

Согласовано

Утверждаю
Директор ФООП "АЭКОМОВ"

Пахомова С.С.



03 октября, 17 октября, 31 октября, 14 ноября, 28 ноября

**МЕНЮ БЕСПЛАТНЫХ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ, УЧАЩИХСЯ С ОВЗ (7-18 ЛЕТ)
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ (1 СМЕНА)**

Наименование блюда	Возрастная категория: 7-11 лет					Возрастная категория: 12-18 лет					№ п-ры	
	Выход блюда	Пищевые в-ва			Энерг. ценность	Выход блюда	Пищевые в-ва			Энерг. ценность		
		Б	Ж	У			Б	Ж	У			
Завтрак №1												
1. Каша молочная пшеничная с маслом	200	6	11	34	265	200	6	11	34	265	182	
2. Фрукты свежие	175	2	0	14	75	175	2	0	14	75	338	
3. Напиток фруктово-ягодный витамин.	200	0	0	12	48	200	0	0	12	48	387	
4. Хлеб пшеничный	52	4	4	26	154	52	4	4	26	154	17615	
Итого за завтрак:	627	12	15	86	543	627	12	15	86	543		
Обед №1												
1. Салат из свежих огурцов с маслом	60	0	5	1	52	100	1	8	2	86	20	
2. Борщ украинский	200	3	5	9	90	250	4	6	11	113	82	
3. Котлета "Нежность" запеченая	100	14	31	8	368	100	14	31	8	368	268	
4. Гречка отварная с овощами	150	5	7	22	172	180	6	9	26	206	171	
5. Компот из яблок	200	0	0	17	70	200	0	0	17	70	342	
6. Хлеб ржаной	60	4	2	28	146	60	4	2	28	146	59309	
Итого за обед:	770	26	50	85	897	890	29	56	92	989		
Итого за день:	1397	38	66	171	1440	1517	41	71	178	1532		
Стоимость за день:	130,99 рублей					147,38 рублей						

**МЕНЮ БЕСПЛАТНЫХ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ, УЧАЩИХСЯ С ОВЗ (7-18 ЛЕТ)
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ (2 СМЕНА)**

Обед №1												
1. Салат из свежих огурцов с маслом	60	0	5	1	52	100	1	8	2	86	20	
2. Борщ украинский	200	3	5	9	90	250	4	6	11	113	82	
3. Котлета "Нежность" запеченая	100	14	31	8	368	100	14	31	8	368	268	
4. Гречка отварная с овощами	150	5	7	22	172	180	6	9	26	206	171	
5. Компот из яблок	200	0	0	17	70	200	0	0	17	70	342	
6. Хлеб ржаной	60	4	2	28	146	60	4	2	28	146	59309	
Итого за обед:	770	26	50	85	897	890	29	56	92	989		
Полдник №1												
1. Горячий бутерброд с сыром и маслом	43	6	6	13	131	43	6	6	13	131	7	
2. Кондитерское изделие (печенье)	50	4	6	36	202	85	7	10	61	343	-	
3. Чай с сахаром и лимоном	222	0	0	15	62	222	0	0	15	62	377	
Итого за полдник:	315	10	12	64	395	350	13	16	89	536		
Итого за день:	1085	36	63	149	1292	1240	42	72	181	1525		
Стоимость за день:	109,16 рублей					125,56 рублей						

**НАБОР БЛЮД ПЛАНИРУЕМЫХ ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ НА ПИЩЕБЛОКЕ СТОЛОВОЙ, РЕАЛИЗУЕМЫХ
ЧЕРЕЗ БУФЕТ С 01 ОКТЯБРЯ ПО 30 НОЯБРЯ**

ПЛАТНЫЙ ОБЕД №1												
1. Салат из свежих огурцов с маслом	60			0	5	1	52				12,00р.	20
2. Борщ украинский	200			3	5	9	90				22,00р.	82
3. Котлета "Нежность" запеченая	100			14	31	8	368				48,00р.	268
4. Гречка отварная с овощами	150			5	7	22	172				18,00р.	171
5. Компот из яблок	200			0	0	17	70				9,00р.	342
6. Хлеб ржаной	60			4	2	28	146				6,00р.	59309
Итого:	770			26	50	85	897					

Согласовано

Утверждаю
Директор ООО "ПАХОМОВ"

Пахомова С.С.



