



Утверждаю:  
Организатор питания ип Комарова А.А.

Согласовано:  
Директор МБОУ *И.С. Соловьев*  
*Юлия Залотарева с.и.*

2024 г. (1 день)

## Меню по столовой МБОУ

### Завтрак Обед

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			

#### Завтрак

2,32	2,95	0	36	10	<i>Сыр твердых сортов в нарезке</i>	5-98
0,1	8,2	0,1	75	10	<i>Масло сливочное порционно</i>	7-70
6,2	7,25	30,1	211	250	<i>Каша молочная "Дружба"</i>	33-44
3,16	0,4	19,6	94	40	<i>Хлеб пшеничный</i>	2-60
0,07	0,03	11	47	200	<i>Чай с сахаром</i>	2-28
3,7	4,7	36,5	203	50	<i>Печенье</i>	8-00
15,6	23,53	97,3	666	560		60-00

#### Обед

0,48	0,06	1,14	8	60	<i>Овощи сезонные в нарезке</i>	8-27
5,48	5,28	16,3	135	250	<i>Суп картофельный с бобовыми (гороховый)</i>	16-30
21,8	19,95	37,5	418	200	<i>Плов из птицы (курица)</i>	49-80
2,37	0,3	14,5	71	30	<i>Хлеб пшеничный</i>	1-95
1,98	0,36	10,2	73	30	<i>Хлеб ржаной</i>	1-95
0,16	0,16	23,6	98	200	<i>Компот из свежих плодов</i>	7-73
32,3	26,11	103	803	770		86-00

Ответственный по питанию  
Повар  
Медсестра

*М.И. Соловьев*  
*Ю. Залотарева*



Утверждаю: Комарова А.А.  
Организатор питания: Анатольевна

Согласовано: \_\_\_\_\_  
Директор МБОУ И.А. Сош  
Зинаида Завотарева С.Н.

2024 г. (2 день)

## Меню по столовой МБОУ

### Завтрак                      Обед

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	ККал			

#### Завтрак

7,17	6,02	19,9	162	250	<b>Суп молочный с гречневой крупой</b>	40-12
3,16	0,4	19,6	94	40	<b>Хлеб пшеничный</b>	2-60
0,07	0,03	11	47	200	<b>Чай с сахаром</b>	2-28
4,33	7,51	32,35	214	60	<b>Булочка домашняя</b>	15-00
14,73	13,96	82,85	517	550		60-00

#### Обед

0,8	2,7	4,6	46	60	<b>Салат из свеклы отварной</b>	5-72
2,61	5,32	14,3	116	250	<b>Суп картофельный с крупой (рисовый)</b>	11-72
22,1	21,9	13,2	339	200	<b>Капуста тушеная с мясом</b>	58-68
2,37	0,3	14,49	71	30	<b>Хлеб пшеничный</b>	1-95
1,98	0,36	10,2	73	30	<b>Хлеб ржаной</b>	1-95
0,44	0,02	27,7	96	200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	5-98
30,3	30,6	84,49	741	770		86-00

Ответственный по питанию \_\_\_\_\_  
Повар \_\_\_\_\_  
Медсестра \_\_\_\_\_



Утверждаю:  
 Организатор питания ИП Комарова А.А.

Согласовано:

Директор МБОУ И.К. Соколов  
Земля Зюстаева С.Н.

2024г. (3 день)

## Меню по столовой МБОУ

### Завтрак                      Обед

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	ККал			
<b>Завтрак</b>						
7,2	9,2	44	287	250	Каша манная молочная	37-40
3,26	8,6	19,7	169	40/10	Бутерброд с маслом	10-30
0,2	0,02	13,6	58	200	Чай с лимоном	4-30
3,7	4,7	36,5	203	50	Печенье	8-00
<b>14,36</b>	<b>22,52</b>	<b>113,8</b>	<b>717</b>	<b>550</b>		<b>60-00</b>
<b>Обед</b>						
0,6	0,12	2,28	14	60	Овощи сезонные в нарезке	7-36
2,01	5,17	13,74	110	250	Борщ с капустой и картофелем	13-25
12,26	6,63	5,65	133	90	Рыба, тушенная с овощами	35-61
3,2	4,17	24,08	146	150	Картофель отварной	17-08
2,37	0,3	14,49	71	30	Хлеб пшеничный	1-95
1,98	0,36	10,02	73	30	Хлеб ржаной	1-95
0,12	0,1	27,49	111	200	Кисель из плодов или ягод свежих	8-80
<b>22,54</b>	<b>16,85</b>	<b>97,75</b>	<b>658</b>	<b>810</b>		<b>86-00</b>

Ответственный по питанию *В.И. Соколов*  
 Повар *С.Н. Земля*  
 Медсестра *С.Н. Земля*



Утверждаю  
Организатор питания ил. Комарова А.А.

