

Директор МАОУ СОШ № 1 "Полос" НГО

ИП Аракелян В.Е.

МЕНЮ

для обучающихся 5 - 11 классов из многодетных семей,
семей, имеющих среднедушевой доход ниже величины прожиточного минимума,
семей, находящихся в социально опасном положении,
детей – сирот и детей, оставшихся без попечения родителей (дети под опекой и в приемных семьях) 2-я смена
по столовой МАОУ СОШ № 1 "Полос" НГО на 17.03-21.03.2025г.

Выбор 1			Выбор 2		
Питание по типу Завтрака			Питание по типу Завтрака		
Наименование блюд	Выход, г Ккал.		Наименование блюд	Выход, г Ккал.	
Понедельник 17.03					
ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	120	200	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ	120/30	171,1
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	180/10	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180/10	162,7
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	100	93,5	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	100	93,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	94,7	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	94,7
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	70	138,5	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	70	138,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	34,8	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	34,8
Итого:	720	764,5	Итого:	750	695,3

Стоимость рациона: 105,00

Вторник 18.03					
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ СВИНИНЫ	100	232,4	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	100/20	230,8
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	180/10	200,9	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	180/10	250,9
МОРСКАЯ КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	100	89,8	МОРСКАЯ КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	100	89,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	94,7	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	94,7
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	70	138,5	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	70	138,5
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200	119	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200	119
Итого:	700	875,3	Итого:	720	923,7

Стоимость рациона: 105,00

Среда 19.03					
РЫБА (ФИЛЕ) ПРИПУЩЕННАЯ	120	110	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	120	181,3
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ	180/10	203,4	ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ С МАСЛОМ (ГОРОХ)	180/10	280,2
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	119	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	119
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	94,7	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	94,7
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	70	138,5	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	70	138,5
КОМПОТ ИЗ ЯГОД Б/З	200	100,6	КОМПОТ ИЗ ЯГОД Б/З	200	100,6
Итого:	720	766,2	Итого:	700	914,3

Стоимость рациона: 105,00

Четверг 20.03					
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	100/20	184,7	БЕДРО КУРИНОЕ ОТВАРНОЕ	100	237,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180/10	180,7	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	186
ЗЕЛЕННЫЙ ГОРОШЕК	100	38,8	ЗЕЛЕННЫЙ ГОРОШЕК	100	38,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	94,7	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	94,7
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	70	138,5	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	70	138,5
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	76,2	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	76,2
Итого:	720	713,6	Итого:	690	771,9

Стоимость рациона: 105,00

Пятница 21.03					
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	280	429,5	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	100	183,4
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100	13	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180/10	162,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	94,7	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100	13
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	70	138,5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	94,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	34,8	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	70	138,5
			КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	34,8
Итого:	690	710,5	Итого:	700	627,1

Стоимость рациона: 105,00

Подпись: Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

Согласовано
Директор МАОУ СОШ № 1 "Полус" НГО

Утверждаю
ИП Аракелян В.Е.

МЕНЮ

Для детей с ОВЗ, детей-инвалидов и лиц, прибывших в экстренном массовом порядке, обучающихся в 1 - 4 классах
по столовой МАОУ СОШ № 1 "Полус" НГО с 17.03-21.03.2025г.

Завтрак			Обед		
Наименование блюд	Выход, г Ккал.		Наименование блюд	Выход, г Ккал.	
Понедельник 17.03					
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200/5	192	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	186,1
БАТОН	60	157,2	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	90	183
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	6	21,8	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	150/10	146,2
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	74,8	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	60	56,1
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	27,8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	47,4
ПЕЧЕНЬЕ	20	83,4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	46	91
			КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	34,8
Итого:	500	557	Итого:	780	744,6
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116	Молоко цельное питьевое	200	116

Стоимость рациона: 177,00

Вторник 18.03					
ВАРЕНИКИ С ТВОРОГОМ И МАСЛОМ	210/10	207	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	108,2
БАТОН	60	157,2	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	90	209,2
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	36,4	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150/5	140,1
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	74,8	МОРСКАЯ КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	60	54,1
КАКАО С МОЛОКОМ	200	89,8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	47,4
			ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	48	95
			НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200	68,6
Итого:	500	565,2	Итого:	773	722,6
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116	Молоко цельное питьевое	200	116

