

Утверждаю:

Директор ООО "Мегаполис"

В.А.Лысенко

Утверждено:

Директор МБОУ Романовская

МБОУ № 12

О.Ю.Безуглова

МЕНЮ
Понедельник
первая неделя

№ п/п	Наименование блюд	вес блюда	калорийность блюда	стоимость блюда
Завтрак 1-4 кл и 5-11 кл				
1	Омлет натуральный	150	225,50	50,15
2	Икра кабачковая	30	44,10	9,67
3	Мармелад фруктово-ягодный	40	138,24	13,20
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	4,50
	Итого завтрак	472	556,24	81,12
Обед				
1	Суп картофельный с бобовыми (горохом)	200	133,14	19,30
2	Шницель рубленый из птицы	60	158,68	34,33
3	Каша вязкая пшеничная	130	134,19	13,65
4	Салат из белокочанной капусты	30	42,85	4,10
5	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	5,80
6	Хлеб пшеничный йодированный	35	91,44	3,94
	Итого обед	655	672,98	81,12
Комплекс для детей с ОВЗ				
Завтрак				
1	Омлет натуральный	150	225,50	50,15
2	Икра кабачковая	30	44,10	9,67
3	Мармелад фруктово-ягодный	40	138,24	13,20
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	4,50
	Итого завтрак	472	556,24	81,12
Обед				
1	Суп картофельный с бобовыми (горохом)	200	133,14	19,30
2	Шницель рубленый из птицы	60	158,68	34,33
3	Каша вязкая пшеничная	130	134,19	13,65
4	Салат из белокочанной капусты	30	42,85	4,10
5	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	5,80
6	Хлеб пшеничный йодированный	35	91,44	3,94
	Итого обед	655	672,98	81,12
	Итого день:	1127	1229,22	162,24

Ст. повар

Вражеск *Сергей Александрович*



Гарантирую:

Директор ООО "Мегаполис"

В.А.Лысенко

Директор МБОУ "Солнцевская"

МБОУ "Солнцевская"

О.Ю.Безуглова

МЕНЮ

Вторник
первая неделя

№ п/п	Наименование блюд	вес блюда	калорийность блюда	СТОИМОСТЬ блюда
Завтрак 1-4 кл и 5-11 кл				
1	Тефтели из птицы с соусом	75/50	138,65	40,49
2	Макаронные изделия отварные	150	219,50	18,91
3	Овощи свежие (помидоры)	40	8,53	10,22
4	Чай с лимоном	200/12/7	60,00	7,00
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	4,50
	Итого завтрак	569	531,18	81,12
Обед				
1	Суп картофельный с яйцом (кудрявый)	200	126,07	20,46
2	Плов из птицы	200	248,61	46,76
3	Свекла отварная дольками	25	41,84	3,60
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	5,80
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	4,50
	Итого обед	665	633,70	81,12
Комплекс для детей с ОВЗ				
Завтрак				
1	Тефтели из птицы с соусом	75/50	138,65	40,49
2	Макаронные изделия отварные	150	219,50	18,91
3	Овощи свежие (помидоры)	40	8,53	10,22
4	Чай с лимоном	200/12/7	60,00	7,00
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	4,50
	Итого завтрак	569	531,18	81,12
Обед				
1	Суп картофельный с яйцом (кудрявый)	200	126,07	20,46
2	Плов из птицы	200	248,61	46,76
3	Свекла отварная дольками	25	41,84	3,60
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	5,80
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	4,50
	Итого обед	665	633,70	81,12
	Итого день:	1234	1164,88	162,24

Ст. повар *Александр Сидоров*

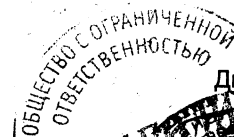
Утверждаю:
 Директор ООО "Мегаполис" В.А.Лысенко
 Сотрудовано:
 Директор МБОУ Романовская
 МБОУ №12
 О.Ю.Безуглова