04 октября, 18 октября, 01 ноября, 15 ноября, 29 ноября

**МЕНЮ БЕСПЛАТНЫХ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ, УЧАЩИХСЯ С ОВЗ (7-18 ЛЕТ)
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ (1 СМЕНА)**

Наименование блюда	Возрастная категория: 7-11 лет					Возрастная категория: 12-18 лет					№ п-ры	
	Выход блюда	Пищевые в-ва			Энерг. ценность	Выход блюда	Пищевые в-ва			Энерг. ценность		
		Б	Ж	У			Б	Ж	У			
Завтрак №2												
1. Салат из свеклы с маслом	60	1	10	4	111	100	2	17	7	185	52	
2. Макароны отварные с сыром	200	12	10	44	316	200	12	10	44	316	204	
3. Кофейный напиток с молоком	200	4	4	19	121	200	4	4	19	121	379	
4. Хлеб пшеничный	52	4	4	26	154	52	4	4	26	154	17615	
Итого за завтрак:	512	21	28	93	702	552	22	35	96	776		
Обед №2												
1. Суп картофельный	200	2	2	10	69	250	3	3	13	86	97	
2. Биточек рыбный запеченный	90	10	13	13	211	90	10	13	13	211	234	
3. Томатный соус	20	0	0	1	10	20	0	0	1	10	12592	
4. Рис отварной с овощами	150	4	6	22	198	180	5	7	26	238	171	
5. Компот из сухофруктов	200	1	0	26	107	200	1	0	26	107	349	
6. Хлеб ржаной	60	4	2	28	146	60	4	2	28	146	59309	
Итого за обед:	720	21	23	100	741	800	23	25	107	798		
Итого за день:	1232	42	51	193	1443	1352	45	60	203	1574		
Стоимость за день:	130,99 рублей					147,38 рублей						

**МЕНЮ БЕСПЛАТНЫХ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ, УЧАЩИХСЯ С ОВЗ (7-18 ЛЕТ)
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ (2 СМЕНА)**

Обед №2												
1. Суп картофельный	200	2	2	10	69	250	3	3	13	86	97	
2. Биточек рыбный запеченный	90	10	13	13	211	90	10	13	13	211	234	
3. Томатный соус	20	0	0	1	10	20	0	0	1	10	12592	
4. Рис отварной с овощами	150	4	6	22	198	180	5	7	26	238	171	
5. Компот из сухофруктов	200	1	0	26	107	200	1	0	26	107	349	
6. Хлеб ржаной	60	4	2	28	146	60	4	2	28	146	59309	
Итого за обед:	720	21	23	100	741	800	22,99	25	106,6	798		
Полдник №2												
1. Салат из свежей капусты	100	2	9	10	122	150	3	14	15	183	45	
2. Сок фруктовый	200	1		20	84	200	1		20	84	389	
Итого за полдник:	300	3	9	30	206	350	4	14	35	267		
Итого за день:	1020	24	32	130	947	1150	27	39	142	1065		
Стоимость за день:	109,16 рублей					125,56 рублей						

**НАБОР БЛЮД ПЛАНИРУЕМЫХ ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ НА ПИЩЕБЛОКЕ СТОЛОВОЙ, РЕАЛИЗУЕМЫХ
ЧЕРЕЗ БУФЕТ С 01 ОКТЯБРЯ ПО 30 НОЯБРЯ**

ПЛАТНЫЙ ОБЕД №2												
1. Суп картофельный	200		2	2	10	69				18,00р.	97	
2. Биточек рыбный запеченный	90		10	13	13	211				50,00р.	234	
3. Томатный соус	20		0	0	1	10				3,00р.	12592	
4. Рис отварной с овощами	150		4	6	22	198				18,00р.	171	
5. Компот из сухофруктов	200		1	0	26	107				9,00р.	349	
6. Хлеб ржаной	60		4	2	28	146				6,00р.	59309	
Итого:	720		21	23	100	741						

Согласовано



Утверждаю

Директор ООО "ПАХОМОВ"
Пашомова С.С.

