

Директор МАОУ СОШ № 1 "Полус" НГО

ИП Булипопова О.В.

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 "Полус" НГО на 01,12-05,12,2025г

Выбор 1			Выбор 2		
Питание по типу Завтрака			Питание по типу Завтрака		
Наименование блюд	Выход, г Ккал.		Наименование блюд	Выход, г Ккал.	
Понедельник 01,12					
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 02,12

ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ СВИНИНЫ	100	232,4	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ СО СМЕТАНЫМ 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 03,12

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 04,12

БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ СО СМЕТАНЫМ 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 05,12

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 Булипова О.В.

МЕНЮ

для детей, обучающихся в 1-4 классах (за исключением обучающихся с ОВЗ и детей – инвалидов)
по столовой МАОУ СОШ № 1 "Полус" НГО на 01,12-05,12,2025г

Вариант 1			Вариант 2		
Наименование блюд	Выход, г	Ккал.	Наименование блюд	Выход, г	Ккал.
Понедельник 01,12					
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			

Стоимость рациона: 105,00

Вторник 02,12					
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			

Стоимость рациона: 105,00

Среда 03,12					
ОМЛЕТ С ЗЕЛЕННЫМ 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			

Стоимость рациона: 95,00

Четверг 04,12					
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			

Стоимость рациона: 105,00

Пятница 05,12					
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ СО СМЕТАННЫМ 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			

Стоимость рациона: 105,00

Подпись: Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

Согласовано
Директор МАОУ СОШ № 1 "Полус" НГО

Утверждаю
ИП Булипопова О.В.

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 01,12-05,12,2025г



Завтрак			Обед			Вариант 1
Наименование блюд		* Выход, г Ккал.	Наименование блюд		Выход, г Ккал.	
Понедельник 01,12						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200/5	192	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	186,1	
БАТОН	60	157,2	ОЛАДЫ 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	
Итого:	500	557	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	34,8	
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)			Итого:	780	744,6	
Молоко цельное питьевое	200	116				
Стоимость рациона: 177,00						
Вторник 02,12						
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	
Итого:	500	565,2	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	48	95	
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)			Итого:	200	68,6	
Молоко цельное питьевое	200	116	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	773	722,6	
Стоимость рациона: 177,00						
Среда 03,12						
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	
Итого:	506	519,9	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	48	95	
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)			КОМПОТ ИЗ ЯГОД Б/З	200	100,6	
Напиток кисломолочный "Снежок"	200	148	Итого:	773	734,2	
Стоимость рациона: 177,00						
Четверг 04,12						
КАША "ДРУЖБА"	200/5	154	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	194,3	
БАТОН	60	157,2	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ 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	ЗЕЛЕННЫЙ 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	
Итого:	501	570,9	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	76,2	
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)			Итого:	793	813,3	
Молоко цельное питьевое	200	116				
Стоимость рациона: 177,00						
Пятница 05,12						
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	
Итого:	570	571,1	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	34,8	
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)			Итого:	768	732,7	
Молоко цельное питьевое	200	116				
Стоимость рациона: 177,00						

Подпись: Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____