МБОУ
 Романовская
 №12
 С/М №12

Меню
 Среда
 первая неделя

№ п/п	Наименование блюд	вес блюда	калорийность блюда	СТОИМОСТЬ блюда
Завтрак 1-4 кл и 5-11 кл				
1	Каша жидкая молочная пшенная	200	274,90	24,42
2	Запеканка из творога с рисом и молоком сгущенным	100/20	230,40	52,80
3	Кофейный напиток	200	37,80	3,90
	Итого завтрак	520	543,10	81,12
Обед				
1	Борщ с капустой и картофелем	200	175,00	20,39
2	Чахохбили	100	127,20	42,80
3	Каша вязкая перловая	130	162,18	9,83
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	4,50
	Итого обед	682	612,78	81,12
Комплекс для детей с ОВЗ				
Завтрак				
1	Каша жидкая молочная пшенная	200	274,90	24,42
2	сгущенным	100/20	230,40	52,80
3	Кофейный напиток	200	37,80	3,90
	Итого завтрак	520	543,10	81,12
Обед				
1	Борщ с капустой и картофелем	200	175,00	20,39
2	Чахохбили	100	127,20	42,80
3	Каша вязкая перловая	130	162,18	9,83
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	4,50
	Итого обед	682	612,78	81,12
	Итого день:	1202	1155,88	162,24

Ст. повар *Варшавский / Сергеев Е.В.*



Утверждаю:

Директор ООО "Мегаполис"

В.А.Лысенко

Составлено:

Директор МБС В. Романовская

12

О.Ю.Безуглова

МЕНЮ

Четверг

первая неделя

№ п/п	Наименование блюд	вес блюда	калорийность блюда	стоимость блюда
Завтрак 1-4 кл и 5-11 кл				
1	Гуляш из птицы	40/40	176,10	49,50
2	Каша вязкая пшеничная	140	144,51	14,77
3	Салат из белокочанной капусты с огурцами и зеленью	30	36,70	8,75
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	4,50
	Итого завтрак	502	505,71	81,12
Обед				
1	Суп картофельный с клецками	200	145,52	17,10
2	Котлеты рубленые с белокочанной капустой	70	124,60	37,95
3	Каша рассыпчатая гречневая	100	164,00	13,77
4	Соус томатный с овощами	15	11,10	2,00
5	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	5,80
6	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	4,50
	Итого обед	625	662,40	81,12
Комплекс для детей с ОВЗ				
Завтрак				
1	Гуляш из птицы	40/40	176,10	49,50
2	Каша вязкая пшеничная	140	144,51	14,77
3	Салат из белокочанной капусты с огурцами и зеленью	30	36,70	8,75
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	4,50
	Итого завтрак	502	505,71	81,12
Обед				
1	Суп картофельный с клецками	200	145,52	17,10
2	Котлеты рубленые с белокочанной капустой	70	124,60	37,95
3	Каша рассыпчатая гречневая	100	164,00	13,77
4	Соус томатный с овощами	15	11,10	2,00
5	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	5,80
6	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	4,50
	Итого обед	625	662,40	81,12
	Итого день:	1127	1168,11	162,24

Ст. повар

В.А.Лысенко



Утверждаю:

Директор ООО "Мегаполис"

В.А.Лысенко

Согласовано:

Директор МБОУ Романовская

МБОУ

Романовская №12

О.Ю.Безуглова

МЕНЮ

Пятница

первая неделя

№ п/п	Наименование блюд	вес блюда	калорийность блюда	стоимость блюда
Завтрак 1-4 кл и 5-11 кл				
1	Котлеты рубленые из птицы	70	135,00	41,31
2	Пюре картофельное	130	200,55	23,55
3	Овощи свежие (огурцы)	35	4,96	8,16
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	4,50
	Итого завтрак	487	488,91	81,12
Обед				
1	Суп картофельный с крупой (рисовая)	200	153,34	16,78
2	Мясо тушеное с овощами	40/30	159,60	39,85
3	Макаронные изделия отварные	130	190,23	16,39
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	4,50
	Итого обед	652	651,57	81,12
Комплекс для детей с ОВЗ				
Завтрак				
1	Котлеты рубленые из птицы	70	135,00	41,31
2	Пюре картофельное	130	200,55	23,55
3	Овощи свежие (огурцы)	35	4,96	8,16
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	4,50
	Итого завтрак	487	488,91	81,12
Обед				
1	Суп картофельный с крупой (рисовая)	200	153,34	16,78
2	Мясо тушеное с овощами	40/30	159,60	39,85
3	Макаронные изделия отварные	130	190,23	16,39
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	4,50
	Итого обед	652	651,57	81,12
	Итого день:	1139	1140,48	162,24

Ст. повар

Сергеев / *Сергеев Е.В.*

Утверждаю:

Директор ООО "Мегаполис"

В.А.Лысенко

Составлено:

Директор МБОУ "Романовская"