05 октября, 19 октября, 02 ноября, 16 ноября, 30 ноября



**МЕНЮ БЕСПЛАТНЫХ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ, УЧАЩИХСЯ С ОВЗ (7-18 ЛЕТ)
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ (1 СМЕНА)**

Наименование блюда	Возрастная категория: 7-11 лет					Возрастная категория: 12-18 лет					№ п-ры
	Выход блюда	Пищевые в-ва			Энерг. ценность	Выход блюда	Пищевые в-ва			Энерг. ценность	
		Б	Ж	У			Б	Ж	У		
Завтрак №3											
1. Котлета из птицы запеченная	100	10	13	16	214	100	10	13	16	214	294
2. Томатный соус	20	0	0	1	10	20	0	0	1	10	12592
3. Пюре картофельное	150	3	4	20	128	180	4	5	24	154	128
4. Компот из яблок	200	0	0	17	70	200	0	0	17	70	342
5. Хлеб пшеничный	52	4	4	26	154	52	4	4	26	154	17615
Итого за завтрак:	522	17	21	80	576	552	18	22	84	602	
Обед №3											
1. Салат из свежих огурцов и помидор с маслом	60	0	5	2	52	100	1	8	3	87	24
2. Рассольник "Ленинградский"	200	4	5	14	116	250	5	6	18	145	96
3. Котлета из печени с мясом запеч.	90	12	22	11	292	90	12	22	11	292	273
4. Рагу из овощей	150	2	7	14	125	180	2	8	17	150	143
5. Чай с сахаром	200	0	0	8	32	200	0	0	8	32	375
6. Хлеб ржаной	60	4	2	28	146	60	4	2	28	146	59309
Итого за обед:	760	22	41	77	763	880	24	46	85	852	
Итого за день:	1282	39	62	157	1339	1432	42	68	169	1454	
Стоимость за день:	130,99 рублей					147,38 рублей					

**МЕНЮ БЕСПЛАТНЫХ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ, УЧАЩИХСЯ С ОВЗ (7-18 ЛЕТ)
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ (2 СМЕНА)**

Обед №3											
1. Салат из свежих огурцов и помидор с маслом	60	0	5	2	52	100	1	8	3	87	24
2. Рассольник "Ленинградский"	200	4	5	14	116	250	5	6	18	145	96
3. Котлета из печени с мясом запеч.	90	12	22	11	292	90	12	22	11	292	273
4. Рагу из овощей	150	2	7	14	125	180	2	8	17	150	143
5. Чай с сахаром	200	0	0	8	32	200	0	0	8	32	375
6. Хлеб ржаной	60	4	2	28	146	60	4	2	28	146	59309
Итого за обед:	760	22	41	77	763	880	24	46	85	852	
Полдник №3											
1. Плюшка сахарная	100	8	11	54	339	100	8	11	54	339	442
2. Кисель ягодный витамин.	200	0	0	13	56	200	0	0	13	56	351
Итого за полдник:	300	8	11	67	395	300	8	11	67	395	
Итого за день:	1060	30	52	144	1158	1180	32	57	152	1247	
Стоимость за день:	109,16 рублей					125,56 рублей					

**НАБОР БЛЮД ПЛАНИРУЕМЫХ ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ НА ПИЩЕБЛОКЕ СТОЛОВОЙ, РЕАЛИЗУЕМЫХ
ЧЕРЕЗ БУФЕТ С 01 ОКТЯБРА ПО 30 НОЯБРЯ**

ПЛАТНЫЙ ОБЕД №3											
1. Салат из свежих огурцов и помидор с маслом	60			0	5	2	52			12,00р.	24
2. Рассольник "Ленинградский"	200			4	5	14	116			22,00р.	96
3. Котлета из птицы запеченная	100			10	13	16	214			38,00р.	294
4. Рагу из овощей	150			2	7	14	125			20,00р.	143
5. Чай с сахаром	200			0	0	8	32			5,00р.	375
6. Хлеб ржаной	60			4	2	28	146			6,00р.	59309
Итого:	770			20	32	82	685				

Согласовано

 Утверждаю
 Директор МОУ "ПАХОМОВ"
 Пахомова С.С.

