



Утверждаю:
Ген. директор
«ООО Общепит»
М.А.Сейфуллина

Согласовано:
Директор МАОУ
«УСОШ им.Г.Е.Егорова»
П.В.Алексеев

Меню для 5-11 классов

второй день (вторник)

на 11.05.2021 г.

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Углев оды	Ккал
Завтрак						
Помидоры свежие порциями	10-71	50	0,55	0,10	1,90	11
Котлеты руб. из филе птицы с соусом (курица, хлеб пшеничный, молоко, сухари)	30-14	100 (50/50)	8,34	9,85	10,01	162
Рис отварной	10-56	200	4,87	7,17	48,91	280
Компот из свежих яблок (свежие яблоки, сахар, лимонная кислота)	3-38	200	0,16	0,16	27,87	115
Хлеб пшеничный	2-19	40	3,04	0,34	19,44	96
Итого	56-98		16,96	17,62	108,13	664
Обед						
Салат из редиса	36-92	100	2,51	7,38	2,85	87,9
Борщ с капустой картофелем со сметаной (свекла, капуста свежая, морковь, лук репчатый, томатное пюре, масло растительное)	9-70	250/5	2,19	5,88	14,10	118
Тефтели рубленые с соусом (свинина, говядина, лук репчатый, хлеб пшеничный, мука пшеничная, масло растительное)	22-90	110 (60/50)	7,83	8,75	10,25	151
Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное)	15-24	200	11,46	8,12	51,52	325
Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, кислота лимонная)	4-16	200	0,66	0	32,01	133
Хлеб ржано- пшеничный 2 кус.	4-38	60	3,36	0,66	29,64	137
Итого	93-30		26,81	26,66	143,99	924
Всего	150-28		43,77	44,28	252,12	1588

Старший повар С.А.Прохорова

Технолог Т.С.Скворцова

Утверждаю:

Ген. директор

«ООО Общепит»

М.А.Сейфуллина



Согласовано:

Директор МАОУ

«УСОШ им.Г.Е.Егорова»

П.В.Алексеев



Меню для 5-11 классов

третий день (среда)

на 12.05 2021 г.

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белк и	Жиры	Углев оды	Ккал
Завтрак						
Масло сливочное порциями	5-70	10	0,08	7,26	0,14	66
Запеканка творожная с повидлом (творог, крупа манная, сахар яйца, масло сливочное, сухари, сметана, повидло)	46-76	200/20	25,12	17,28	50,50	458
Чай с лимоном	3-10	200/7	0,13	0,02	15,20	62
Хлеб пшеничный	2-19	40	3,04	0,34	19,44	96
Итого	57-75		28,37	24,90	85,28	682
Обед						
Салат картофельный с морковью и зел.горошком (картофель отв,морковь отв,зел.горошек, масло растительное)	9-10	100	2,74	6,16	9,55	112,7
Суп с макаронными изделиями и картофелем (макаронные изделия, картофель, морковь, лук репчатый, томатное пюре, масло растительное)	7-23	250	2,69	2,84	17,46	118
Рыба припущенная с соусом (минтай, лук репчатый, сметана, мука пшеничная, масло сливочное)	18-38	100 (50/50)	8,94	1,98	2,09	62
Пюре картофельное (картофель, молоко, масло сливочное)	18-52	200	4,09	6,40	27,25	183
Компот из изюма (изюм, сахар, кислота лимонная)	5-94	200	0,35	0,38	29,85	122
Хлеб ржано- пшеничный 2 кус.	4-38	60	2,82	0,6	0,6	126
Итого	63-55		20,60	17,20	85,71	697
Всего	121-30		48,97	42,10	170,99	1379

Старший повар С.А.Прохорова

Технолог Т.С.Скворцова

Утверждаю:
 Ген. директор
 «ООО Общепит»
 М.А. Сейфуллина



Согласовано:
 Директор МАОУ
 «УСОШ им.Г.Е.Егорова»
 П.В.Алексеев



Меню для 5-11 классов

четвертый день (четверг)

на 13.05 2021 г.