12

О.Ю.Безуглова



Понедельник
вторая неделя

№ п/п	Наименование блюд	вес блюда	калорийность блюда	стоимость блюда
Завтрак 1-4 кл и 5-11 кл				
1	Плов из птицы	210	261,04	49,12
2	Салат из белокочанной капусты	35	49,99	4,78
3	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
4	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	4,50
5	Вафли "Твист"	22,5	109,00	19,12
	Итого завтрак	519,5	568,43	81,12
Обед				
1	Суп картофельный с бобовыми (горохом)	200	133,14	19,30
2	Рагу из мяса птицы	220	271,72	51,52
3	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	5,80
4	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	4,50
	Итого обед	660	622,04	81,12
Комплекс для детей с ОВЗ				
Завтрак				
1	Плов из птицы	210	261,04	49,12
2	Салат из белокочанной капусты	35	49,99	4,78
3	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
4	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	4,50
5	Вафли "Твист"	22,5	109,00	19,12
	Итого завтрак	519,5	568,43	81,12
Обед				
1	Суп картофельный с бобовыми (горохом)	200	133,14	19,30
2	Рагу из мяса птицы	220	271,72	51,52
3	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	5,80
4	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	4,50
	Итого обед	660	622,04	81,12
	Итого день:	1179,5	1190,47	162,24

Ст. повар

Серсенко В



Утверждаю:

Директор ООО "Мегapolis"

В.А.Лысенко

Согласовано:

Директор МБОУ Романовская

СШ № 12

О.Ю.Безуглова

МЕНЮ №12

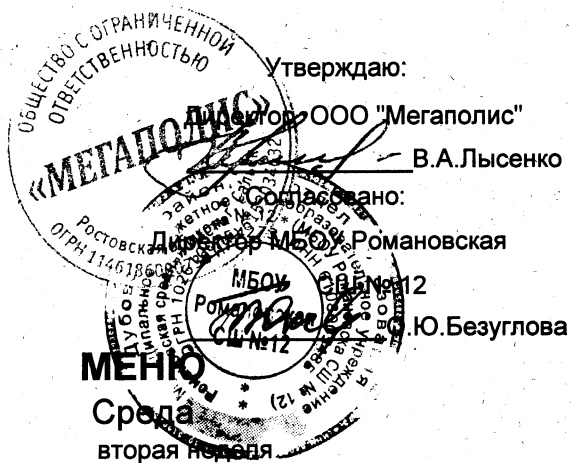
Вторник

вторая неделя

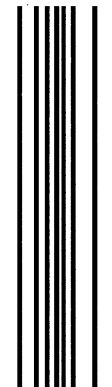
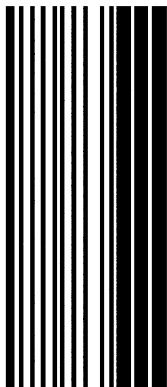
№ п/п	Наименование блюд	вес блюда	калорийность блюда	стоимость блюда
Завтрак 1-4 кл и 5-11 кл				
1	Котлеты мясо-картофельные по-хлыновски	80	141,74	41,27
2	Макаронные изделия отварные	150	219,50	18,91
3	Овощи свежие (помидоры)	30	6,40	7,64
4	Кофейный напиток на молоке сгущенном	200	91,20	8,80
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	4,50
	Итого завтрак	500	563,34	81,12
Обед				
1	Суп картофельный с крупой (пшено)	200	176,88	19,58
2	Фрикадельки из птицы, тушеные в соусе	60/25	146,72	37,86
3	Рис припущенный	130	170,65	16,70
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
5	Хлеб пшеничный йодированный	30	78,38	3,38
	Итого обед	657	616,53	81,12
Комплекс для детей с ОВЗ				
Завтрак				
1	Котлеты мясо-картофельные по-хлыновски	80	141,74	41,27
2	Макаронные изделия отварные	150	219,50	18,91
3	Овощи свежие (помидоры)	30	6,40	7,64
4	Кофейный напиток на молоке сгущенном	200	91,20	8,80
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	4,50
	Итого завтрак	500	563,34	81,12
Обед				
1	Суп картофельный с крупой (пшено)	200	176,88	19,58
2	Фрикадельки из птицы, тушеные в соусе	60/25	146,72	37,86
3	Рис припущенный	130	170,65	16,70
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
5	Хлеб пшеничный йодированный	30	78,38	3,38
	Итого обед	657	616,53	81,12
	Итого день:	1157	1179,87	162,24

