

«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

ЧЕТВЕРГ 18.04 2024 г.

ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Пельмени домашние с м/с	160	12,50	15,10	36,89	326,50
2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	5,60	22,20
3	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,76	48,42
4	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,90
5	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
	ИТОГО	490	15,35	15,83	66,98	470,02
6	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	ИТОГО	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	Сыр	15	4,64	5,90	8,85	71,66
3	Каша рисовая молочная	180	7,60	1,37	25,97	175,76
4	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
5	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
6	Батон пшеничный	30	2,58	0,15	16,47	76,20
	ИТОГО	515	15,27	15,87	66,33	465,30
7	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	ИТОГО	200	5,60	7,00	9,00	121,40

ОБЕД 1 ВАРИАНТ (вторая смена)

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат из квашеной капусты	60	0,00	2,00	23,00	180,50
2	Рассольник по ленинградски	200	0,83	2,45	9,99	155,93
3	Гуляш	90	6,00	11,00	22,98	251,67
4	Гороховое пюре	150	12,92	7,10	26,00	57,60
5	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
6	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,76	48,42
7	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,90
	ИТОГО	710	22,20	23,08	101,60	740,00
8	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	ИТОГО	200	5,60	7,00	9,00	121,40

ОБЕД 2 ВАРИАНТ

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат из квашеной капусты	60	0,00	2,00	23,00	180,50
2	Рассольник по ленинградски	200	0,83	2,45	9,99	155,93
3	Каша рисовая с мясом	180	19,47	18,75	48,01	274,19
4	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
5	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,76	48,42
6	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,90
	ИТОГО	650	22,75	23,73	100,63	704,92
7	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	ИТОГО	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

ЧЕТВЕРГ 18.04 2024 г.

ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Пельмени домашний с м/с	180	13,64	17,06	36,60	358,02
2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	5,60	19,08
3	Хлеб пшеничный	20	2,42	0,30	14,64	72,63
4	Хлеб ржаной	10	1,70	0,66	9,66	51,80
5	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
	ИТОГО	510	18,16	18,22	76,40	548,53

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	Сыр	15	4,64	5,90	8,85	71,66
3	Каша рисовая молочная	200	8,45	3,80	24,54	198,23
4	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
5	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
6	Батон пшеничный	50	4,30	0,25	27,45	127,00
	ИТОГО	555	17,84	18,40	75,88	538,57

ОБЕД 1 ВАРИАНТ (вторая смена)

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат из квашеной капусты	100	1,00	3,30	4,00	50,67
2	Рассольник по ленинградски	250	1,78	3,36	11,87	112,46
3	Гуляш	100	12,01	16,60	17,72	337,15
4	Гороховое пюре	180	8,39	2,23	57,72	212,11
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
	ИТОГО	860	27,30	26,45	120,65	856,80

ОБЕД 2 ВАРИАНТ

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат из квашеной капусты	100	1,00	3,30	4,00	50,67
2	Рассольник по Ленинградски	250	1,78	3,36	11,87	112,46
3	Каша рисовая с мясом	200	20,22	19,98	69,80	510,70
4	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
5	Хлеб пшеничный	30	2,42	0,30	14,64	72,63
6	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,80
	ИТОГО	780	27,12	27,60	115,01	818,24

"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

ЧЕТВЕРГ 18.04 2024 г

ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Пельмени домашние с м/с	180	12,50	15,10	36,89	326,50
2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	5,60	22,20
3	Хлеб пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	48,42
4	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,90
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
	ИТОГО	710	20,96	22,83	75,98	591,42

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	Сыр	15	4,64	5,90	8,85	71,66
3	Каша рисовая молочная	200	7,60	1,37	25,97	175,76
4	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
5	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
6	Батон пшеничный	30	2,58	0,15	16,47	76,20
7	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	ИТОГО	735	20,87	22,87	75,33	586,70

ОБЕД (первая смена)

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат из квашенной капусты	60	0,00	2,00	23,00	180,50
2	Суп гречневый	200	0,83	2,45	9,99	155,93
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
	ИТОГО	460	2,44	4,65	47,79	404,83

ОБЕД 1 ВАРИАНТ (2 СМЕНА)

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат из квашенной капусты	60	0,00	2,00	23,00	180,50
2	Рассольник по ленинградски	200	0,83	2,45	9,99	155,93
3	Гуляш	90	6,00	11,00	22,98	251,67
4	Гороховое пюре по домашнему	150	12,92	7,10	26,00	57,60
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
	ИТОГО	710	22,21	23,08	101,60	740,00

ОБЕД 2 ВАРИАНТ

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат из квашенной капусты	60	0,00	2,00	23,00	180,50
2	Рассольник по ленинградски	200	0,83	2,45	9,99	155,93
3	Каша рисовая с мясом	180	19,47	18,75	48,01	274,19
4	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
5	Хлеб пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	48,42
6	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,90
	ИТОГО	650	23	24	101	705

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

«Утверждаю»
ИП Комусиди Э.Д.

Менюготавливаемых 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

ЧЕТВЕРГ 18.04 2024 г

ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Пельмени отварные с м/с	220	13,64	17,06	36,60	358,02
2	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
3	Хлеб пшеничный	30	2,42	0,30	14,64	72,63
4	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,80
5	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
	ИТОГО	550	18,16	18,22	75,84	549,43

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	Сыр	15	4,64	5,90	8,85	71,66
3	Каша рисовая молочная	200	8,45	3,80	24,54	198,23
4	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
5	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
6	Батон пшеничный	50	4,30	0,25	27,45	127,00
	ИТОГО	555	17,84	18,40	75,88	538,57

ОБЕД

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат из квашенной капусты	100	1,00	3,30	4,00	50,67
2	Рассольник по ленинградски	250	1,78	3,36	11,87	112,46
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
	ИТОГО	560	5,20	6,96	35,55	255,74

ОБЕД 1 ВАРИАНТ (2 СМЕНА)

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат из квашенной капусты	100	1,00	3,30	4,00	50,67
2	Рассольник по ленинградски	250	1,78	3,36	11,87	112,46
3	Гуляш	100	12,01	16,60	17,72	337,15
4	Гороховое пюре	180	8,39	2,23	57,72	212,11
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
	ИТОГО	860	27,30	26,45	120,65	856,80

ОБЕД 2 ВАРИАНТ

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат из квашенной капусты	100	1,00	3,30	4,00	50,67
2	Рассольник по Ленинградски	250	1,78	3,36	11,87	112,46
3	Каша рисовая с мясом	200	20,22	19,98	69,80	510,70
4	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
5	Хлеб пшеничный	30	2,42	0,30	14,64	72,63
6	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,80
	ИТОГО	780	27	28	115	818