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Углев оды	Ккал
Завтрак						
Сыр порциями	17-76	30	6,96	8,85	0	108
Биточки рубленые с соусом (говядина, свинина, хлеб пшеничный, мука пшеничная, масло растительное)	19-39	100 (50/50)	8,00	10,50	8,66	162
Каша пшеничная вязкая (крупа пшеничная, масло сливочное)	6-60	200	5,34	5,66	32,74	203
Компот из кураги	6-42	200	0,78	0	27,63	115
Хлеб пшеничный	2-19	40	3,04	0,34	19,44	96
Итого	52-36		24,12	25,35	88,47	684
Обед						
Салат из свеклы (свекла, масло растительное)	6-40	100	1,41	6,01	8,26	93
Щи из свежей капусты с картофелем и со сметаной (капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, томатное пюре, масло растительное, сметана)	7-32	250/5	2,02	6,95	8,24	110
Плов из птицы (курица, лук репчатый, морковь, томатная паста, крупа рисовая, масло растительное)	61-70	300 (100/200)	25,42	15,70	53,6	458
Компот из чернослива (чернослив, сахар, лимонная кислота)	8-40	200	0,35	0	23,61	98
Хлеб ржано- пшеничный 2 кус.	4-38	60	2,82	0,60	0,60	126
Итого	88-20		32,02	29,26	94,31	885
Всего	140-56		56,14	54,61	182,78	1569

Старший повар С.А. Прохорова

Технолог Т.С. Скворцова



Меню для 5-11 классов

пятый день (пятница)

на 14.05 2021 г.

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Углев оды	Ккал
Завтрак						
Сыр порциями	17-76	30	6,96	8,85	0	108
Каша молочная гречневая с маслом (крупка гречневая, молоко, сахар, масло сливочное)	21-42	200/10	9,09	12,99	35,18	295
Чай с молоком	9-34	200	1,52	1,35	15,90	81
Хлеб пшеничный	2-19	40	3,04	0,34	19,44	96
Мандарины свежие порциями	17-60	100	0,90	0	8,80	39
Итого	68-31		21,33	20,95	79,32	595
Обед						
Сельдь с картоф.отварной (картофель, сельдь с/с, лук репчатый, масло растительное)	14-31	100	6,18	7,88	4,5	155
Рассольник ленинградский со сметаной (картофель, крупка рисовая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло растительное)	9-39	250/5	2,02	7,09	11,98	127
Фрикадельки из говядины, тушеные в соусе (говядина, лук репчатый, хлеб пшеничный, масло растительное)	21-03	115 (65/50)	8,50	11,21	10,61	180
Картофель отварной (картофель, масло сливочное)	14-83	200/10	3,81	5,76	30,68	190
Компот из свежих яблок (яблоки свежие, сахар, кислота лимонная)	3-38	20	0,16	0,16	27,87	115
Хлеб ржано- пшеничный 2 кус.	4-38	60	2,82	0,60	0,60	126
Итого	67-32		18,71	34,86	85,84	863
Всего	135-63		40,04	55,81	165,16	1458

Старший повар С.А.Прохорова

Технолог Т.С.Скворцова

Утверждаю:
 Ген. директор
 «ООО Общепит»
 М.А.Сейфуллина



Согласовано:
 Директор МАОУ
 «УСОШ им.Г.Е.Егорова»
 П.В.Алексеев



Меню для 5-11 классов

шестой день (суббота)

на 15.05 2021 г.

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Углев оды	Ккал
Завтрак						
Котлеты рыбные с соусом (минтай, хлеб пшеничный, молоко, сухари, масло растительное)	12-66	100 (50/50)	6,59	5,64	9,39	115
Каша пшенная вязкая (крупя пшено, масло сливочное)	6-21	200	5,56	6,68	31,92	210
Чай с сахаром	1-30	200	0,07	0,02	15,00	60
Хлеб пшеничный	2-19	40	3,04	0,34	19,44	96
Яблоки свежие порциями	10-70	100	0,40	0,40	9,80	47
Итого	33-06		15,66	13,08	85,55	528
Обед						
Салат из свежих помидоров со сл.перцем (помидоры св.,сл.перец,масло растительное)	28-34	100	1,1	6,08	3,75	74,1
Суп крестьянский с крупой (картофель, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло растительное)	5-13	250	1,48	4,92	6,09	76
Гуляш из говядины (говядина, лук репчатый, масло растительное)	44-29	100 (50/50)	14,55	16,79	2,89	221
Капуста тушеная (капуста, масло сливочное)	17-69	200	4,13	6,47	18,86	150
Компот из изюма (изюм, сахар, кислота лимонная)	5-94	200	0,35	0,38	29,85	122
Хлеб ржано- пшеничный 2 кус.	4-38	60	2,82	0,60	0,60	126
Итого	105-77		24,64	32,41	64,76	755
Всего	138-83		40,30	45,49	150,31	1283