Стоимость рациона: 177,00

Среда 19.03					
ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И МАСЛОМ	200/20/10	240	СУП С ЛАПШОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	94,7
БАТОН	60	157,2	РЫБА (ФИЛЕ) ПРИПУЩЕННАЯ	90	146
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	6	21,8	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ	150/5	139,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	74,8	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	71,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200	26,1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	87,1
			ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	48	95
			КОМПОТ ИЗ ЯГОД Б/З	200	100,6
Итого:	506	519,9	Итого:	773	734,2
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Напиток кисломолочный "Снежок"	200	148	Напиток кисломолочный "Снежок"	200	148

Стоимость рациона: 177,00

Четверг 20.03					
КАША "ДРУЖБА"	200/5	154	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	194,3
БАТОН	60	157,2	БИТОЧКИ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	90/20	206
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	6	21,8	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	131,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	74,8	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК	60	23,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	79,7	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	87,1
ПЕЧЕНЬЕ	20	83,4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	48	95
			НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	76,2
Итого:	501	570,9	Итого:	793	813,3
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116	Молоко цельное питьевое	200	116

Стоимость рациона: 177,00

Пятница 21.03					
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	90/20	214	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	143
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	134,9	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	240	365
ТУШЕНАЯ МОРКОВЬ С СЫРОМ	60	77,7	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	7,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	118,4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	87,1
ЧАЙ С САХАРОМ	200	26,1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	48	95
			КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	34,8
Итого:	570	571,1	Итого:	768	732,7
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116	Молоко цельное питьевое	200	116

Стоимость рациона: 177,00

Подпись: Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

Согласовано

Директор МАОУ СОШ № 1 "Полюс" НГО

Утверждаю

ИП Аракелян В.Е.

МЕНЮ

для детей, обучающихся в 1 – 4 классах (за исключением обучающихся с ОВЗ и детей – инвалидов)
по столовой МАОУ СОШ № 1 "Полюс" НГО на 17.03-21.03.2025 г.

Вариант 1			Вариант 2		
Наименование блюд		Выход, г Ккал.	Наименование блюд		Выход, г Ккал.
Понедельник 17.03					
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200/5	192	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	90/10	236,2
БАТОН	60	157,2	РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	150/5	148,2
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	6	21,8	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	7,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	74,8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	87,1
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	27,8	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	27,8
ПЕЧЕНЬЕ	20	83,4			
Итого:	501	557	Итого:	535	507,1
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116	Молоко цельное питьевое	200	116

Стоимость рациона: 105,00

Вторник 18.03					
ВАРЕНИКИ С ТВОРОГОМ И МАСЛОМ	210/10	207	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ	200/5	174,5
БАТОН	60	157,2	БАТОН	60	157,2
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	36,4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	36,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	74,8	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	74,8
КАКАО С МОЛОКОМ	200	89,8	КАКАО С МОЛОКОМ	200	89,8
			ПЕЧЕНЬЕ	20	83,4
Итого:	500	565,2	Итого:	505	616,1
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116	Молоко цельное питьевое	200	116

Стоимость рациона: 105,00

Среда 19.03					
ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И МАСЛОМ	200/20/10	240	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ИЗЮМОМ И ФРУКТОВЫМ СОУСОМ	200/20/10	263,2
БАТОН	60	157,2	БАТОН	60	157,2
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	6	21,8	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	6	21,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	74,8	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	74,8
ЧАЙ С САХАРОМ	200	26,1	ЧАЙ С САХАРОМ	200	26,1
Итого:	506	519,9	Итого:	500	543,1
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Напиток кисломолочный "Снежок"	200	148	Напиток кисломолочный "Снежок"	200	148

Стоимость рациона: 95,00

Четверг 20.03					
КАША "ДРУЖБА"	200/5	154	ПЕЛЬМЕНИ МЯСНЫЕ С МАСЛОМ	240	396,88
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	6	21,8	ИКРА БАКЛАЖАНОВАЯ	60	88
БАТОН	60	157,2	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	36,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	74,8	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	88,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	79,7			
ПЕЧЕНЬЕ	20	83,4			
Итого:	505	570,9	Итого:	500	610,08
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116	Молоко цельное питьевое	200	116

Стоимость рациона: 105,00

Пятница 21.03					
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ СО СМЕТАНЫМ СОУСОМ	90/20	214	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	200/5	172,5
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	139,4	БАТОН	60	157,2
ТУШЕНАЯ МОРКОВЬ С СЫРОМ	60	77,7	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	6	21,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	118,4	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	74,8
ЧАЙ С САХАРОМ	200	26,1	ЧАЙ С САХАРОМ	200	26,1
			ПЕЧЕНЬЕ	20	83,4
Итого:	570	575,6	Итого:	505	535,8
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116	Молоко цельное питьевое	200	116

Стоимость рациона: 105,00

Подпись: Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____