Согласовано:

Директор МБОУ НК СОВ  
Золотарева СН

1-я неделя

2024 г. (4 день)

## Меню по столовой МБОУ

### Завтрак Обед

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	ККал			

#### Завтрак

6,63	6,75	35,8	230	250	Каша рисовая молочная	31-26
3,16	0,4	19,6	94	40	Хлеб пшеничный	2-60
3,3	3,2	18,5	115	200	Какао с молоком	11-14
4,3	7,51	32,35	214	60	Булочка домашняя	15-00
17,39	17,86	106,3	653	550		60-00

#### Обед

0,96	6	2,14	70	60	Салат из квашеной капусты	8-80
2,61	5,32	14,3	116	250	Суп крестьянский (с крупой)	16-27
15,1	14,2	5,96	213	90	Печень говяжья по-строгановски	41-38
5,3	4,9	32,8	205	150	Макаронные изделия отварные	7-92
2,37	0,3	14,49	71	30	Хлеб пшеничный	1-95
1,98	0,36	10,02	73	30	Хлеб ржаной	1-95
0,16	0,16	23,6	98	200	Компот из свежих плодов	7-73
28,48	31,24	103,3	846	810		86-00

Ответственный по питанию

Повар

Медсестра

Медсестра  
Повар  
Медсестра



Согласовано:  
Директор МБОУ Ил. Сова  
Генд. Залотарева С.Н.

2024 г. ( 5 день )

## Меню по столовой МБОУ

### Завтрак                      Обед

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	ККал			

#### Завтрак

5,08	4,6	0,28	63	<i>1шт</i>	<i>Яйцо куриное вареное</i>	<i>12-00</i>
3,72	8,55	19,47	179	<i>200</i>	<i>Рагу овощное</i>	<i>25-94</i>
2,37	0,3	14,49	71	<i>30</i>	<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>1-95</i>
1,98	0,36	10,02	73	<i>30</i>	<i>Хлеб ржаной</i>	<i>1-95</i>
3,1	2,38	15,1	89	<i>200</i>	<i>Чай с молоком</i>	<i>10-16</i>
3,7	4,7	36,5	203	<i>50</i>	<i>Печенье</i>	<i>8-00</i>
19,95	20,89	95,86	678	550		<i>60-00</i>

#### Обед

0,12	5,4	5,1	73	<i>60</i>	<i>Икра кабачковая</i>	<i>8-82</i>
2,09	4,5	16,8	122	<i>250</i>	<i>Рассольник ленинградский</i>	<i>13-63</i>
8,77	9,39	9,21	169	<i>100</i>	<i>Тефтели из говядины с соусом</i>	<i>47-52</i>
5,7	4,3	37,9	213	<i>150</i>	<i>Каша пшеничная</i>	<i>6-15</i>
2,37	0,3	14,49	71	<i>30</i>	<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>1-95</i>
1,98	0,36	10,02	73	<i>30</i>	<i>Хлеб ржаной</i>	<i>1-95</i>
0,44	0,02	27,7	96	<i>200</i>	<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	<i>5-98</i>
21,47	24,27	121,2	817	820		<i>86-00</i>

Ответственный по питанию

Повар

Медсестра

*В.И. Сова*  
*С.Н. Залотарева*  
*С.Н. Залотарева*

Утверждаю  
Организатор питания И.А. Комарова А.А.

Согласовано:

Директор МБОУ И.К. Соколов  
Юлия Засотарева с.п.



2024 г. ( 6 день )

## Меню по столовой МБОУ

### Завтрак Обед

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	ККал			

#### Завтрак

10,38	12,75	47	312	250	Каша молочная пшеничная	37-84
2,6	3,8	27,83	156	30/5/20	Бутерброд с повидлом	9-86
0,2	0,02	13,6	58	200	Чай с лимоном	4-30
0,2	0,2	4,9	24	50	Фрукты свежие	8-00
13,38	16,77	93,33	550	555		60-00

#### Обед

0,48	0,06	1,14	8	60	Овощи сезонные в нарезке	8-27
1,92	6,33	10,5	104	250	Свекольник со сметаной	15-26
21,83	19,95	37,54	418	200	Плов с мясом	50-84
2,37	0,3	14,49	71	30	Хлеб пшеничный	1-95
1,98	0,36	10,02	73	30	Хлеб ржаной	1-95
0,16	0,16	23,6	98	200	Компот из свежих плодов	7-73
28,74	27,16	97,29	772	770		86-00

Ответственный по питанию  
Повар  
Медсестра

И.А. Комарова  
И.А. Комарова  
И.А. Комарова



Утверждаю  
Организатор питания Комарова А.А.

Согласовано:

Директор МБОУ И.К. Сова  
Зинь-Золотарева С.Н.