Ст. повар

Сергей Сергеевич Сергеев



№ п/п	Наименование блюд	вес блюда	калорийность блюда	стоимость блюда
Завтрак 1-4 кл и 5-11 кл				
1	Каша вязкая молочная "Дружба"	200	238,00	27,40
2	Оладьи с повидлом	130/20	278,00	29,58
3	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
4	Фрукты свежие (яблоки)	120	52,43	20,54
	Итого завтрак	682	612,33	81,12
Обед				
1	Борщ с капустой и картофелем	200	175,00	20,39
2	Чахохбили	100	127,20	42,80
3	Каша вязкая пшеничная	100	103,22	9,83
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	4,50
	Итого обед	652	553,82	81,12
Комплекс для детей с ОВЗ				
Завтрак				
1	Каша вязкая молочная "Дружба"	200	238,00	27,40
2	Оладьи с повидлом	130/20	278,00	29,58
3	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
4	Фрукты свежие (яблоки)	120	52,43	20,54
	Итого завтрак	682	612,33	81,12
Обед				
1	Борщ с капустой и картофелем	200	175,00	20,39
2	Чахохбили	100	127,20	42,80
3	Каша вязкая пшеничная	100	103,22	9,83
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	4,50
	Итого обед	652	553,82	81,12
	Итого день:	1334	1166,15	162,24



ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
«МЕГАПОЛИС»
Утверждаю:
Директор ООО "Мегаполис"
В.А.Лысенко
Согласовано:
Директор МБОУ Романовская
О.Ю.Безуглова
МБОУ Романовская
Ш №12
Четверг
Вторая неделя

№ п/п	Наименование блюд	вес блюда	калорийность блюда	стоимость блюда
Завтрак 1-4 кл и 5-11 кл				
1	Ёжики из птицы	70/40	166,38	53,58
2	Каша рассыпчатая гречневая	100	164,00	13,77
3	Свекла отварная дольками	40	33,47	5,67
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	4,50
	Итого завтрак	502	512,25	81,12
Обед				
1	Суп-лапша домашняя (лапша п/ф)	200	119,60	18,60
2	Плов из птицы	200	248,61	46,76
3	Салат из белокочанной капусты	40	57,13	5,46
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	5,80
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	4,50
	Итого обед	680	642,52	81,12
Комплекс для детей с ОВЗ				
Завтрак				
1	Ёжики из птицы	70/40	166,38	53,58
2	Каша рассыпчатая гречневая	100	164,00	13,77
3	Свекла отварная дольками	40	33,47	5,67
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	4,50
	Итого завтрак	502	512,25	81,12
Обед				
1	Суп-лапша домашняя (лапша п/ф)	200	119,60	18,60
2	Плов из птицы	200	248,61	46,76
3	Салат из белокочанной капусты	40	57,13	5,46
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	5,80
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	4,50
	Итого обед	680	642,52	81,12
	Итого день:	1182	1154,77	162,24

Ст. повар *Сергей Е.В.*



Утверждаю:

Директор ООО "Мегаполис"

В.А.Лысенко

Согласовано:

Директор МБОУ "Романовская

СШ №12

О.Ю.Безуглова

МЕНЮ

Пятница

вторая неделя

№ п/п	Наименование блюд	вес блюда	калорийность блюда	стоимость блюда
Завтрак 1-4 кл и 5-11 кл				
1	Рыба тушеная в томате с овощами	70/50	173,15	42,71
2	Пюре картофельное	130	200,55	23,55
3	Овощи свежие (огурцы)	30	4,25	6,76
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	4,50
	Итого завтрак	532	526,35	81,12
Обед				
1	Свекольник со сметаной	200	178,70	18,29
2	Котлеты рубленые из птицы	60	115,71	36,53
3	Макаронные изделия отварные	130	190,23	16,39
4	Соус томатный	15	14,80	1,81
5	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
6	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	4,50
	Итого обед	657	647,84	81,12
Комплекс для детей с ОВЗ				
Завтрак				
1	Рыба тушеная в томате с овощами	70/50	173,15	42,71
2	Пюре картофельное	130	200,55	23,55
3	Овощи свежие (огурцы)	30	4,25	6,76
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	4,50
	Итого завтрак	532	526,35	81,12
Обед				
1	Свекольник со сметаной	200	178,70	18,29
2	Котлеты рубленые из птицы	60	115,71	36,53
3	Макаронные изделия отварные	130	190,23	16,39
4	Соус томатный	15	14,80	1,81
5	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,60
6	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	4,50
	Итого обед	657	647,84	81,12
	Итого день:	1189	1174,19	162,24

Ст. повар *Сергеева Е.В.*