06 октября, 20 октября, 03 октября, 17 ноября

**МЕНЮ БЕСПЛАТНЫХ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ, УЧАЩИХСЯ С ОВЗ (7-18 ЛЕТ)
 ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ (1 СМЕНА)**

Наименование блюда	Возрастная категория: 7-11 лет					Возрастная категория: 12-18 лет					№ п-ры
	Выход блюда	Пищевые в-ва			Энерг. ценность	Выход блюда	Пищевые в-ва			Энерг. ценность	
		Б	Ж	У			Б	Ж	У		
Завтрак №4											
1. Запеканка из творога с молоком сгущ.	170	17	12	29	291	200	20	14	34	342	223
2. Фрукты свежие	100	0	0	10	47	100	0	0	10	47	338
3. Чай с сахаром и лимоном	222	0	0	15	62	222	0	0	15	62	377
4. Хлеб пшеничный	52	4	4	26	154	52	4	4	26	154	17615
Итого за завтрак:	544	22	17	80	554	574	25	19	85	605	
Обед №4											
1. Суп гороховый с мясом	200	8	14	17	223	250	10	18	21	279	102
2. Котлеты Любительские рыбные запеч.	100	9	11	12	186	100	9	11	12	186	234
3. Томатный соус	20	0	0	1	10	20	0	0	1	10	12592
4. Макароны отварные	150	5	5	38	222	180	6	6	46	266	202
5. Напиток фруктово-ягодный витамин.	200	0	0	12	48	200	0	0	12	48	387
6. Хлеб ржаной	60	4	2	28	146	60	4	2	28	146	59309
Итого за обед:	730	26	32	108	835	810	29	37	120	935	
Итого за день:	1274	48	49	188	1389	1384	54	56	205	1540	
Стоимость за день:	130,99 рублей					147,38 рублей					

**МЕНЮ БЕСПЛАТНЫХ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ, УЧАЩИХСЯ С ОВЗ (7-18 ЛЕТ)
 ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ (2 СМЕНА)**

Обед №4											
1. Суп гороховый с мясом	200	8	14	17	223	250	10	18	21	279	102
2. Котлеты Любительские рыбные запеч.	100	9	11	12	186	100	9	11	12	186	234
3. Томатный соус	20	0	0	1	10	20	0	0	1	10	12592
4. Макароны отварные	150	5	5	38	222	180	6	6	46	266	202
5. Напиток фруктово-ягодный витамин.	200	0	0	12	48	200	0	0	12	48	387
6. Хлеб ржаной	60	4	2	28	146	60	4	2	28	146	59309
Итого за обед:	730	26	32	108	835	810	29	37	119,8	935	
Полдник №4											
1. Фрукты свежие	100	0	0	10	47	150	1	1	15	71	338
2. Йогурт плодово-ягодный 2,5 %	200	6	5	23	159	200	6	5	23	159	386
Итого за полдник:	300	6	5	32	206	350	7	6	38	230	
Итого за день:	1030	32	37	140	1041	1160	36	43	157	1165	
Стоимость за день:	109,16 рублей					125,56 рублей					

**НАБОР БЛЮД ПЛАНИРУЕМЫХ ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ НА ПИЩЕБЛОКЕ СТОЛОВОЙ, РЕАЛИЗУЕМЫХ
 ЧЕРЕЗ БУФЕТ С 01 ОКТЯБРЯ ПО 30 НОЯБРЯ**

ПЛАТНЫЙ ОБЕД №4											
1. Суп гороховый с мясом	200	8	14	17	223	22,00р.	102				
2. Котлеты Любительские рыбные запеч.	100	9	11	12	186	54,00р.	234				
3. Томатный соус	20	0	0	1	10	3,00р.	12592				
4. Макароны отварные	150	5	5	38	222	14,00р.	202				
5. Напиток фруктово-ягодный витамин.	200	0	0	12	48	9,00р.	387				
6. Хлеб ржаной	60	4	2	28	146	6,00р.	59309				
Итого:	730	26	32	108	835						

Согласовано

Директор
 Утверждаю
 Директор ООО "ПАХОМОВ"
 Пахомова С.С.

