



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



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

Меню для 1-4 классов

на 1 октября 2021 г.

(Пятница- 5 день)

Обед

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Угле воды	Ккал
Винегрет овощной (картофель, свекла, огурцы соленые, морковь, лук репчатый, масло растит.)	3-85	60	1,74	6,18	9,24	9,95
Рассольник ленинградский со сметаной (картофель, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло растительное)	9-79	200/5	1,88	5,1	13,92	113
Фрикадельки из говядины, тушеные в соусе (говядина, лук репчатый, хлеб пшеничный, масло растительное)	24-93	105 (55/50)	8,83	8,63	7,54	140
Картофель отварной (картофель, масло сливочное)	9-83	150	3,03	4,93	24,49	159
Чай с сахаром (чай заварка, сахар-песок)	1-30	200	0,07	0,02	15	60
Хлеб ржано- пшеничный 2 кус.	4-38	60	2,82	0,6	0,6	126
Итого	54-08		18,37	25,46	70,79	607,9
Полдник						
Пирожки с капустой мясом	21-00	60	6,94	5,84	23,64	176
Сок фруктовый	21-00	200	1,4	0,2	26,4	120
Итого	42-00		8,34	6,04	50,04	296
Итого всего	96-08		26,71	31,5	120,83	903,9

Старший повар *ЛЮ* Л.Ю. Ирзаева

Технолог *Т.С.* Т.С. Скворцова



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



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

Меню для 1-4 классов
 на Четверг 2021 г.
 (Понедельник – 7 день)

Обед

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Угле воды	Ккал
Салат из свежих помидоров и огурцов (помидоры и огурцы свежие, лук репчатый, масло растительное)	8-24	60	0,54	4,3	1,9	49
Суп картофельный с горохом (картофель, горох, морковь, лук репчатый, масло растительное)	6-16	200	4,71	3,73	15,96	118
Биточки рубленые с соусом (говядина, хлеб пшеничный, мука пшеничная, масло растительное)	21-46	100 (50/50)	9,08	9,46	10,66	165
Макаронны отварные (макаронные изделия, масло сливочное)	4-67	150	5,32	4,89	35,52	211
Компот из свежих яблок (яблоки свежие, сахар-песок, кислота лимонная)	6-96	200	0,16	0,16	27,87	109
Хлеб ржано- пшеничный 2 кус.	4-38	60	2,82	0,6	0,6	126
Итого	51-87		22,63	23,14	92,51	778
Полдник						
Ватрушка с повидлом	6-91	75	4,62	2,38	28,08	235
Напиток лимонный	6-38	200	0,14	0,02	24,43	96
Итого	13-29		4,76	2,4	52,51	331
Итого всего	65-16		27,39	25,54	145,02	1109

Старший повар Л.Ю.Ирзаева

Технолог Т.С.Скворцова



Утверждаю:
Ген. директор
«ООО Общепит»

М.А.Сейфуллина



Согласовано:
Директор MAOU
«Урмарская СОШ»

П.В.Алексеев

Меню для 1-4 классов
 на 06 октября 2021 г.
 (Среда – 9 день)

Обед

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Угле воды	Ккал
Салат из квашеной капусты с маслом раст. (капуста кваш., лук репч.сахар,масло растит.)	7-88	60	0,48	0,06	0,96	8
Щи из свежей капусты с картофелем и со сметаной (капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, томатное пюре, масло растительное, сметана)	10-35	200/5	1,46	4,75	6,22	79
Котлеты рыбные с соусом (минтай, хлеб пшеничный, сухари, масло растительное)	14-54	100 (50/50)	9,04	8,22	10,71	155
Пюре картофельное (картофель, молоко, масло сливочное)	12-36	150	3,22	5,56	22	155
Компот из яблок (яблоки св.,сахар-песок)	6-96	200	0,16	0,16	27,87	109
Хлеб ржано- пшеничный 2 кус.	4-38	60	2,82	0,6	0,6	126
Итого	56-47		17,18	19,35	68,36	632
Полдник						
Пирожки с капустой мясом	21-00	60	6,94	5,84	23,64	176
Напиток апельсиновый	3-98	200	0,2	0,04	25,73	100
Итого	24-98		7,14	5,88	49,37	276
Итого всего	81-45		24,32	25,23	117,73	908

