

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____

Меню

МБОУ Дружногорская СОШ

17 Января 2022 г.

(12 - 18 лет)

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углев	ККал		

Завтрак б/п

5.86	32	43.2 6	252	Каша рисовая вязкая молочная с маслом	200/3
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	200
2.4	1.4	38.8	183	Пряники	40
2.3	0.72	16.0 2	76	Хлеб пшеничный	30
11	34	113	569		

Обед б/п

11.2 4	6.77	23.5 7	194	Суп картофельный с фасолью и курой	250/5
0.4	0.05	1.15	6	Огурец соленый	20
16.9	0.65	0.31	75	Рыба припущенная	60
3.69	5.64	30.6 9	180	Пюре картофельное с маслом сливочным	150
1	0.2	22	83	Сок натуральный	150
4.12	0.75	20.8 7	109	Хлеб дарницкий	40
37	14	99	647		

Зав. производством _____ Нюганен И.П.

Бухгалтер _____

Ответственный по питанию _____



УТВЕРЖДАЮ

Директор _____

М е н ю

МБОУ Дружнгорская СОШ

18 Января 2022 г.

(7 - 11 лет)

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углев	ККал		

Завтрак б/п

5.32	1.19	38.9 6	178	Каши ячневая вязкая молочная с маслом	150/3
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	180
15.1 9	9	120	594	Печенье	40
13.6 4	2.73	3.18	46	Йогурт ГОСТ 2,5% 100г	100
34	13	177	876		

Обед б/п

6.21	6.42	8.54	120	Щи из кваш. капусты с мясом, сметаной	200/5
1.2	3.3	11.7	82	Салат "Витаминный"	50
18.7 5	19.4	35.8	471	Плов из птицы	150
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	180
4.12	0.75	20.8 7	109	Хлеб дарницкий	40
30	30	92	840		

Зав. производством _____

Бухгалтер _____

Ответственный по питанию _____

Нюганен И.П.



УТВЕРЖДАЮ

Директор _____

М е н ю

МБОУ Дружногорская СОШ

18 Января 2022 г.

(12 - 18 лет)

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углев	ККал		

Завтрак б/п

5.32	1.19	38.9 6	178	Каша ячневая вязкая молочная с маслом	200/3
13.6 4	2.73	3.18	46	Йогурт ГОСТ 2,5% 100г	100
15.1 9	9	120	594	Печенье	40
2.3	0.72	16.0 2	76	Хлеб пшеничный	30
36	14	178	894		

Обед б/п

6.21	6.42	8.54	120	Щи из кваш. капусты с мясом, сметаной	250/5
1.2	3.3	11.7	82	Салат "Витаминный"	50
18.7 5	19.4	35.8	471	Плов из птицы	160
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	200
4.12	0.75	20.8 7	109	Хлеб дарницкий	40
30	30	92	840		

Зав.производством _____

Бухгалтер _____

Ответственный по питанию _____

Нюганен И.П.



УТВЕРЖДАЮ

Директор _____

Меню

МБОУ Дружногорская СОШ

19 Января 2022 г.

(7 - 11 лет)

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углев	ККал		

Завтрак б/п

2.97	2.64	17.7 8	107	Суп молочный с макаронами	200
0.1	0	9.5	38	Чай с лимоном	180/6
15.1 9	9	120	594	Печенье	35
2.3	0.72	16.0 2	76	Хлеб пшеничный	25
21	12	163	815		

Обед б/п

7.83	4.89	24.3 1	167	Суп картофельный с рисом и курой	200
0.21	4.99	8.66	91	Салат из кв. капусты с маслом раст.	40
23.4 3	20.58	6.06	303	Гуляш из свинины	50/50
5.49	4.88	37.5 9	220	Макароны отварные	150
1	0.2	22	83	Сок натуральный	150
4.12	0.75	20.8 7	109	Хлеб дарницкий	30
42	36	119	973		

Зав.производством _____

Бухгалтер _____

Ответственный по питанию _____

Июганен

Июганен И.П.

Июганен

Июганен

ПЕТРОВНА



УТВЕРЖДАЮ

Директор _____

Меню

МБОУ Дружногорская СОШ

19 Января 2022 г.

(12 - 18 лет)

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углев.	ККал		

Завтрак б/п

2.97	2.64	17.78	107	Суп молочный с макаронами	200
0.1	0	9.5	38	Чай с лимоном	200/5
15.19	9	120	594	Печенье	35
2.3	0.72	16.02	76	Хлеб пшеничный	25
21	12	163	815		

Обед б/п

7.83	4.89	24.31	167	Суп картофельный с рисом и курой	250
0.21	4.99	8.66	91	Салат из кв. капусты с маслом раст.	50
23.43	20.58	6.06	303	Гуляш из свинины	50/50
5.49	4.88	37.59	220	Макароны отварные	160
1	0.2	22	83	Сок натуральный	180
4.12	0.75	20.87	109	Хлеб дарницкий	30
42	36	119	973		

Зав.производством _____

Бухгалтер _____

Ответственный по питанию _____

Нюганен И.П.