Старший повар С.А.Прохорова

Технолог Т.С.Скворцова

Утверждаю:
 Ген. директор
 «ООО Общепит»
 М.А.Сейфуллина



Согласовано:
 Директор МАОУ
 «Урмарская СОШ»
 П.В.Алексеев



Меню для 5-11 классов

седьмой день (понедельник)
 на 17 мая 2021 г.

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Углев оды	Ккал
Завтрак						
Сыр порциями	17-76	30	6,96	8,85	0	108
Каша молочная рисовая с маслом (крупа рисовая, молоко, сахар, масло сливочное)	20-27	200/10	6,00	10,85	6,82	294
Какао с молоком	16-12	200	4,08	3,54	17,58	119
Хлеб пшеничный	2-19	40	3,04	0,34	19,44	96
Булочка творожная	6-18	50	6,54	3,03	19,34	131
Итого	62-52		26,62	26,61	63,18	748
Обед						
Салат из свежих помидоров и огурцов (помидоры и огурцы свежие, лук репчатый, масло растительное)	22-73	100	0,96	6,08	3,65	71
Суп картофельный с горохом (картофель, горох, морковь, лук репчатый, масло растительное)	5-95	250	5,49	5,27	16,54	148
Биточки рубленые с соусом (говядина, хлеб пшеничный, мука пшеничная, масло растительное)	26-26	100 (50/50)	8,00	10,50	8,66	162
Макаронны отварные (макаронные изделия, масло сливочное)	6-04	200	7,36	6,02	35,26	225
Компот из кураги (курага, сахар, кислота лимонная)	4-64	200	0,78	0	27,63	115
Хлеб ржано- пшеничный 2 кус.	4-38	60	2,82	0,60	0,60	126
Итого	70-00		25,41	28,47	92,34	847
Всего	132-52		52,03	55,08	155,52	1595

Старший повар С.А.Прохорова

Технолог Т.С.Скворцова

Утверждаю:
Ген. директор
«ООО.Общепит»

М.А.Сейфуллина




Согласовано:
Директор МАОУ
«Урмарская СОШ»

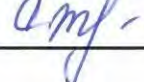
П.В.Алексеев



Меню для 5-11 классов
восьмой день (вторник)
на 18 мая 2021 г.

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Углев оды	Ккал
Завтрак						
Помидоры свежие порциями	10-71	50	0,55	0,10	1,90	11
Тефтели рубленые с соусом (говядина, свинина, хлеб пшеничный, молоко, лук репчатый, мука пшеничная, масло растительное)	22-90	110 (60/50)	7,83	8,75	10,25	151
Каша гречневая рассыпчатая	15-24	200	11,46	8,12	51,52	325
Компот из свежих яблок	3-38	200	0,16	0,16	27,87	115
Хлеб пшеничный	2-19	40	3,04	0,34	19,44	96
Итого	54-42		23,04	17,47	110,98	698
Обед						
Огурцы свежие порциями	22-95	100	0,80	0	3,80	18
Борщ с капустой картофелем со сметаной (свекла, капуста свежая, морковь, лук репчатый, томатное пюре, масло растительное)	9-70	250/5	2,19	5,88	14,10	118
Котлеты из птицы рубленые с соусом (курица, хлеб пшеничный, мука пшеничная, масло растительное, томатная паста, морковь, лук репчатый, мука пшеничная, масло сливочное)	30-14	100 (50/50)	8,34	9,85	10,01	162
Рис отварной (крупа рисовая, масло сливочное)	10-56	200	4,87	7,17	48,91	280
Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, кислота лимонная)	4-16	200	0,66	0	32,01	133
Хлеб ржано- пшеничный 2 кус.	4-38	60	2,82	0,60	0,60	126
Итого	81-89		19,68	23,50	109,43	837
Всего	136-31		42,72	40,97	261,38	1535

Старший повар  С.А.Прохорова

Технолог  Т.С.Скворцова

Утверждаю:
Ген. директор
«ООО Общепит»
М.А.Сейфуллина




Согласовано:
Директор МАОУ
«УСОШ им.Г.Е.Егорова»
П.В.Алексеев



Меню для 5-11 классов
девятый день(среда)

на 19 мая 2021 г.