Старший повар _____ Л.Ю.Ирзаева

Технолог _____ Т.С.Скворцова



Меню для 1-4 классов
 на 7 сентября 2021 г.
 (Четверг – 10 день)

Обед

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Угле воды	Ккал
Салат из белокочанной капусты (капуста, морковь, сахар, соль, масло растит.)	3-76	60	0,76	9,04	4,59	103
Суп картофельный рыбный (картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, минтай)	10-91	200/12,5	4,57	2,8	15,3	107
Фрикадельки из говядины, тушеные в соусе (говядина, лук репчатый, хлеб пшеничный, мука пшеничная, масло растительное)	24-93	100 (50/50)	8,83	8,63	7,54	140
Каша пшеничная вязкая (крупа пшеничная, масло сливочное)	4-88	150	4,21	4,8	22,99	154
Чай с сахаром (чай-заварка, сахар-песок)	1-30	200	0,07	0,02	15	60
Хлеб ржано- пшеничный 2 кус.	4-38	60	2,82	0,6	0,6	126
Итого	50-16		21,26	25,89	66,02	690
Полдник						
Булочка с орехами	10-10	50	3,95	5,11	24,38	158
Чай с лимоном	3-53	200	0,26	0,06	15,22	59
Апельсин св.порциями	24-00	150	1,35	0,3	12,15	60
Итого	37-63		5,56	5,47	51,75	277
Итого всего	87-79		26,82	31,36	117,7	967

Старший повар **Л.Ю. Ирзаева**

Технолог **Т.С.Скворцова**



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



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

Меню для 1-4 классов

на сентябрь 2021 г.

(Пятница – 11 день)

Обед

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Углев оды	Ккал
Помидоры свежие порциями	11-01	60	0,48	0,12	3,12	12
Суп с макаронными изделиями и картофелем (макаронные изделия, картофель, морковь, лук репчатый, томатное пюре, масло растительное)	7-19	200	2,26	4,3	16,68	117
Биточки рубленые с соусом (свинина, говядина, хлеб пшеничный, сухари, масло растительное)	21-46	100 (50/50)	9,08	9,46	10,66	165
Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное)	12-70	150	8,76	6,62	43,08	271
Чай с сахаром ,лимоном (чай-заварка, сахар-песок, лимон)	3-53	200/7	0,53	0	9,87	41,6
Хлеб ржано- пшеничный 2 кус.	4-38	60	2,82	0,6	0,6	126
Итого	60-27		23,93	21,1	84,01	732,6
Полдник						
Вафли мягкие	13-00	40	2,38	9,68	18,64	180
Сок фруктовый	21-00	200	1,4	0,2	26,4	120
Итого	34-00		3,78	9,88	45,04	300
Итого всего	94-27		27,71	30,98	129,05	1032,6

Старший повар Л.Ю.Ирзаева

Технолог Т.С.Скворцова



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



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

Меню для 1-4 классов

на Понедельник 2021 г.
(Понедельник-1 день)

Обед

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Углево ды	Ккал
Огурцы свежие порциями	7-44	60	0,48	0,12	3,12	12
Суп картофельный с бобовыми (картофель, горох, лук репчатый, морковь, масло растительное)	6-16	200	4,71	3,73	15,96	118
Котлеты рубленые с соусом (свинина, говядина, хлеб пшеничный, сухари, масло растительное)	21-46	100 (50/50)	9,08	15,2	9,2	165
Макароны отварные (макаронные изделия, масло сливочное)	4-67	150	5,32	4,89	35,52	211
Чай с фруктовым соком (чай заварочный, сахар, витамин, сок)	4-52	200	0,34	0,02	24,53	95
Хлеб ржано- пшеничный 2 кус.	4-38	60	2,82	0,6	0,6	126
Итого	48-63		22,75	24,56	88,93	727
Полдник						
Ватрушка с повидлом	6-91	75	4,62	2,38	28,08	235
Напиток из плодов шиповника	6-90	200	0,68	0,28	20	133
Итого	13-81		5,3	2,66	48,08	368
Итого всего :	62-44		28,05	27,22	137,01	1095

Старший повар Л.Ю.Ирзаева

Технолог Т.С.Скворцова



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



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

Меню для 1-4 классов

на 12 октября 2021 г.