УТВЕРЖДАЮ

Директор _____

Меню

МБОУ Дружногорская СОШ

20 Января 2022 г.

(7 - 11 лет)

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углев.	ККал		

Завтрак б/п

6.96	4.51	31.0 9	186	Каша пшеничная жидкая с маслом	150/3
3.8	3	23	131	Какао с молоком	180
5.64	7.8	0	83	Колбаса в/к	15
2.3	0.72	16.0 2	76	Хлеб пшеничный	20
0.6	0	16.9 5	69	Яблоко	150
19	16	87	545		

Обед б/п

7.52	8.42	15.4 6	165	Борщ с капустой,картоф.,мясом, сметаной	200
1.55	14.98	9.83	179	Салат из свеклы с маслом растительным	50
16.4 4	20.65	6.43	276	Бефстроганов	50/50
9.04	8.01	48.9 8	291	Каша гречневая рассыпчатая	150
0	0	18.2	72	Компот из сухофруктов	180
4.12	0.75	20.8 7	109	Хлеб дарницкий	30
39	53	120	1092		

Зав.производством _____

Бухгалтер _____

Ответственный по питанию _____

Нюганен И.П.

Нюганен



УТВЕРЖДАЮ

Директор _____

Меню

МБОУ Дружногорская СОШ

20 Января 2022 г.

(12 - 18 лет)

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углев	ККал		
<u>Завтрак б/п</u>					
6.96	4.51	31.0 9	186	Каша тиеничная жидкая с маслом	200/3
3.8	3	23	131	Какао с молоком	200
5.64	7.8	0	83	Колбаса в/к	15
2.3	0.72	16.0 2	76	Хлеб тиеничный	20
0.6	0	16.9 5	69	Яблоко	150
19	16	87	545		

<u>Обед б/п</u>					
7.52	8.42	15.4 6	165	Борщ с капустой,картоф.,мясом, сметаной	250
1.55	14.98	9.83	179	Салат из свеклы с маслом растительным	50
16.4 4	20.65	6.43	276	Бефстроганов	50/50
9.04	8.01	48.9 8	291	Каша гречневая рассыпчатая	150
0	0	18.2	72	Компот из сухофруктов	200
4.12	0.75	20.8 7	109	Хлеб дарницкий	30
39	53	120	1092		

Зав.производством _____

Нюганен И.П.

Бухгалтер _____

Ответственный по питанию _____



УТВЕРЖДАЮ

Директор _____

Меню

МБОУ Дружногорская СОШ

21 Января 2022 г.

(7 - 11 лет)

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углев	ККал		

Завтрак б/п

31.1 1	40.08	43.7 9	657	Запеканка из творога со сгущ. молоком	120/15
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	180
2.3	0.72	16.0 2	76	Хлеб пшеничный	30
34	41	75	791		

Обед б/п

11.2 4	8.9	23.5 7	194	Суп картофельный с горохом и курой	200
15.4	14.14	0.37	190	Мясо отварное	50
5.49	4.88	37.5 9	220	Макароны отварные	150
0	0	18.2	72	Компот из сухофруктов	180
2.3	0.72	16.0 2	76	Хлеб пшеничный	40
34	29	96	752		

Зав.производством _____

Нюганен И.П.

Нюганен И.П.

Бухгалтер _____

Нюганен И.П.

Ответственный по питанию _____



УТВЕРЖДАЮ

Директор _____

М е н ю

МБОУ Дружногорская СОШ

21 Января 2022 г.

(12 - 18 лет)

Пищевая ценность				Наименование блюда	Выход
Белки	Жиры	Углев	ККал		

Завтрак б/п

31.1 1	40.08	43.7 9	657	Запеканка из творога со сгущ. молоком	120/20
0.2	0	15	58	Чай с сахаром	200
2.3	0.72	16.0 2	76	Хлеб пшеничный	30
34	41	75	791		

Обед б/п

11.2 4	8.9	23.5 7	194	Суп картофельный с горохом и курой	250
15.4	14.14	0.37	190	Мясо отварное	50
5.49	4.88	37.5 9	220	Макароны отварные	150
0	0	18.2	72	Компот из сухофруктов	200
2.3	0.72	16.0 2	76	Хлеб пшеничный	40
34	29	96	752		

Зав.производством _____

Бухгалтер _____

Ответственный по питанию _____

Нюганен И.П.