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Углев оды	Ккал
Завтрак						
Сыр порциями	17-76	30	6,96	8,85	0	108
Каша молочная пшениная с маслом (крупa пшениная, молоко, сахар, масло сливочное)	18-62	200/10	7,51	11,72	37,05	285
Чай с фруктовым соком	4-44	200	0,34	0,02	24,53	95
Хлеб пшеничный	2-19	40	3,04	0,34	19,44	96
Груши свежие порциями	10-80	100	0,40	0,30	10,30	47
итого	53-81		18,07	18,65	91,32	607
Обед						
Салат из огурцов с раст.маслом (огурцы свежие, масло растительное)	24-36	100	4,94	9,50	7,94	137,02
Щи из свежей капусты с картофелем и со сметаной (капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, томатное пюре, масло растительное, сметана)	7-32	250/5	2,02	6,95	8,24	110
Котлеты рыбные с соусом (минтай, хлеб пшеничный, сухари, масло растительное)	12-66	100 (50/50)	6,59	5,64	9,39	115
Пюре картофельное (картофель, молоко, масло сливочное)	18-52	200	4,09	6,40	27,25	183
Компот из чернослива (чернослив, сахар, лимонная кислота)	8-40	200	0,35	0	23,61	98
Хлеб ржано- пшеничный 2 кус.	4-38	60	2,82	0,60	0,60	126
Итого	75-64		17,58	24,59	77,55	718
Всего	129-45		35,65	43,24	168,87	1325

Старший повар  С.А.Прохорова

Технолог  Т.С.Скворцова

Утверждаю:
Ген. директор
«ООО Общепит»
М.А.Сейфуллина



Согласовано:
Директор МАОУ
«УСОШ им.Г.Е.Егорова»
П.В.Алексеев



Меню для 5-11 классов

десятый день(четверг)

на 20 мая 2021 г.

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Углев оды	Ккал
Завтрак						
Масло сливочное порциями	5-70	10	0,08	7,26	0,14	66
Плов из птицы (курица, масло растительное, лук репчатый, морковь, томатная паста, крупа рисовая)	53-87	300 (100/200)	21,18	13,08	44,67	381
Чай с сахаром	1-30	200	0,07	0,02	15,01	60
Хлеб пшеничный	2-19	40	3,04	0,34	19,44	96
Вафли	10-00	50	2,38	9,68	18,64	180
Итого	73-06		26,75	30,38	97,90	783
Обед						
Салат из соленых огурцов с зеленым луком (огурцы соленые, лук зеленый, масло растительное)	6-28	100	1,08	6,09	3,43	59,1
Суп картофельный рыбный (картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, минтай)	16-07	250/25	6,39	3,66	15,75	134
Фрикадельки из говядины, тушеные в соусе (говядина, лук репчатый, хлеб пшеничный, мука пшеничная, масло растительное)	21-03	115 (65/50)	8,50	11,21	10,61	180
Каша пшеничная вязкая (крупа пшеничная, масло сливочное)	6-60	200	5,34	5,66	32,74	203
Компот из изюма (изюм, сахар, кислота лимонная)	5-94	200	0,35	0,38	29,85	122
Хлеб ржано- пшеничный 2 кус.	4-38	60	2,82	0,60	0,60	126
Итого	60-30		24,71	24,76	96,02	825
Всего	133-36		51,46	55,14	193,92	1608

Старший повар _____ С.А.Прохорова

Технолог _____ Т.С.Скворцова

Утверждаю:
Ген. директор
«ООО Общепит»
М.А.Сейфуллина



Согласовано:
Директор МАОУ
«УСОШ им.Г.Е.Егорова»
П.В.Алексеев




Меню для 5-11 классов

одиннадцатый день(пятница)

на 11 мая 2021 г.