07 октября 2021 года


**МЕНЮ БЕСПЛАТНЫХ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ, УЧАЩИХСЯ С ОВЗ (7-18 ЛЕТ)
 ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ (1 СМЕНА)**

Наименование блюда	Возрастная категория: 7-11 лет					Возрастная категория: 12-18 лет					№ п-ры	
	Выход блюда	Пищевые в-ва			Энерг. ценность	Выход блюда	Пищевые в-ва			Энерг. ценность		
		Б	Ж	У			Б	Ж	У			
Завтрак №5												
1. Каша вязкая молочная из смеси круп с джемом	200	7	11	35	265	250	9	14	44	331	173	
2. Яйцо вареное	50	6	4	0	56	50	6	4	0	56	209	
3. Какао с молоком	200	3	4	15	105	200	3	4	15	105	959	
4. Хлеб пшеничный	52	4	4	26	154	52	4	4	26	154	17615	
Итого за завтрак:	502	20	23	76	580	552	22	26	85	646		
Обед №5												
1. Салат из свежих помидор с маслом	60	0	5	2	53	100	1	8	4	89	23	
2. Суп рыбный с картофелем	200	5	5	15	122	250	6	6	19	152	64-20с-2020	
3. Поджарка мясная	90	9	19	6	252	100	10	21	7	280	251	
4. Пюре картофельное	150	3	4	20	128	180	4	5	24	154	128	
5. Компот из сухофруктов	200	1	0	26	107	200	1	0	26	107	349	
6. Хлеб ржаной	60	4	2	28	146	60	4	2	28	146	59309	
Итого за обед:	760	22	35	97	808	890	26	42	108	928		
Итого за день:	1262	42	58	173	1388	1442	48	68	193	1574		
Стоимость за день:	130,99 рублей					147,38 рублей						

**МЕНЮ БЕСПЛАТНЫХ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ, УЧАЩИХСЯ С ОВЗ (7-18 ЛЕТ)
 ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ (2 СМЕНА)**

Обед №5												
1. Салат из свежих помидор с маслом	60	0	5	2	53	100	1	8	4	89	23	
2. Суп рыбный с картофелем	200	5	5	15	122	250	6	6	19	152	64-20с-2020	
3. Поджарка мясная	90	9	19	6	252	100	10	21	7	280	251	
4. Пюре картофельное	150	3	4	20	128	180	4	5	24	154	128	
5. Компот из сухофруктов	200	1	0	26	107	200	1	0	26	107	349	
6. Хлеб ржаной	60	4	2	28	146	60	4	2	28	146	59309	
Итого за обед:	760	22	35	97	808	890	26	42	108	928		
Полдник №5												
1. Фрукты свежие	175	2	0	14	75	175	2	0	14	75	338	
2. Йогурт плодово-ягодный 2.5 %	200	6	5	23	159	200	6	5	23	159	386	
Итого за полдник:	375	7	5	37	234	375	7	5	37	234		
Итого за день:	1135	30	40	134	1042	1265	33	47	145	1162		
Стоимость за день:	109,16 рублей					125,56 рублей						

**НАБОР БЛЮД ПЛАНИРУЕМЫХ ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ НА ПИЩЕБЛОКЕ СТОЛОВОЙ, РЕАЛИЗУЕМЫХ
 ЧЕРЕЗ БУФЕТ С 01 ОКТЯБРЯ ПО 30 НОЯБРЯ**

ПЛАТНЫЙ ОБЕД №5												
1. Салат из свежих помидор с маслом	60				53	12,00р.					23	
2. Суп рыбный с картофелем	200				122	26,00р.					64-20с-2020	
3. Поджарка мясная	90				252	39,00р.					251	
4. Пюре картофельное	150				128	20,00р.					128	
5. Компот из сухофруктов	200				107	9,00р.					349	
6. Хлеб ржаной	60				146	6,00р.					59309	
Итого:	760				808							