(Вторник – 2 день)

Обед

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Угле воды	Ккал
Салат из белокочанной капусты (капуста, морковь, сахар, соль, масло растительное)	3-76	60	0,54	4,3	1,9	49
Борщ с капустой картофелем со сметаной (свекла, капуста свежая, морковь, лук репчатый, томатное пюре, масло растительное)	9-15	200/5	1,47	4,67	7,31	89
Тефтели рубленые с соусом (свинина, говядина, лук репчатый, хлеб пшеничный, мука пшеничная, масло растительное)	23-26	110 (60/50)	8,56	14,11	9,07	197
Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное)	12-70	150	8,76	6,62	43,08	271
Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, кислота лимонная)	6-70	200	0,44	0	28,88	116
Хлеб ржано- пшеничный 2 кус.	4-38	60	2,82	0,6	0,6	126
Итого	59-95		22,59	30,3	90,84	848
Полдник						
Булочка творожная	4-75	50	6,65	1,8	5,95	148
Сок фруктовый	21-00	200	1,4	0,2	26,4	120
Итого	25-75		8,05	2	32,35	268
Итого всего	85-70		30,64	32,3	123,19	1116

Старший повар *Л.Ю.Ирзаева* Л.Ю.Ирзаева

Технолог *Т.С.Скворцова* Т.С.Скворцова



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



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

Меню для 1-4 классов

на 13 октября 2021 г.

(Среда-3 день)

Обед

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Угле воды	Ккал
Салат из квашеной капусты с раст.маслом (квашенная капуста, сахар, соль, масло растит.)	7-88	60	0,48	0,06	0,96	8
Суп с макаронными изделиями и картофелем (макаронные изделия, картофель, морковь, лук репчатый, томатное пюре, масло растительное)	7-19	200	2,26	4,3	16,68	117
Рыба припущенная с соусом (минтай, лук репчатый, сметана, мука пшеничная, масло сливочное)	22-71	100 (50/50)	13,81	5,76	2,73	139
Пюре картофельное (картофель, молоко, масло сливочное)	12-36	150	3,22	5,56	22	155
Чай с сахаром (чай-заварка, сахар-песок)	1-30	200	0,07	0,02	15	60
Хлеб ржано- пшеничный 2 кус.	4-38	60	2,82	0,6	0,6	126
Итого	55-82		22,66	16,3	57,97	605
Полдник						
Ватрушка с творогом	8-35	75	8,46	7,34	31,9	229
Напиток лимонный	6-38	200	0,14	0,02	24,43	96
Апельсин св.порциями	24-00	150	1,35	0,3	12,15	60
Итого	38-73		9,95	7,66	68,48	385
Итого всего:	94-55		32,93	23,94	144,6	1058
					1	

Старший повар  Л.Ю.Ирзаева

Технолог  Т.С.Скворцова



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



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

Меню для 1-4 классов

На Четверг 2021 г.
(Четверг – 4 день)

Обед

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Угле воды	Ккал
Салат из свеклы (свекла, масло растительное)	2-75	60	0,76	9,04	4,59	103
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной (капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, томатное пюре, масло растительное, сметана)	10-35	200/5	1,46	4,75	6,22	79
Плов из птицы (курица, лук репчатый, морковь, томатная паста, крупа рисовая, масло растительное)	38-46	50/150/ 200	20,27	6,74	28,08	256
Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов, сахар, кислота лимонная)	6-70	200	0,44	0	28,88	116
Хлеб ржано- пшеничный 2 кус.	4-38	60	2,82	0,6	0,6	126
Итого	62-64		25,75	21,13	68,37	680
Полдник						
Вафли мягкие	13-00	40	2,38	9,68	18,64	180
Напиток апельсиновый	3-98	200	0,2	0,04	25,73	100
Итого	16-98		2,58	9,72	44,37	280
Итого всего :	79-62		28,46	30,85	118,2	980
					7	