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Углево ды	Ккал
Завтрак						
Птица тушенная в сметанном соусе (курица, масло растительное, сметана, мука пшеничная)	24-21	100 (50/50)	11,65	11,66	3,51	166
Рис отварной	10-56	200	4,87	7,17	48,91	280
Компот из смеси сухофруктов	4-16	200	0,66	0	32,01	133
Хлеб пшеничный	2-19	40	3,04	0,34	19,44	96
Мандарины свежие порциями	17-60	100	0,90	0	8,80	39
Итого	58-72		21,12	19,17	112,67	714
Обед						
Помидоры свежие порциями	21-42	100	1,10	0,20	3,80	22
Суп с макаронными изделиями и картофелем (макаронные изделия, картофель, морковь, лук репчатый, томатное пюре, масло растительное)	7-23	250	2,69	2,84	17,46	118
Биточки рубленые с соусом (свинина, говядина, хлеб пшеничный, сухари, масло растительное)	19-39	100 (50/50)	8,00	10,50	8,66	162
Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное)	15-24	200	11,46	8,12	51,52	325
Компот из свежих яблок (яблоки свежие, сахар, кислота лимонная)	3-38	200	0,16	0,16	27,87	115
Хлеб ржано- пшеничный 2 кус.	4-38	60	2,82	0,60	0,60	126
Итого	71-04		26,23	22,42	109,91	868
Всего	129-76		47,35	41,59	222,58	1582

Старший повар  С.А.Прохорова

Технолог  Т.С.Скворцова

Утверждаю:
 Ген. директор
 «ООО Общепит»
 М.А.Сейфуллина



Согласовано:
 Директор МАОУ
 «УСОШ им.Г.Е.Егорова»
 П.В.Алексеев



Меню для 5-11 классов

двенадцатый день(суббота)

на 22 мая 2021 г.

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Углев оды	Ккал
Завтрак						
Каша молочная манная с маслом (крупа манная, молоко, сахар, масло сливочное)	18-59	200/10	6,11	10,72	32,38	251
Чай с молоком	9-34	200	1,52	1,35	15,90	81
Хлеб пшеничный	2-19	40	3,04	0,34	19,44	96
Булочка творожная	6-18	50	6,54	3,03	19,34	131
Яйцо вареное	12-08	20	2,54	2,30	0,14	32
Итого	48-38		19,75	17,74	87,20	591
Обед						
Огурцы соленые порциями	5-88	100	0,80	0,10	1,60	10
Суп крестьянский с крупой (макаронные изделия, картофель, морковь, лук репчатый, томатное пюре, масло растительное)	5-13	200	1,48	4,92	6,09	76
Шницель рубленый с соусом (свинина, яйца, сухари, масло растительное)	14-43	100 (50/50)	12,5	43,68	6,58	372
Пюре картофельное (картофель, масло сливочное)	18-52	200	4,09	6,40	27,25	183
Компот из чернослива (чернослив, сахар, кислота лимонная)	8-40	200	0,35	0	23,61	98
Хлеб ржано- пшеничный 2 кус.	4-38	60	2,82	0,60	0,60	126
Итого	56-74		22,04	55,70	80,13	865
Всего	105-12		41,79	73,44	167,33	1456

Старший повар С.А.Прохорова

Технолог Т.С.Скворцова

Утверждаю:
 Ген. директор
 «ООО Общепит»
 М.А. Сейфуллина




Согласовано:
 Директор МАОУ
 «УСОШ им.Г.Е.Егорова»
 П.В.Алексеев



Меню для 5-11 классов
 первый день (понедельник)
 на 24 мая 2021 г.

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Углев оды	Ккал
Завтрак						
Сыр порциями	17-76	30	6,96	8,85	0	108
Каша молочная пшенная с маслом (крупа пшенная, молоко, масло сливочное)	18-62	200/10	5,60	6,80	33,60	218
Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток, молоко, сахар)	13-52	200	3,60	2,67	29,20	155
Хлеб пшеничный	2-19	40	3,04	0,34	19,44	96
Мандарины св. порциями	17-60	100	0,90	0	8,80	39
Итого	69-69		20,10	18,66	91,04	616
Обед						
Огурцы свежие порциями	22-95	100	0,8	0	3,8	18
Суп картофельный с бобовыми (картофель, горох, лук репчатый, морковь, масло растительное)	5-95	250	5,49	5,27	16,54	148
Котлеты рубленые с соусом (свинина, говядина, хлеб пшеничный, сухари, масло растительное)	19-39	100 (50/50)	8,00	10,50	8,66	162
Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное)	6-04	200	7,36	6,02	35,26	225
Чай с фруктовым соком (чай заварочный, сахар, витамин, сок)	4-44	200	0,34	0,02	24,53	95
Хлеб ржано- пшеничный 2 кус.	4-38	60	3,36	0,66	29,64	137
Итого	63-15		25,35	22,47	118,43	785
Всего	132-84		45,45	41,13	209,47	1401

Старший повар  С.А. Прохорова

Технолог  Т.С. Скворцова



Меню для 5-11 классов

второй день (вторник)
 на 25 мая 2021 г.

