	17,80	62,28	9,80
Хлеб "Дарницкий" (нарезка)	25	1,65	0,30	8,55	43,00	1,63
Хлеб "Рябинушка" пшеничный	25	2,25	0,25	12,20	48,50	1,76
Стоимость дня					109,6	109,60

Зав. Столовой *Хашов*

Мед. Работник *Зинь*





УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАОУ СОШ

Комарова

Комарова



МЕНЮ

« 24 » марта 2022г.

Горячий завтрак

17день

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Бутерброд с маслом	20/5	1,60	8,70	9,90	124,00	6,41
Нарезка из свежих помидоров и огур	40	0,90	5,00	3,10	61,00	13,73
Рагу овощное с мясом	200	6,00	11,90	14,90	223,70	50,07
Какао с молоком	200	3,80	4,54	25,80	119,05	7,09
Хлеб Дарницкий (нарезной)	20	1,00	0,30	8,10	38,90	1,30
Хлеб "Рябинушка" пшеничный (нарезной)	20	1,12	0,22	11,58	44,00	1,40
Стоимость дня						80,00

Зав. Столовой Хашов

Мед. Работник Зин





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ

Саму

Комаров



МЕНЮ

« 24 » марта 2022г.

Горячий обед

17день

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Винегрет овощной	80	1,5	5	14,9	111	14,44
Борщ с мясом и сметаной	250/15/5	2,13	12,8	12,45	156	27,67
Кура запеченая	100	16,20	15,10	14,40	203,50	37,60
Гречка рассыпчатая	150	4,00	5,28	28,62	187,05	13,93
Компот из кураги	200	0,45	0,06	20,63	85,68	13,26
Хлеб "Дарницкий" (нарезка)	20	1,65	0,30	8,55	43,00	1,30
Хлеб "Рябинушка" пшеничный нарезной	20	2,25	0,25	12,20	48,50	1,40
Стоимость дня					109,6	109,60

Зав. Столовой *Хашов*

Мед. Работник *Ишев*





УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАОУ СОШ

Шош

Комаров



МЕНЮ

« 25 » марта 2022г.

Горячий завтрак

18 день

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Овощи натуральные солёные	55	0,40	0,06	1,08	6,60	17,63
Котлета мясная	80	10,35	15,20	17,64	249,04	34,28
Каша гречневая рассыпчатая с соусом	150/30	4,57	6,99	30,18	210,45	13,66
Напиток из шиповника	200	0,10	0,24	15,10	56,68	11,73
Хлеб "Рябинушка" пшеничный	20	1,00	0,30	8,10	38,90	1,40
Хлеб Дарницкий (нарезной)	20	0,70	0,10	9,40	41,30	1,30
Стоимость дня						80,00

Зав. Столовой Хашов

Мед. Работник Шош





УТВЕРЖДАЮ
Директор MAOU СОШ

Комарова



МЕНЮ

« 25 » марта 2022г.

Горячий обед

18 день

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Нарезка из соленых огурцов	40	0,40	0,10	0,90	7,15	12,82
Уха рыбацкая	250/20	6,23	4,28	10,21	104,46	20,30
Бефстроганов из говядины	40/50	9,10	16,54	13,52	120,04	58,43
Макароны отварные	150	5,82	5,68	37,08	176,00	6,78
Кисель из свежих ягод	200	0,10	0,24	15,10	56,68	7,88
Хлеб "Дарницкий" (нарезка)	25	1,65	0,30	8,55	43,00	1,63
Хлеб "Рябинушка" пшеничный нарезной	25	2,25	0,25	12,20	48,50	1,76
Стоимость дня					109,6	109,60

Зав. Столовой *Комарова*

Мед. Работник *Видя*

