

«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

ВТОРНИК 16.04 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	Сыр	15	4,64	5,90	8,85	71,66
3	Каша молочная "Дружба"	185	7,80	1,41	26,65	180,50
4	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
5	Батон пшеничный	30	2,58	0,15	16,47	76,20
6	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
7	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	<b>ИТОГО</b>	<b>720</b>	<b>21,07</b>	<b>22,91</b>	<b>76,01</b>	<b>591,44</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	Омлет натуральный	150	10,62	6,56	28,84	211,90
3	Зелённый горошек консервированный	25	0,90	0,03	2,45	13,75
4	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	5,60	22,20
5	Батон пшеничный	20	1,72	0,10	10,98	50,80
6	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,80
7	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
8	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	<b>ИТОГО</b>	<b>725</b>	<b>20,99</b>	<b>22,80</b>	<b>76,53</b>	<b>593,55</b>

ОБЕД 1 ВАРИАНТ (вторая смена)

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат здоровье	60	0,55	0,00	5,59	58,50
2	Суп с макаронными изделиями	200	0,40	16,96	2,00	220,00
3	Плов	200	18,40	5,57	41,05	217,94
4	Компот из сухофруктов	200	0,89	0,13	31,99	131,80
5	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,76	48,42
6	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,80
7	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	<b>ИТОГО</b>	<b>900</b>	<b>29,14</b>	<b>30,52</b>	<b>109,05</b>	<b>849,86</b>

ОБЕД 2 ВАРИАНТ

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат здоровье	60	0,55	0,00	5,59	58,50
2	Суп с макаронными изделиями	200	0,40	16,96	2,00	220,00
3	Гороховое пюре по домашнему	150	12,92	7,10	26,00	57,60
4	Тефтели мясные	90	5,34	0,65	15,89	132,46
5	Компот из сухофруктов	200	0,89	0,13	31,99	131,80
6	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,76	48,42
7	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,80
8	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	<b>ИТОГО</b>	<b>940</b>	<b>29</b>	<b>33</b>	<b>110</b>	<b>822</b>

«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

ВТОРНИК 16.04 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	Сыр	15	4,64	5,90	8,85	71,66
3	Каша молочная "Дружба"	200	8,45	3,80	24,54	198,23
4	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
5	Батон пшеничный	50	4,30	0,25	27,45	127,00
6	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
	<b>ИТОГО</b>	<b>555</b>	<b>17,84</b>	<b>18,40</b>	<b>75,88</b>	<b>538,57</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	Омлет натуральный	180	12,55	8,93	32,22	266,00
3	Зелёный горошек консервированный	25	0,90	0,03	2,45	13,75
4	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
5	Батон пшеничный	30	2,58	0,15	16,47	76,20
6	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,80
7	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
	<b>ИТОГО</b>	<b>545</b>	<b>18,18</b>	<b>18,22</b>	<b>75,84</b>	<b>549,43</b>

**ОБЕД 1 ВАРИАНТ (вторая смена)**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат Здоровье	100	0,80	1,50	3,68	76,85
2	Суп с макаронными изделиями	250	0,40	8,40	18,99	151,21
3	Плов	200	21,00	17,40	30,20	358,40
4	Компот из сухофруктов	180	0,80	0,12	28,79	118,62
5	Хлеб пшеничный	30	2,42	0,30	14,64	72,63
6	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,80
	<b>ИТОГО</b>	<b>780</b>	<b>27,12</b>	<b>28,38</b>	<b>105,96</b>	<b>829,51</b>

**ОБЕД 2 ВАРИАНТ**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат Здоровье	100	0,80	1,50	3,68	76,85
2	Суп с макаронными изделиями	250	0,40	8,40	18,99	151,21
3	Пюре из крупы гороховой	180	8,39	2,23	24,74	120,78
4	Тефтели мясные с соусом	100	12,51	13,97	13,17	211,87
5	Компот из сухофруктов	180	0,80	0,12	28,79	118,62
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>27,02</b>	<b>27,18</b>	<b>113,67</b>	<b>803,76</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

ВТОРНИК 18.04 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	Сыр	15	4,64	5,90	8,85	71,66
3	Каша молочная "Дружба"	185	7,80	1,41	26,65	180,50
4	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
5	Батон пшеничный	30	2,58	0,15	16,47	76,20
6	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
7	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	<b>ИТОГО</b>	<b>720</b>	<b>21,07</b>	<b>22,91</b>	<b>76,01</b>	<b>591,44</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	Омлет натуральный	150	10,62	6,56	28,84	211,90
3	Зелённый горошек консервированный	25	0,90	0,03	2,45	13,75
4	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	5,60	22,20
5	Батон пшеничный	20	1,72	0,10	10,98	50,80
6	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,80
7	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
8	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	<b>ИТОГО</b>	<b>725</b>	<b>20,99</b>	<b>22,80</b>	<b>76,53</b>	<b>593,55</b>