Старший повар Л.Ю.Ирзаева

Технолог Т.С.Скворцова



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



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

Меню для 1-4 классов
на 15 октября 2021 г.
(Пятница- 5 день)
Обед

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Угле воды	Ккал
Винегрет овощной (картофель,свекла,огурцы соленые,морковь,лук репчатый,масло растит.)	3-85	60	1,74	6,18	9,24	9,95
Рассольник ленинградский со сметаной (картофель, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло растительное)	9-79	200/5	1,88	5,1	13,92	113
Фрикадельки из говядины, тушеные в соусе (говядина, лук репчатый, хлеб пшеничный, масло растительное)	24-93	105 (55/50)	8,83	8,63	7,54	140
Картофель отварной (картофель, масло сливочное)	9-83	150	3,03	4,93	24,49	159
Чай с сахаром (чай заварка,сахар-песок)	1-30	200	0,07	0,02	15	60
Хлеб ржано- пшеничный 2 кус.	4-38	60	2,82	0,6	0,6	126
Итого	54-08		18,37	25,46	70,79	607,9
Полдник						
Пирожки с капустой мясом	21-00	60	6,94	5,84	23,64	176
Сок фруктовый	21-00	200	1,4	0,2	26,4	120
Итого	42-00		8,34	6,04	50,04	296
Итого всего	96-08		26,71	31,5	120,83	903,9

Старший повар Л.Ю. Ирзаева

Технолог Т.С.Скворцова



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



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

Меню для 1-4 классов
на Воскресие 2021 г.
(Понедельник – 7 день)
Обед

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Угле воды	Ккал
Салат из свежих помидоров и огурцов (помидоры и огурцы свежие, лук репчатый, масло растительное)	8-24	60	0,54	4,3	1,9	49
Суп картофельный с горохом (картофель, горох, морковь, лук репчатый, масло растительное)	6-16	200	4,71	3,73	15,96	118
Биточки рубленые с соусом (говядина, хлеб пшеничный, мука пшеничная, масло растительное)	21-46	100 (50/50)	9,08	9,46	10,66	165
Макаронны отварные (макаронные изделия, масло сливочное)	4-67	150	5,32	4,89	35,52	211
Компот из свежих яблок (яблоки свежие, сахар-песок, кислота лимонная)	6-96	200	0,16	0,16	27,87	109
Хлеб ржано- пшеничный 2 кус.	4-38	60	2,82	0,6	0,6	126
Итого	51-87		22,63	23,14	92,51	778
Полдник						
Ватрушка с повидлом	6-91	75	4,62	2,38	28,08	235
Напиток лимонный	6-38	200	0,14	0,02	24,43	96
Итого	13-29		4,76	2,4	52,51	331
Итого всего	65-16		27,39	25,54	145,02	1109

Старший повар Л.Ю.Ирзаева

Технолог Т.С.Скворцова



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



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

Меню для 1-4 классов
на 19 октября 2021 г.
(Вторник – 8 день)

Обед

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Угле воды	Ккал
Огурцы свежие порциями	7-44	60	0,48	0,12	3,12	12
Борщ с капустой картофелем со сметаной (свекла, капуста свежая, морковь, лук репчатый, томатное пюре, масло растительное)	9-15	200/5	1,47	4,67	7,31	89
Котлеты из птицы рубленные с соусом (курица, хлеб пшеничный, мука пшеничная, масло растительное, томатная паста, морковь, лук репчатый, мука пшеничная, масло сливочное)	33-33	100 (50/50)	10,88	7,6	1,86	157
Рис отварной (крупа рисовая, масло сливочное)	8-00	150	3,81	6,11	38,61	228
Чай с сахаром (чай заварка, сахар-песок)	1-30	200	0,07	0,02	15	60
Хлеб ржано- пшеничный 2 кус.	4-38	60	2,82	0,6	0,6	126
Итого	63-60		19,53	19,12	66,5	672
Полдник						
Ватрушка с творогом	8-35	75	8,46	7,34	31,9	229
Сок фруктовый	21-00	200	1,4	0,2	26,4	120
Итого	29-35		9,86	7,54	58,3	349
Итого всего	92-95		29,39	26,66	124,8	1021

Старший повар *Л.Ю. Ирзаева* Л.Ю. Ирзаева

Технолог *Т.С. Скворцова* Т.С. Скворцова



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



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

Меню для 1-4 классов

на 20 октября 2021 г.
(Среда – 9 день)