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Углев оды	Ккал
Завтрак						
Помидоры свежие порциями	10-71	50	0,55	0,10	1,90	11
Котлеты руб. из филе птицы с соусом (курица, хлеб пшеничный, молоко, сухари)	30-14	100 (50/50)	8,34	9,85	10,01	162
Рис отварной	10-56	200	4,87	7,17	48,91	280
Компот из свежих яблок (свежие яблоки, сахар, лимонная кислота)	3-38	200	0,16	0,16	27,87	115
Хлеб пшеничный	2-19	40	3,04	0,34	19,44	96
Итого	56-98		16,96	17,62	108,13	664
Обед						
Салат из редиса	36-92	100	2,51	7,38	2,85	87,9
Борщ с капустой картофелем со сметаной (свекла, капуста свежая, морковь, лук репчатый, томатное пюре, масло растительное)	9-70	250/5	2,19	5,88	14,10	118
Тефтели рубленные с соусом (свинина, говядина, лук репчатый, хлеб пшеничный, мука пшеничная, масло растительное)	22-90	110 (60/50)	7,83	8,75	10,25	151
Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное)	15-24	200	11,46	8,12	51,52	325
Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, кислота лимонная)	4-16	200	0,66	0	32,01	133
Хлеб ржано- пшеничный 2 кус.	4-38	60	3,36	0,66	29,64	137
Итого	93-30		26,81	26,66	143,99	924
Всего	150-28		43,77	44,28	252,12	1588

Старший повар _____ С.А.Прохорова

Технолог _____ Т.С.Скворцова

Утверждаю:
Ген. директор
«ООО Общепит»
М.А.Сейфуллина



Согласовано:
Директор МАОУ
«УСОШ им.Г.Е.Егорова»
П.В.Алексеев



Меню для 5-11 классов

третий день (среда)

на 26 мая 2021 г.

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белк и	Жиры	Углев оды	Ккал
Завтрак						
Масло сливочное порциями	5-70	10	0,08	7,26	0,14	66
Запеканка творожная с повидлом (творог, крупа манная, сахар яйца, масло сливочное, сухари, сметана, повидло)	46-76	200/20	25,12	17,28	50,50	458
Чай с лимоном	3-10	200/7	0,13	0,02	15,20	62
Хлеб пшеничный	2-19	40	3,04	0,34	19,44	96
Итого	57-75		28,37	24,90	85,28	682
Обед						
Салат картофельный с морковью и зел.горошком (картофель отв, морковь отв, зел.горошек, масло растительное)	9-10	100	2,74	6,16	9,55	112,7
Суп с макаронными изделиями и картофелем (макаронные изделия, картофель, морковь, лук репчатый, томатное пюре, масло растительное)	7-23	250	2,69	2,84	17,46	118
Рыба припущенная с соусом (минтай, лук репчатый, сметана, мука пшеничная, масло сливочное)	18-38	100 (50/50)	8,94	1,98	2,09	62
Пюре картофельное (картофель, молоко, масло сливочное)	18-52	200	4,09	6,40	27,25	183
Компот из изюма (изюм, сахар, кислота лимонная)	5-94	200	0,35	0,38	29,85	122
Хлеб ржано- пшеничный 2 кус.	4-38	60	2,82	0,6	0,6	126
Итого	63-55		20,60	17,20	85,71	697
Всего	121-30		48,97	42,10	170,99	1379

Старший повар С.А.Прохорова

Технолог Т.С.Скворцова



Меню для 5-11 классов

четвертый день (четверг)
 на 24 мая 2021 г.

