

«Утверждаю»  
Директор МБОУ СОШ № 6

Т.В.Догадова

«Согласовано»  
Директор ИП Э.Д.Комусиди  
Э.Н.Болелова

Меню приготавливаемых блюд (завтраки и обеды) для организации питания детей в возрасте от 7 до 11 лет, в муниципальных общеобразовательных учреждениях Уссурийского городского округа

СРЕДА 17.04 2024 г.

**ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,10	74,70
2	Макаронны с сыром	170	12,32	7,15	34,85	248,98
3	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	5,60	22,20
4	Батон пшеничный	30	2,58	0,15	16,47	76,20
5	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
	<b>ИТОГО</b>	510	15,35	15,55	66,92	469,08
6	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	<b>ИТОГО</b>	200	5,60	7,00	9,00	121,40

**ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,10	74,70
2	Сырники	165	11,50	7,09	8,50	140,00
3	Компот из сухофруктов	200	0,89	0,13	31,99	131,80
4	Батон пшеничный	30	2,58	0,15	16,47	76,20
5	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
	<b>ИТОГО</b>	505	15,42	15,82	66,96	469,70
6	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	<b>ИТОГО</b>	200	5,60	7,00	9,00	1060,80

**ОБЕД 1 ВАРИАНТ (вторая смена)**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат свежий огурец с растительным маслом	60	0,42	7,25	1,32	72,12
2	Суп гороховый	200	6,82	7,80	44,00	318,50
3	Биточки из мяса птицы	90	7,95	7,58	0,50	53,50
4	Макаронны отварные	150	5,10	0,60	34,50	166,50
5	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
6	Хлеб пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	48,42
7	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,90
	<b>ИТОГО</b>	710	22,75	23,76	99,95	704,92
8	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	<b>ИТОГО</b>	200	5,60	7,00	9,00	121,40

**ОБЕД 2 ВАРИАНТ**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат свежий огурец с растительным маслом	60	0,42	7,25	1,32	72,12
2	Суп с горохом	200	6,82	7,80	44,00	318,50
3	Рыба припущенная	90	4,41	4,95	11,95	220,08
4	Рис отварной	150	3,12	5,12	32,08	248,30
5	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
6	Хлеб пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	48,42
7	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,90
	<b>ИТОГО</b>	710	17,23	25,65	108,98	953,30
8	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	<b>ИТОГО</b>	200	5,60	7,00	9,00	121,40

«Утверждаю»  
Директор МБОУ СОШ № 6  
Т.В. Догадова

«Согласовано»  
Директор ИП Э.Д. Комусиди  
Э.Н. Болелова

Меню приготавливаемых блюд (завтраки и обеды) для организации питания детей в возрасте от 11 до 18 лет, в муниципальных общеобразовательных учреждениях Уссурийского городского округа

СРЕДА 17.04 2024 г.

**ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,10	74,70
2	Макароны с сыром	220	13,25	9,70	34,11	275,32
3	Чай с сахаром	180	0	0	5,04	19,98
4	Батон пшеничный	50	4,3	0,25	27,45	127
5	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
	<b>ИТОГО</b>	<b>560</b>	<b>18,00</b>	<b>18,40</b>	<b>76,60</b>	<b>544,00</b>

**ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,10	74,70
2	Сырники	185	12,63	9,76	11,10	171,24
3	Компот из сухофруктов	180	0,80	0,12	28,79	118,62
4	Батон пшеничный	50	4,30	0,25	27,45	127,00
5	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
	<b>ИТОГО</b>	<b>525</b>	<b>18,18</b>	<b>18,58</b>	<b>77,34</b>	<b>538,56</b>

**ОБЕД 1 ВАРИАНТ (вторая смена)**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат свежий огурец с растительным маслом	100	0,70	12,08	2,20	120,20
2	Суп гороховый	250	8,16	7,10	37,44	355,16
3	Биточки из мяса птицы	100	8,00	8,12	1,00	37,23
4	Макароны отварные	180	6,12	0,72	41,40	199,80
5	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
6	Хлеб пшеничный	30	2,42	0,30	14,64	72,63
7	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,80
	<b>ИТОГО</b>	<b>860</b>	<b>27,10</b>	<b>28,98</b>	<b>111,38</b>	<b>856,80</b>

**ОБЕД 2 ВАРИАНТ**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат свежий огурец с растительным маслом	100	0,70	12,08	2,20	120,20
2	Суп гороховый с мясом	250	5,83	4,00	8,92	99,76
3	Рыба припущенная	100	11,52	4,32	34,64	141,40
4	Рис отварной	180	3,75	6,15	38,50	298,00
5	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
6	Хлеб пшеничный	30	2,42	0,30	14,64	72,63
7	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,80
	<b>ИТОГО</b>	<b>860</b>	<b>25,92</b>	<b>27,51</b>	<b>113,60</b>	<b>803,77</b>

"Согласовано»  
Директор МБОУ № 6 УГО  
Т.В.Догадова

«Утверждаю»  
ИП Комусиди Э.Д.