**ОБЕД (первая смена)**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат здоровье	60	0,55	0,00	5,59	58,50
2	Суп с макаронными изделиями	200	0,40	16,96	2,00	220,00
3	Компот из сухофруктов	200	0,89	0,13	31,99	131,80
4	Хлеб пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	48,42
	<b>ИТОГО</b>	<b>480</b>	<b>3,45</b>	<b>17,29</b>	<b>49,34</b>	<b>458,72</b>

**ОБЕД 1 ВАРИАНТ (2 СМЕНА)**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат здоровье	60	0,55	0,00	5,59	58,50
2	Суп с макаронными изделиями	200	0,40	16,96	2,00	220,00
3	Плов	200	18,40	5,57	41,05	217,94
4	Компот из сухофруктов	200	0,89	0,13	31,99	131,80
5	Хлеб пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	48,42
6	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,80
	<b>ИТОГО</b>	<b>700</b>	<b>23,55</b>	<b>23,52</b>	<b>100,05</b>	<b>728,46</b>

**ОБЕД 2 ВАРИАНТ**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат здоровье	60	0,55	0,00	5,59	58,50
2	Суп с макаронными изделиями	200	0,40	16,96	2,00	220,00
3	Гороховое пюре по домашнему	150	12,92	7,10	26,00	57,60
4	Тефтели мясные	90	5,34	0,65	15,89	132,46
5	Компот из сухофруктов	200	0,89	0,13	31,99	131,80
6	Хлеб пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	48,42
7	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,80
	<b>ИТОГО</b>	<b>740</b>	<b>23</b>	<b>26</b>	<b>101</b>	<b>701</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

ВТОРНИК 16.04 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	Сыр	15	4,64	5,90	8,85	71,66
3	Каша молочная "Дружба"	200	8,45	3,80	24,54	198,23
4	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
5	Батон пшеничный	50	4,30	0,25	27,45	127,00
6	Фрукты и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
	<b>ИТОГО</b>	<b>555</b>	<b>17,84</b>	<b>18,40</b>	<b>75,88</b>	<b>538,57</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	Омлет натуральный	200	12,50	8,93	32,22	266,00
3	Зеленный горошек консервированный	25	0,90	0,02	2,45	13,75
4	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	19,98
5	Батон пшеничный	30	2,58	0,15	16,47	76,20
6	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,80
7	Фрукты и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	47,00
	<b>ИТОГО</b>	<b>565</b>	<b>18,13</b>	<b>18,21</b>	<b>75,84</b>	<b>549,43</b>

**ОБЕД**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат здоровье	100	0,00	0,00	7,00	23,00
2	Суп с макаронными изделиями	250	0,40	8,40	18,99	151,21
3	Компот из сухофруктов	180	0,80	0,12	28,79	118,62
4	Хлеб пшеничный	30	2,42	0,30	14,64	72,63
	<b>ИТОГО</b>	<b>560</b>	<b>3,62</b>	<b>8,82</b>	<b>69,42</b>	<b>365,46</b>

**ОБЕД 1 ВАРИАНТ (2 СМЕНА)**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат здоровье	100	0,00	0,00	7,00	23,00
2	Суп с макаронными изделиями	250	0,40	8,40	18,99	151,21
3	Плов	200	21,00	17,40	30,20	358,40
4	Компот из сухофруктов	180	0,80	0,12	28,79	118,62
5	Хлеб пшеничный	30	2,42	0,30	14,64	72,63
6	Хлеб ржаной	20	1,70	0,66	9,66	51,80
	<b>ИТОГО</b>	<b>780</b>	<b>26,32</b>	<b>26,88</b>	<b>109,28</b>	<b>775,66</b>

**ОБЕД 2 ВАРИАНТ**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат здоровье	100	0,00	0,00	7,00	23,00
2	Суп с макаронными изделиями	250	0,40	8,40	18,99	151,21
3	Пюре из крупы гороховой	180	8,39	2,23	24,74	120,78
4	Тефтели мясные с соусом	100	12,51	13,97	13,17	211,87
5	Компот из сухофруктов	180	0,80	0,12	28,79	118,62
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>26</b>	<b>26</b>	<b>117</b>	<b>750</b>