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Углев оды	Ккал
Завтрак						
Сыр порциями	17-76	30	6,96	8,85	0	108
Биточки рубленые с соусом (говядина, свинина, хлеб пшеничный, мука пшеничная, масло растительное)	19-39	100 (50/50)	8,00	10,50	8,66	162
Каша пшеничная вязкая (крупка пшеничная, масло сливочное)	6-60	200	5,34	5,66	32,74	203
Компот из кураги	6-42	200	0,78	0	27,63	115
Хлеб пшеничный	2-19	40	3,04	0,34	19,44	96
Итого	52-36		24,12	25,35	88,47	684
Обед						
Салат из свеклы (свекла, масло растительное)	6-40	100	1,41	6,01	8,26	93
Щи из свежей капусты с картофелем и со сметаной (капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, томатное пюре, масло растительное, сметана)	7-32	250/5	2,02	6,95	8,24	110
Плов из птицы (курица, лук репчатый, морковь, томатная паста, крупа рисовая, масло растительное)	61-70	300 (100/200)	25,42	15,70	53,6	458
Компот из чернослива (чернослив, сахар, лимонная кислота)	8-40	200	0,35	0	23,61	98
Хлеб ржано- пшеничный 2 кус.	4-38	60	2,82	0,60	0,60	126
Итого	88-20		32,02	29,26	94,31	885
Всего	140-56		56,14	54,61	182,78	1569

Старший повар С.А.Прохорова

Технолог Т.С.Скворцова

Утверждаю:
Ген. директор
«ООО Общепит»
М.А.Сейфуллина

Согласовано:
Директор МАОУ
«УСОШ им.Г.Е.Егорова»
П.В.Алексеев

Меню для 5-11 классов

пятый день (пятница)

на 28 мая 2021 г.

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Углев оды	Ккал
Завтрак						
Сыр порциями	17-76	30	6,96	8,85	0	108
Каша молочная гречневая с маслом (крупя гречневая, молоко, сахар, масло сливочное)	21-42	200/10	9,09	12,99	35,18	295
Чай с молоком	9-34	200	1,52	1,35	15,90	81
Хлеб пшеничный	2-19	40	3,04	0,34	19,44	96
Мандарины свежие порциями	17-60	100	0,90	0	8,80	39
Итого	68-31		21,33	20,95	79,32	595
Обед						
Сельдь с картоф.отварной (картофель, сельдь с/с, лук репчатый, масло растительное)	14-31	100	6,18	7,88	4,5	155
Рассольник ленинградский со сметаной (картофель, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло растительное)	9-39	250/5	2,02	7,09	11,98	127
Фрикадельки из говядины, тушеные в соусе (говядина, лук репчатый, хлеб пшеничный, масло растительное)	21-03	115 (65/50)	8,50	11,21	10,61	180
Картофель отварной (картофель, масло сливочное)	14-83	200/10	3,81	5,76	30,68	190
Компот из свежих яблок (яблоки свежие, сахар, кислота лимонная)	3-38	20	0,16	0,16	27,87	115
Хлеб ржано- пшеничный 2 кус.	4-38	60	2,82	0,60	0,60	126
Итого	67-32		18,71	34,86	85,84	863
Всего	135-63		40,04	55,81	165,16	1458

Старший повар С.А.Прохорова

Технолог Т.С.Скворцова



Меню для 5-11 классов
 шестой день (суббота)
 на 29 мая 2021 г.

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Углев оды	Ккал
Завтрак						
Котлеты рыбные с соусом (минтай, хлеб пшеничный, молоко, сухари, масло растительное)	12-66	100 (50/50)	6,59	5,64	9,39	115
Каша пшенная вязкая (крупа пшено, масло сливочное)	6-21	200	5,56	6,68	31,92	210
Чай с сахаром	1-30	200	0,07	0,02	15,00	60
Хлеб пшеничный	2-19	40	3,04	0,34	19,44	96
Яблоки свежие порциями	10-70	100	0,40	0,40	9,80	47
Итого	33-06		15,66	13,08	85,55	528
Обед						
Салат из свежих помидоров со сл.перцем (помидоры св., сл.перец, масло растительное)	28-34	100	1,1	6,08	3,75	74,1
Суп крестьянский с крупой (картофель, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло растительное)	5-13	250	1,48	4,92	6,09	76
Гуляш из говядины (говядина, лук репчатый, масло растительное)	44-29	100 (50/50)	14,55	16,79	2,89	221
Капуста тушеная (капуста, масло сливочное)	17-69	200	4,13	6,47	18,86	150
Компот из изюма (изюм, сахар, кислота лимонная)	5-94	200	0,35	0,38	29,85	122
Хлеб ржано- пшеничный 2 кус.	4-38	60	2,82	0,60	0,60	126
Итого	105-77		24,64	32,41	64,76	755
Всего	138-83		40,30	45,49	150,31	1283