2-я неделя

2024 г. ( 7 день )

## Меню по столовой МБОУ

### Завтрак Обед

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	ККал			

#### Завтрак

8,8	7,25	33,25	233	250	Каша молочная гречневая	40-12
3,16	0,4	19,6	94	40	Хлеб пшеничный	2-60
0,07	0,03	11	47	200	Чай с сахаром	2-28
4,3	7,51	32,35	214	60	Булочка домашняя	15-00
16,33	15,19	96,2	588	550		60-00

#### Обед

0,9	0,1	5,2	26	60	Свекла отварная дольками	4-55
2,01	5,17	13,74	110	250	Борщ с капустой и картофелем	13-25
12,78	2,34	7,74	103	90	Котлета рыбная	39-24
3,2	5,2	19,8	143	150	Пюре картофельное	19-08
2,37	0,3	14,49	71	30	Хлеб пшеничный	1-95
1,98	0,36	10,02	73	30	Хлеб ржаной	1-95
0,44	0,02	27,7	96	200	Компот из смеси сухофруктов	5-98
23,68	13,49	98,69	622	810		86-00

Ответственный по питанию

Повар

Медсестра

Зинь-Золотарева С.Н.  
И.К. Сова  
С.Н. Зинь-Золотарева

Утверждаю  
Организатор питания И.П. Комарова А.А.

Согласовано:

Директор МБОУ

*И.С. Сош*  
*Юлия - Засотарева С.И.*

2024 г. ( 8 день )



## Меню по столовой МБОУ

### Завтрак

### Обед

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	ККал			

#### Завтрак

2,32	2,95	0	36	10	Сыр твердых сортов в нарезке	5-98
6,88	5,68	22,33	168	250	Суп молочный с макаронными изделиями	33-26
3,16	0,4	19,6	94	40	Хлеб пшеничный	2-60
3,9	2,9	11,2	86	200	Кофейный напиток с молоком	10-16
3,7	4,7	36,5	203	50	Печенье	8-00
19,96	16,63	89,63	587	550		60-00

#### Обед

0,96	6	2,14	70	60	Салат из квашеной капусты	8-80
1,81	5,2	16,5	122	250	Суп картофельный с клецками	15-86
20,3	15,3	0	213	90	Птица отварная (куры)	35-54
0,42	1,46	1,75	22	30	Соус сметанный	4-75
5,7	4,3	37,9	213	150	Каша гречневая рассыпчатая	9-42
2,37	0,3	14,49	71	30	Хлеб пшеничный	1-95
1,98	0,36	10,02	73	30	Хлеб ржаной	1-95
0,16	0,16	23,6	98	200	Компот из свежих плодов	7-73
33,7	33,08	106,4	882	840		86-00

Ответственный по питанию

Повар

Медсестра

*И.С. Сош*

*Юлия - Засотарева С.И.*



Утверждаю:  
Организатор питания ит Комарова А.А.

Согласовано:

Директор МБОУ

*И.К. Сова*  
*Зелья Золотарева С.И.*



2024 г. ( 9 день )

## Меню по столовой МБОУ

### Завтрак Обед

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	ККал			

#### Завтрак

10,25	11,5	43,65	307	250	Каша молочная пшеничная	38-10
3,16	0,4	19,6	94	40	Хлеб пшеничный	2-60
0,2	0,02	13,6	58	200	Чай с лимоном	4-30
4,3	7,51	32,35	214	60	Булочка домашняя	15-00
17,91	19,43	109,2	673	510		60-00

#### Обед

0,12	5,4	5,1	73	60	Икра кабачковая	8-82
1,7	4,4	9,3	84	250	Щи из свежей капусты с картофелем	13-16
14,93	20,48	20,81	328	200	Жаркое по домашнему	51-32
2,37	0,3	14,49	71	30	Хлеб пшеничный	1-95
1,98	0,36	10,02	73	30	Хлеб ржаной	1-95
0,12	0,1	27,49	111	200	Кисель из плодов или ягод свежих	8-80
21,22	31,04	87,21	740	770		86-00

Ответственный по питанию  
Повар  
Медсестра

*И.К. Сова*  
*Зелья Золотарева С.И.*

Утверждаю  
Организатор питания ип Комарова А.А.



Директор МБОУ

*И.К. Соколов*  
*Земля-Залотарева Е.И.*

Согласовано:

\_\_\_\_\_ 2024 г. (10 день)

## Меню по столовой МБОУ

### Завтрак

### Обед

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеводы	ККал			

#### Завтрак

0,1	8,2	0,1	75	10	Масло сливочное порционно	7-70
13,7	11,33	45,6	325	250	Макароньы отварные с сыром	39-42
3,16	0,4	19,6	94	40	Хлеб пшеничный	2-60
0,07	0,03	11	47	200	Чай с сахаром	2-28
3,7	4,7	36,5	203	50	Печенье	8-00
20,73	24,66	112,8	744	500		60-00

#### Обед

0,6	0,12	2,28	14	60	Овощи сезонные в нарезке	8-27
5,48	5,28	16,33	135	250	Суп картофельный с фасолью	14-35
17,2	3,8	12,1	151	90	Биточки из курицы	39-27
2,79	6,41	14,6	134	150	Рагу овощное	14-23
2,37	0,3	14,49	71	30	Хлеб пшеничный	1-95
1,98	0,36	10,02	73	30	Хлеб ржаной	1-95
0,44	0,02	27,7	96	200	Компот из смеси сухофруктов	5-98
30,86	16,29	97,52	674	810		86-00

Ответственный по питанию

Повар

Медсестра

*И.К. Соколов*

*Земля-Залотарева Е.И.*