

Утверждено  
Директор МБОУ СОШ № 29

*А.А. Латынцева*  
А.А. Латынцева

Согласовано  
ИП Григорян К.А.



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

ПОНЕДЕЛЬНИК 11 ноября 2024 г.

Вторая неделя

1 СМЕНА

**ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Голень\бедро запеченное	90	6,48	13,15	0,00	144,27
2	Рис отварной	160	4,99	0,85	31,80	154,81
3	Соус красный основной	30	0,36	1,19	1,28	14,82
4	Соки фруктовые, овощные, ягодные	200	1,00	0,20	19,60	83,40
5	Батон пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	47,28
6	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,69
7	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	<b>ИТОГО</b>	<b>710,00</b>	<b>20,89</b>	<b>22,92</b>	<b>76,27</b>	<b>591,67</b>

**ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Блинчики с молочным соусом	70	5,60	12,60	13,13	188,32
2	Каша овсяная молочная	200	6,40	2,42	19,90	126,98
3	Батон пшеничный	30	2,42	0,30	14,64	70,94
4	Соки фруктовые, овощные, ягодные	200	1,00	0,20	19,60	83,40
5	Молоко индивидуальная упаковка	200	5,60	7,00	9,00	121,40
	<b>ИТОГО</b>	<b>700,00</b>	<b>21,02</b>	<b>22,52</b>	<b>76,27</b>	<b>591,04</b>

2 СМЕНА

**ОБЕД**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат витаминный	60	0,50	3,13	4,70	48,97
2	Рассольник по ленинградски	200	2,05	9,28	32,20	220,52
3	Картофельное пюре	150	15,25	7,76	48,15	323,44
4	Гуляш	90	6,65	6,95	11,35	134,55
5	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	5,60	22,40
6	Хлеб пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	47,28
7	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,69
	<b>ИТОГО</b>	<b>730,00</b>	<b>26,91</b>	<b>27,65</b>	<b>116,59</b>	<b>822,85</b>



Утверждено  
Директор МБОУ СОШ № 29

 А.А. Латынцева

Согласовано  
ИП Григорьев К.А.



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

ВТОРНИК 25 сентября 2024 г.

Вторая неделя

1 СМЕНА

**ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Макароны с сыром	170	12,58	15,20	36,80	334,32
2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	5,60	22,40
3	Батон пшеничный	30	2,42	0,30	14,64	70,94
4	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	43,00
	<b>ИТОГО</b>	<b>500,00</b>	<b>15,40</b>	<b>15,70</b>	<b>66,94</b>	<b>470,66</b>

**ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,10	74,85
2	Омлет	150	12,02	6,75	34,61	247,27
3	Зелёный горошек консервированный	10	0,36	0,01	0,98	5,45
4	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	5,60	22,40
5	Батон пшеничный	20	1,72	0,10	10,98	51,70
6	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,90
7	Плоды и ягоды свежие	100	0,40	0,20	9,90	43,00
	<b>ИТОГО</b>	<b>500,00</b>	<b>15,40</b>	<b>15,64</b>	<b>67,00</b>	<b>470,57</b>

2 СМЕНА

**ОБЕД**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат здоровье	60	0,16	1,20	19,52	89,52
2	Борщ со сметаной	200	12,60	11,80	41,60	232,00
3	Гороховое пюре по домашнему	150	5,80	7,95	21,69	181,51
4	Тефтели мясные	90	5,53	5,98	6,63	102,46
5	Чай фруктовый с яблоками	200	0,20	0,00	13,10	53,20
6	Хлеб пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	47,28
7	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,69
	<b>ИТОГО</b>	<b>730,00</b>	<b>26,75</b>	<b>27,46</b>	<b>117,13</b>	<b>731,66</b>



Утверждено  
Директор МБОУ СОШ № 29

*Латунь А.А.*  
А.А. Латынцева

Согласовано  
ИП Григорян К.А.



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

СРЕДА 13 ноября 2024 г.

Вторая неделя

1 СМЕНА

**ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,10	74,85
2	Сыр российский	20	6,18	0,86	6,70	59,26
3	Каша молочная "Дружба"	200	3,08	5,10	11,18	102,94
4	Чай фруктовый с яблоками	200	0,20	0,00	13,10	53,20
5	Батон пшеничный	40	3,44	0,20	21,96	103,40
6	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	14,49	77,07
	<b>ИТОГО</b>	<b>500,00</b>	<b>15,50</b>	<b>15,40</b>	<b>67,53</b>	<b>470,72</b>

**ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,10	74,85
2	Творожная запеканка с яблочным соусом	220	9,40	5,98	14,67	150,10
3	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	15,80	65,28
4	Батон пшеничный	40	3,44	0,20	21,96	103,40
5	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	14,49	77,07
	<b>ИТОГО</b>	<b>500,00</b>	<b>15,60</b>	<b>15,58</b>	<b>67,02</b>	<b>470,70</b>

2 СМЕНА

**ОБЕД**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Салат из квашеной капусты	60	0,00	1,25	15,00	71,25
2	Суп гречневый	200	11,21	11,95	27,60	262,79
3	Биточки из мяса птицы с соусом	90	9,02	12,52	12,40	198,36
4	Макароны отварные	150	5,10	0,60	31,57	152,08
5	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	15,80	65,28
6	Хлеб пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	47,28
7	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,69
	<b>ИТОГО</b>	<b>730,00</b>	<b>27,95</b>	<b>27,01</b>	<b>116,96</b>	<b>822,73</b>



Утверждено  
Директор МБОУ СОШ № 29

  
А.А. Латынцева

Согласовано  
ИП Григорян К.А.



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

Четверг 14 сентября 2024 г.

Вторая неделя

1 СМЕНА

**ЗАВТРАК 1 ВАРИАНТ**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Овощная нарезка	60	0,48	0,06	1,56	8,70
2	Пельмени промышленного производства	180	9,90	14,10	20,51	248,54
3	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	15,80	65,28
4	Батон пшеничный	30	2,42	0,30	14,64	70,94
5	Хлеб ржаной	30	2,55	0,99	14,49	77,07
	<b>ИТОГО</b>	<b>500,00</b>	<b>15,51</b>	<b>15,61</b>	<b>67,00</b>	<b>470,53</b>

**ЗАВТРАК 2 ВАРИАНТ**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Блинчики с молочным соусом\джемом	70	5,60	6,60	18,13	154,32
2	Каша пшеничная молочная	200	7,60	8,35	16,97	173,43
3	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	15,80	65,28
4	Батон пшеничный	30	2,58	0,15	16,47	77,55
	<b>ИТОГО</b>	<b>500,00</b>	<b>15,94</b>	<b>15,26</b>	<b>67,37</b>	<b>470,58</b>

2 СМЕНА

**ОБЕД**

п/н	Наименование блюд	выход/гр	Б	Ж	У	(ккал)
1	Овощная нарезка	60	0,48	0,06	1,56	8,70
2	Суп вермишелевый	200	6,56	16,06	55,23	391,70
3	Ленивые голубцы	230	16,89	10,95	40,68	328,83
4	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	5,04	20,16
5	Хлеб пшеничный	20	1,61	0,20	9,76	47,28
6	Хлеб ржаной	10	0,85	0,33	4,83	25,69
	<b>ИТОГО</b>	<b>700,00</b>	<b>26,39</b>	<b>27,60</b>	<b>117,10</b>	<b>822,36</b>