Старший повар С.А.Прохорова
 Технолог Т.С.Скворцова



Утверждаю:
Ген. директор
«ООО Общепит»
М.А.Сейфуллина



Согласовано:
Директор MAOU
«Урмарская СОШ»
П.В.Алексеев

Меню для 5-11 классов

седьмой день (понедельник)
на 30 мая 2021 г.

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Углев оды	Ккал
Завтрак						
Сыр порциями	17-76	30	6,96	8,85	0	108
Каша молочная рисовая с маслом (крупя рисовая, молоко, сахар, масло сливочное)	20-27	200/10	6,00	10,85	6,82	294
Какао с молоком	16-12	200	4,08	3,54	17,58	119
Хлеб пшеничный	2-19	40	3,04	0,34	19,44	96
Булочка творожная	6-18	50	6,54	3,03	19,34	131
Итого	62-52		26,62	26,61	63,18	748
Обед						
Салат из свежих помидоров и огурцов (помидоры и огурцы свежие, лук репчатый, масло растительное)	22-73	100	0,96	6,08	3,65	71
Суп картофельный с горохом (картофель, горох, морковь, лук репчатый, масло растительное)	5-95	250	5,49	5,27	16,54	148
Биточки рубленые с соусом (говядина, хлеб пшеничный, мука пшеничная, масло растительное)	26-26	100 (50/50)	8,00	10,50	8,66	162
Макаронные отварные (макаронные изделия, масло сливочное)	6-04	200	7,36	6,02	35,26	225
Компот из кураги (курага, сахар, кислота лимонная)	4-64	200	0,78	0	27,63	115
Хлеб ржано- пшеничный 2 кус.	4-38	60	2,82	0,60	0,60	126
Итого	70-00		25,41	28,47	92,34	847
Всего	132-52		52,03	55,08	155,52	1595

Старший повар  С.А.Прохорова

Технолог  Т.С.Скворцова

Утверждаю:
Ген. директор
«ООО Общепит»
М.А.Сейфуллина

Согласовано:
Директор МАОУ
«Урмарская СОШ»
П.В.Алексеев

Меню для 5-11 классов

восьмой день (вторник)
на 31 мая 2021 г.

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Углев оды	Ккал
Завтрак						
Помидоры свежие порциями	10-71	50	0,55	0,10	1,90	11
Тефтели рубленые с соусом (говядина, свинина, хлеб пшеничный, молоко, лук репчатый, мука пшеничная, масло растительное)	22-90	110 (60/50)	7,83	8,75	10,25	151
Каша гречневая рассыпчатая	15-24	200	11,46	8,12	51,52	325
Компот из свежих яблок	3-38	200	0,16	0,16	27,87	115
Хлеб пшеничный	2-19	40	3,04	0,34	19,44	96
Итого	54-42		23,04	17,47	110,98	698
Обед						
Огурцы свежие порциями	22-95	100	0,80	0	3,80	18
Борщ с капустой картофелем со сметаной (свекла, капуста свежая, морковь, лук репчатый, томатное пюре, масло растительное)	9-70	250/5	2,19	5,88	14,10	118
Котлеты из птицы рубленые с соусом (курица, хлеб пшеничный, мука пшеничная, масло растительное, томатная паста, морковь, лук репчатый, мука пшеничная, масло сливочное)	30-14	100 (50/50)	8,34	9,85	10,01	162
Рис отварной (крупа рисовая, масло сливочное)	10-56	200	4,87	7,17	48,91	280
Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, кислота лимонная)	4-16	200	0,66	0	32,01	133
Хлеб ржано- пшеничный 2 кус.	4-38	60	2,82	0,60	0,60	126
Итого	81-89		19,68	23,50	109,43	837
Всего	136-31		42,72	40,97	261,38	1535

Старший повар С.А.Прохорова

Технолог Т.С.Скворцова