



Утверждаю:

Директор ООО "Мегаполис"

- В.А. Лысенко

Согласовано:

Директор МБОУ Романовская

ОШ № 12

О.Ю. Безуглова

МЕНЮ

Понедельник
вторая неделя

№ п/п	Наименование блюд	вес блюда	калорийность блюда
Завтрак 1-4 кл и 5-11 кл			
1	Каша жидкая молочная манная	200	174,30
2	Бутерброд горячий с колбасой вареной и сыром	80	222,60
3	Кофейный напиток	200	37,80
4	Джем фруктовый (порция)	20	48,00
Итого завтрак		500	482,70
Обед			
1	Суп-лапша домашняя (лапша п/ф)	200	114,60
2	Ёжики из птицы	60/30	252,66
3	Каша вязкая пшеничная	100	153,22
4	Чай с сахаром	200/12	43,90
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50
Итого обед		642	668,88
Комплекс для детей с ОВЗ			
Завтрак			
1	Каша жидкая молочная манная	200	174,30
2	Бутерброд горячий с колбасой вареной и сыром	80	222,60
3	Кофейный напиток	200	37,80
4	Джем фруктовый (порция)	20	48,00
Итого завтрак		500	482,70
Обед			
1	Суп-лапша домашняя (лапша п/ф)	200	114,60
2	Ёжики из птицы	60/30	252,66
3	Каша вязкая пшеничная	100	153,22
4	Чай с сахаром	200/12	43,90
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50
Итого обед		642	668,88
Итого день:		1142	1151,58

Ст. повар

Смирнов Смирнов



Утверждаю:

Директор ООО "Мегаполис"

В.А. Лысенко

Согласовано:

Директор МБОУ Романовская

№ СШ № 12

О.Ю. Безуглова

МЕНЮ

Вторник

вторая неделя

№ п/п	Наименование блюд	вес блюда	калорийность блюда
Завтрак 1-4 кл и 5-11 кл			
1	Рыба, тушеная в томате с овощами (минтай)	70/50	144,20
2	Пюре картофельное	150	231,40
3	Чай с сахаром	200/12	43,90
4	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50
	Итого завтрак	522	524,00
Обед			
1	Суп картофельный с клецками	200	181,90
2	Котлеты рубленые с белокочанной капустой	60	198,15
3	Макаронные изделия отварные	130	190,20
4	Овощи соленые (огурцы)	15	3,75
5	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68
6	Хлеб пшеничный йодированный	30	78,38
	Итого обед	635	765,06
Комплекс для детей с ОВЗ			
Завтрак			
1	Рыба, тушеная в томате с овощами (минтай)	70/50	144,20
2	Пюре картофельное	150	231,40
3	Чай с сахаром	200/12	43,90
4	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50
	Итого завтрак	522	524,00
Обед			
1	Суп картофельный с клецками	200	181,90
2	Котлеты рубленые с белокочанной капустой	60	198,15
3	Макаронные изделия отварные	130	190,20
4	Овощи соленые (огурцы)	15	3,75
5	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68
6	Хлеб пшеничный йодированный	30	78,38
	Итого обед	635	765,06
	Итого день:	1157	1289,06

Ст. повар

Евгений Сергеевич



Утверждаю:

Директор ООО "Мегаполис"
В.А. Лысенко

Согласовано:

Директор МБОУ Романовская

СШ №12

О.Ю. Безуглова

МЕНЮ

Среда

вторая неделя

№ п/п	Наименование блюд	вес блюда	калорийность блюда
Завтрак 1-4 кл и 5-11 кл			
1	Котлеты рубленые из птицы	80	227,13
2	Каша рассыпчатая гречневая	130	168,85
3	Салат из квашеной капусты	30	7,32
4	Кофейный напиток	200	37,80
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50
Итого завтрак		480	545,60
Обед			
1	Суп картофельный с яйцом (кудрявый)	200	190,06
2	Плов из птицы	200	360,91
3	Чай с сахаром	200/12	43,90
4	Хлеб пшеничный йодированный	30	78,38
Итого обед		642	673,25
Комплекс для детей с ОВЗ			
Завтрак			
1	Котлеты рубленые из птицы	80	227,13
2	Каша рассыпчатая гречневая	130	168,85
3	Салат из квашеной капусты	30	7,32
4	Кофейный напиток	200	37,80
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50
Итого завтрак		480	545,60
Обед			
1	Суп картофельный с яйцом (кудрявый)	200	190,06
2	Плов из птицы	200	360,91
3	Чай с сахаром	200/12	43,90
4	Хлеб пшеничный йодированный	30	78,38
Итого обед		642	673,25
Итого день:		1122	1218,85