Меню приготавливаемых блюд (завтраки и обеды) для организации питания льготной категории детей (в т.ч. Детей-инвалидов, детей с ОВЗ) в возрасте от 7 до 11 лет, в муниципальных общеобразовательных учреждениях Уссурийского городского округа  
СРЕДА 17.04 2024 г

**ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,10	74,70
2	Макароны с сыром	170	12,32	7,15	34,85	248,98
3	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	5,60	22,20
4	Батон пшеничный	30	2,58	0,15	16,47	76,20
5	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
6	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	<b>ИТОГО</b>	<b>710</b>	<b>20,95</b>	<b>22,75</b>	<b>75,92</b>	<b>590,48</b>

**ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,10	74,70
2	Сырники	165	11,50	7,09	8,50	140,00
3	Компот из сухофруктов	200	0,89	0,13	31,99	131,80
4	Батон пшеничный	30	2,58	0,15	16,47	76,20
5	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
6	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	<b>ИТОГО</b>	<b>705</b>	<b>21,02</b>	<b>22,82</b>	<b>75,96</b>	<b>591,10</b>

**ОБЕД (первая смена)**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат свежий огурец с м/р.	60	0,42	7,25	1,32	72,12
2	Суп гороховый	200	6,82	7,80	44,00	318,50
5	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
6	Хлеб пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	48,42
	<b>ИТОГО</b>	<b>460</b>	<b>8,85</b>	<b>15,25</b>	<b>60,12</b>	<b>459,02</b>

**ОБЕД 1 ВАРИАНТ (2 СМЕНА)**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат свежий огурец с м/р.	60	0,42	7,25	1,32	72,12
2	Суп гороховый	200	6,82	7,80	44,00	318,50
3	Биточки из мяса птицы	90	7,95	7,58	0,50	53,50
4	Макароны отварные	150	5,10	0,60	34,50	166,50
5	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	5,60	22,20
6	Хлеб пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	48,42
7	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,90
	<b>ИТОГО</b>	<b>730</b>	<b>22,75</b>	<b>23,76</b>	<b>100,51</b>	<b>707,14</b>

**ОБЕД 2 ВАРИАНТ**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат свежий огурец с м/р.	60	0,42	7,25	1,32	72,12
2	Суп гороховый	200	6,82	7,80	44,00	318,50
3	Рыба припущенная	90	4,41	4,95	11,79	220,08
4	Рис отварной	150	3,12	5,12	32,08	248,30
5	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	5,60	22,20
6	Хлеб пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	48,42
7	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,90
	<b>ИТОГО</b>	<b>730</b>	<b>17</b>	<b>26</b>	<b>109</b>	<b>956</b>

"Согласовано»

Директор МБОУ № 6 УГО

Т.В.Догадова

«Утверждаю»

ИП Комусиди Э.Д.

Меню приготавливаемых блюд (завтраки и обеды) для организации питания льготной категории детей (в т.ч. Детей-инвалидов, детей с ОВЗ) в возрасте от 11 до 18 лет, в муниципальных общеобразовательных учреждениях Уссурийского городского округа

СРЕДА 17.04 2024 г

**ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,10	74,70
2	Макароны с сыром	220	13,25	9,70	34,11	275,32
3	Чай с сахаром	180	0	0	5,04	19,98
4	Батон пшеничный	50	4,3	0,25	27,45	127
5	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
	<b>ИТОГО</b>	<b>560</b>	<b>18,00</b>	<b>18,40</b>	<b>76,60</b>	<b>544,00</b>

**ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,10	74,70
2	Сырники	215	12,63	9,76	11,10	171,24
3	Компот из сухофруктов	180	0,80	0,12	28,79	118,62
4	Батон пшеничный	50	4,30	0,25	27,45	127,00
5	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
	<b>ИТОГО</b>	<b>555</b>	<b>18,18</b>	<b>18,58</b>	<b>77,34</b>	<b>538,56</b>

**ОБЕД**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат свежий огурец с растительным маслом	100	0,70	12,08	2,20	120,20
2	Суп гороховый	250	8,16	14,08	37,44	371,65
3	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
4	Хлеб пшеничный	30	2,42	0,30	14,64	72,63
	<b>ИТОГО</b>	<b>560</b>	<b>11,28</b>	<b>26,46</b>	<b>59,32</b>	<b>584,46</b>

**ОБЕД 1 ВАРИАНТ (2 СМЕНА)**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат свежий огурец с растительным маслом	100	0,70	12,08	2,20	120,20
2	Суп гороховый	250	8,16	14,08	37,44	371,65
3	Биточки из мяса птицы	100	8,00	8,12	1,00	37,23
4	Макароны отварные	180	6,12	0,72	41,40	199,80
5	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
6	Хлеб пшеничный	30	2,42	0,30	14,64	72,63
7	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,80
	<b>ИТОГО</b>	<b>860</b>	<b>27,10</b>	<b>35,96</b>	<b>111,38</b>	<b>873,29</b>

**ОБЕД 2 ВАРИАНТ**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат свежий огурец с растительным маслом	100	0,70	12,08	2,20	120,20
2	Суп гороховый	250	8,16	14,08	37,44	371,65
3	Рыба припущенная	100	11,52	4,32	34,64	141,40
4	Рис отварной	180	3,75	6,15	38,50	298,00
5	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
6	Хлеб пшеничный	30	2,42	0,30	14,64	72,63
7	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,80
	<b>ИТОГО</b>	<b>860</b>	<b>28</b>	<b>38</b>	<b>142</b>	<b>1076</b>