



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАОУ СОШ

*Л.о.у*

Комарова



# МЕНЮ

« 24 » января 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	15,71
Кура запеченая	100	16,20	15,10	0,70	203,50	38,46
Макароны отварные овощами	130/20	5,82	1,90	37,08	176,00	8,74
Напиток витаминизированный	200	12,04	5,56	1,36	88,80	14,16
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	1,63
<b>Стоимость дня</b>						<b>80,00</b>

Зав. Столовой *Колшова*

Мед. Работник *Зини*





УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ СОШ

*Комарова*

Комарова



# МЕНЮ

« 24 » января 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	10,20
Суп картофельный с фрикадельками	250/30	7,80	8,57	11,24	229,61	32,21
Жаркое по - домашнему	200	8,50	10,71	26,81	237,41	50,58
Напиток витаминизированный	200	0,45	0,16	21,63	85,98	13,22
Хлеб "Дарницкий" (нарезка)	25	1,65	0,30	8,55	43,00	1,63
Хлеб пшеничный "Рябинушка"	25	2,25	0,25	12,20	48,50	1,76
<b>Стоимость дня</b>					<b>109,62</b>	<b>109,60</b>

Зав. Столовой *Халилов*

Мед. Работник *Иванов*





УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ СОШ

*Леоф* Комарова



# МЕНЮ

« 25 » января 2022г.



## Горячий завтрак

15 день

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	12,69
Тефтели рыбные	90	11,00	8,04	17,80	190,30	29,33
Пюре картофельное	150	3,25	4,70	22,01	143,76	22,32
Кофейный напиток	200	2,10	2,90	21,40	124,00	10,46
Хлеб Дарницкий ( нарезной )	50	1,12	0,22	11,58	45,00	3,25
Хлеб "Рябиனுшка" пшеничный витаминизированный (нарезной)	30	1,97	0,25	13,28	56,74	1,95
<b>Стоимость дня</b>						<b>80,00</b>

Зав. Столовой Хашов

Мед. Работник Леоф





УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ СОШ

*А. Комарова*

Комарова



# МЕНЮ

« 25 » января 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	10,34
Суп - пюре овощной на мясном	250/14/10	4,87	6,03	9,14	155,00	19,08
Азу по-татарски	40/60	11,90	12,50	12,00	173,51	54,18
Гречка отварная рассыпчатая	150	3,25	4,70	22,01	143,76	11,28
Компот из кураги	200	0,45	0,06	20,63	85,98	11,33
Хлеб "Дарницкий" (нарезка)	25	1,65	0,30	8,55	43,00	1,63
Хлеб пшеничный "Рябинушка"	25	2,25	0,25	12,20	48,50	1,76
<b>Стоимость дня</b>					<b>109,6</b>	<b>109,60</b>

Зав. Столовой *Хашова*

Мед. Работник *А. Комарова*





УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАОУ СОШ

*Лаш* Комарова А.



# МЕНЮ

« 26 » января 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	15,24
Пирог " Царский "	80	7,50	9,00	34,23	183,00	29,29
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	1,30
Фрукт(яблоко)	125	0,66	0,38	14,25	120,00	20,31
<b>Стоимость дня</b>						<b>80,00</b>

Зав. Столовой Хашов

Мед. Работник Лаш





УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ СОШ

*Шош* Комаров



# МЕНЮ

« 26 » января 2022г.

## Горячий обед

16 день

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Салат из свежей капусты морковью	60	0,99	3,05	6,58	54,48	7,56
Свекольник с мясом со сметаной	250/8/10	5,79	6,21	12,93	195,00	27,23
Котлета по-волжски с соусом	80/50	17,15	10,25	21,83	208,13	45,32
Рис отварной	150	3,64	5,37	46,85	209,70	15,59
Компот с изюмом + Витамин С	200	0,12	0,12	17,80	62,28	10,51
Хлеб "Дарницкий" (нарезка)	25	1,65	0,30	8,55	43,00	1,63
Хлеб пшеничный "Рябинушка"	25	2,25	0,25	12,20	48,50	1,76
<b>Стоимость дня</b>					<b>109,6</b>	<b>109,60</b>

Зав. Столовой *Хашов*

Мед. Работник *Шош*





УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАОУ СОШ

*Лопу* Комарова



# МЕНЮ

« 27 » января          2022г.

## Горячий завтрак

17 день

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Бутерброд с маслом	20/8	1,60	8,70	9,90	124,00	9,21
Нарезка из свежих помидоров и огур	50	0,90	5,00	3,10	61,00	13,83
Рагу овощное с мясом	200	6,00	11,90	14,90	223,70	46,11
Какао с молоком	200	3,80	4,54	25,80	119,05	8,25
Хлеб Дарницкий ( нарезной )	20	1,00	0,30	8,10	38,90	1,30
Хлеб "Рябинушка" пшеничный витаминизированный (нарезной)	20	1,12	0,22	11,58	44,00	1,30
<b>Стоимость дня</b>						<b>80,00</b>

Зав. Столовой Хасилов

Мед. Работник Динь





УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ СОШ

*С. Комарова* Комарова



# МЕНЮ

« 27 » января 2022г.  
Горячий обед

17 день

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Винегрет овощной	80	1,5	5	14,9	111	13,04
Борщ с мясом и сметаной	250/15/5	2,13	12,8	12,45	156	21,85
Кура запеченая	100	16,20	15,10	14,40	203,50	39,26
Гречка рассыпчатая	150	4,00	5,28	28,62	187,05	16,72
Компот из кураги	200	0,45	0,06	20,63	85,68	16,03
Хлеб "Дарницкий" (нарезка)	20	1,65	0,30	8,55	43,00	1,30
Хлеб пшеничный "Рябинushка"	20	2,25	0,25	12,20	48,50	1,40
<b>Стоимость дня</b>					<b>109,6</b>	<b>109,60</b>

Зав. Столовой *Хашов*

Мед. Работник *Дич*







УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ СОШ

*Паша*  
Комаров



# МЕНЮ

« 28 » января 2022г.



## Горячий завтрак

18день

Наименование блюда	Выход	Химический состав				Цена
		Белки,г	Жиры,г	Угл.,г	ЭЦ,ккал	
Овощи натуральные солёные	60	0,40	0,06	1,08	6,60	20,68
Котлета мясная	80	10,35	15,20	17,64	249,04	34,14
Каша гречневая рассыпчатая с соусом	150/30	4,57	6,99	30,18	210,45	13,14
Напиток из шиповника	200	0,10	0,24	15,10	56,68	9,44
Хлеб "Рябинушка" пшеничный	20	1,00	0,30	8,10	38,90	1,30
Хлеб Дарницкий ( нарезной )	20	0,70	0,10	9,40	41,30	1,30
<b>Стоимость дня</b>						<b>80,00</b>

Зав. Столовой *Хамов*

Мед. Работник *Даш*





УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ СОШ

Комарова



# МЕНЮ

« 28 » января 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	13,79
Уха рыбацкая	250/25	6,23	4,28	10,21	104,46	18,10
Бефстроганов из говядины	50/50	9,10	16,54	13,52	120,04	61,10
Макароны отварные	150	5,82	5,68	37,08	176,00	5,95
Кисель из свежих ягод	200	0,10	0,24	15,10	56,68	7,27
Хлеб "Дарницкий" (нарезка)	25	1,65	0,30	8,55	43,00	1,63
Хлеб пшеничный "Рябинушка"	25	2,25	0,25	12,20	48,50	1,76
<b>Стоимость дня</b>					<b>109,6</b>	<b>109,60</b>

Зав. Столовой Хашов

Мед. Работник Дашев