Ст. повар

В.А. Лысенко



Утверждаю:

Директор ООО "Мегаполис"

Б.А.Лысенко

Согласовано:

Директор МБОУ Романовская

МБОУ

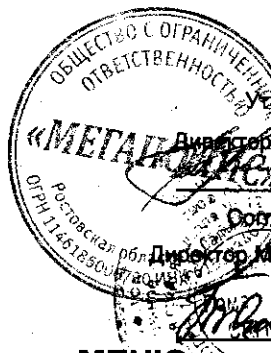
СШ № 12
О.Ю.Безуглова

МЕНЮ
Четверг
вторая неделя

№ п/п	Наименование блюд	вес блюда	калорийность блюда
Завтрак 1-4 кл и 5-11 кл			
1	Каша вязкая молочная "Дружба"	200	208,00
2	Блинчики с фруктовой начинкой	60	134,50
3	Чай с сахаром	200/12	43,90
4	Фрукты свежие	100	95,60
Итого завтрак		572	482,00
Обед			
1	Суп картофельный с бобовыми (горохом)	200	133,14
2	Капуста, тушеная с мясом птицы	60	193,85
3	Пюре картофельное	100	154,26
4	Кофейный напиток	200	37,80
5	Хлеб пшеничный йодированный	30	78,38
Итого обед		590	597,43
Комплексе для детей с ОВЗ			
Завтрак			
1	Каша вязкая молочная "Дружба"	200	208,00
2	Блинчики с фруктовой начинкой	60	134,50
3	Чай с сахаром	200/12	43,90
4	Фрукты свежие	100	95,60
Итого завтрак		572	482,00
Обед			
1	Суп картофельный с бобовыми (горохом)	200	133,14
2	Капуста, тушеная с мясом птицы	60	193,85
3	Пюре картофельное	100	154,26
4	Кофейный напиток	200	37,80
5	Хлеб пшеничный йодированный	30	78,38
Итого обед		590	597,43
Итого день:		1162	1079,43

Ст. повар

Владимир Сергеевич



Утверждаю:
 Директор ООО "Металполис"
 В.А. Лысенко

Согласовано:
 Директор МБОУ Романовская
 ОШ № 12
 О.Ю. Безуглова

МЕНЮ
Пятница
 вторая неделя

№ п/п	Наименование блюд	вес блюда	калорийность блюда
Завтрак 1-4 кл и 5-11 кл			
1	Мясо тушеное с овощами	40/40	182,40
2	Макаронные изделия отварные	150	219,50
3	Овощи соленые (огурцы)	20	5,00
4	Чай с сахаром	200/12	43,90
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50
Итого завтрак		502	555,30
Обед			
1	Борщ с капустой и картофелем	200	175,00
2	Биточки по-белорусски	60	155,62
3	Каша вязкая перловая	130	135,20
4	Соус томатный	20	14,00
5	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68
6	Хлеб пшеничный йодированный	30	78,38
Итого обед		640	670,88
Комплекс для детей с ОВЗ			
Завтрак			
1	Мясо тушеное с овощами	40/40	182,40
2	Макаронные изделия отварные	150	219,50
3	Овощи соленые (огурцы)	20	5,00
4	Чай с сахаром	200/12	43,90
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50
Итого завтрак		502	555,30
Обед			
1	Борщ с капустой и картофелем	200	175,00
2	Биточки по-белорусски	60	155,62
3	Каша вязкая перловая	130	135,20
4	Соус томатный	20	14,00
5	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68
6	Хлеб пшеничный йодированный	30	78,38
Итого обед		640	670,88
Итого день:		1142	1226,18

Ст. повар *Евгений Сергеевич*