Обед

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Угле воды	Ккал
Салат из квашеной капусты с маслом раст. (капуста кваш., лук репч. сахар, масло растит.)	7-88	60	0,48	0,06	0,96	8
Щи из свежей капусты с картофелем и со сметаной (капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, томатное пюре, масло растительное, сметана)	10-35	200/5	1,46	4,75	6,22	79
Котлеты рыбные с соусом (минтай, хлеб пшеничный, сухари, масло растительное)	14-54	100 (50/50)	9,04	8,22	10,71	155
Пюре картофельное (картофель, молоко, масло сливочное)	12-36	150	3,22	5,56	22	155
Компот из яблок (яблоки св., сахар-песок)	6-96	200	0,16	0,16	27,87	109
Хлеб ржано- пшеничный 2 кус.	4-38	60	2,82	0,6	0,6	126
Итого	56-47		17,18	19,35	68,36	632
Полдник						
Пирожки с капустой мясом	21-00	60	6,94	5,84	23,64	176
Напиток апельсиновый	3-98	200	0,2	0,04	25,73	100
Итого	24-98		7,14	5,88	49,37	276
Итого всего	81-45		24,32	25,23	117,73	908

Старший повар  Л.Ю.Ирзаева

Технолог  Т.С.Скворцова



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



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

Меню для 1-4 классов

на 21 октября 2021 г.

(Четверг – 10 день)

Обед

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Угле воды	Ккал
Салат из белокочанной капусты (капуста, морковь, сахар, соль, масло растит.)	3-76	60	0,76	9,04	4,59	103
Суп картофельный рыбный (картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, минтай)	10-91	200/12,5	4,57	2,8	15,3	107
Фрикадельки из говядины, тушеные в соусе (говядина, лук репчатый, хлеб пшеничный, мука пшеничная, масло растительное)	24-93	100 (50/50)	8,83	8,63	7,54	140
Каша пшеничная вязкая (крупа пшеничная, масло сливочное)	4-88	150	4,21	4,8	22,99	154
Чай с сахаром (чай-заварка, сахар-песок)	1-30	200	0,07	0,02	15	60
Хлеб ржано- пшеничный 2 кус.	4-38	60	2,82	0,6	0,6	126
Итого	50-16		21,26	25,89	66,02	690
Полдник						
Булочка с орехами	10-10	50	3,95	5,11	24,38	158
Чай с лимоном	3-53	200	0,26	0,06	15,22	59
Апельсин св.порциями	24-00	150	1,35	0,3	12,15	60
Итого	37-63		5,56	5,47	51,75	277
Итого всего	87-79		26,82	31,36	117,7	967

Старший повар М Л.Ю. Ирзаева

Технолог С.М. Т.С.Скворцова



Меню для 1-4 классов
на *22 сентября* 2021 г.
(Пятница – 11 день)

Обед

Наименование	Цена, руб.	Выход, г	Белки	Жиры	Углев оды	Ккал
Помидоры свежие порциями	11-01	60	0,48	0,12	3,12	12
Суп с макаронными изделиями и картофелем (макаронные изделия, картофель, морковь, лук репчатый, томатное пюре, масло растительное)	7-19	200	2,26	4,3	16,68	117
Биточки рубленые с соусом (свинина, говядина, хлеб пшеничный, сухари, масло растительное)	21-46	100 (50/50)	9,08	9,46	10,66	165
Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное)	12-70	150	8,76	6,62	43,08	271
Чай с сахаром ,лимоном (чай-заварка, сахар-песок, лимон)	3-53	200/7	0,53	0	9,87	41,6
Хлеб ржано- пшеничный 2 кус.	4-38	60	2,82	0,6	0,6	126
Яблоко	14-73	75	0,3	0,3	7,35	33,3
Итого	75-00		24,23	21,4	91,36	765
Полдник						
Вафли мягкие	13-00	40	2,38	9,68	18,64	180
Сок фруктовый	21-00	200	1,4	0,2	26,4	120
Итого	34-00		3,78	9,88	45,04	300
Итого всего	94-27		27,71	30,98	129,05	1032,6

Старший повар *Л.Ю. Ирзаева* Л.Ю.Ирзаева

Технолог *Т.С. Скворцова* Т.С.Скворцова