Утверждаю
Директор ООО
"Новая Система Услуг"
Е.В. Писмарева

(подпись)
М.П.

"Согласовано"
МБОУ "СОШ №4"
Директор Кондрашов А. П.

(подпись)
М.П.

Меню для организации питания учащихся 1-4 классы

ПОНЕДЕЛЬНИК 1 неделя

Наименование	Выход г	Ккал
Комплексный завтрак		
Свежие овощи (огурец/помидор)	60	5,64
Сосиски отварные	90	98,89
Макаронные изделия отварные с маслом	150	201,9
Сок фруктовый	200	86,6
Хлеб пшеничный	25	58,45
Хлеб ржаной	30	63
Калорийность комплеса		**514,48**

Комплексный обед с супом	Выход г	Ккал
Свежие овощи (огурец/помидор)	40	3,76
Суп из овощей	250	93,79
Гуляш из куриного филе	60	57,53
Каша гречневая рассыпчатая	150	231,86
Компот из смеси сухофруктов	200	196,38
Хлеб пшеничный	35	81,83
Хлеб ржаной	40	84
Калорийность комплеса		**749,15**
	Итого	**78 руб**

Комплексный обед без супа	Выход г	Ккал
Свежие овощи (огурец/помидор)	40	3,76
Гуляш из куриного филе	60	57,53
Каша гречневая рассыпчатая	150	231,86
Компот из смеси сухофруктов	200	196,38
Хлеб пшеничный	35	81,83
Хлеб ржаной	40	84
Калорийность комплеса		**655,36**
	Итого	**66 руб**

Утверждаю
Директор ООО
"Новая Система Услуг"
Е.В. Писмарева
_____
(подпись)
М.П.

"Согласовано"
МБОУ "СОШ №4"
Директор Кондрашов А. П.
_____
(подпись)
М.П.

Меню для организации питания учащихся 1-4 классы

ВТОРНИК 1 неделя

Наименование	Выход г	Ккал
Комплексный завтрак		
Котлеты домашние	90	197,12
Пюре картофельное	150	109,73
Молоко в индивидуальной упаковке	200	107
Плоды свежие (яблоки)	100	44,4
Хлеб пшеничный	25	58,45
Хлеб ржаной	30	63
Калорийность комплеса		**579,7**

Комплексный обед с супом	Выход г	Ккал
Суп картофельный с бобовыми (гороховый)	250	148,25
Гренки из пшеничного хлеба	15	52,93
Котлеты куриные рубленые	60	127,25
Макаронные изделия отварные с маслом	150	201,9
Сок фруктовый	200	86,6
Хлеб пшеничный	35	81,83
Хлеб ржаной	40	84
Калорийность комплеса		**782,76**
	Итого	**78 руб**

Комплексный обед без супа	Выход г	Ккал
Котлеты куриные рубленые	60	127,25
Макаронные изделия отварные с маслом	150	201,9
Сок фруктовый	200	86,6
Хлеб пшеничный	35	81,83
Хлеб ржаной	40	84
Калорийность комплеса		**581,58**
	Итого	**66 руб**

Утверждаю
Директор ООО
"Новая Система Услуг"
Е.В. Писмарева
_____
(подпись)
М.П.

"Согласовано"
МБОУ "СОШ №4"
Директор Кондрашов А. П.
_____
(подпись)
М.П.

Меню для организации питания учащихся 1-4 классы

СРЕДА 1 неделя

Наименование	Выход г	Ккал
Комплексный завтрак		
Свежие овощи (огурец/помидор)	60	5,64
Плов из птицы	240	429,6
Компот из плодов или ягод сушеных (из кураги)	200	124
Плоды свежие (яблоки)	100	44,4
Хлеб пшеничный	25	58,45
Хлеб ржаной	30	63
Калорийность комплеса		**725,09**

Комплексный обед с супом	**Выход г**	**Ккал**
Свежие овощи (огурец/помидор)	40	3,76
Рассольник Ленинградский	250	135
Азу	60	151,52
Рис отварной	150	210,1
Чай с сахаром	200	40
Хлеб пшеничный	35	81,83
Хлеб ржаной	40	84
Калорийность комплеса		**706,21**
	Итого	**78 руб**

Комплексный обед без супа	**Выход г**	**Ккал**
Свежие овощи (огурец/помидор)	40	3,76
Азу	60	151,52
Рис отварной	150	210,1
Чай с сахаром	200	40
Хлеб пшеничный	35	81,83
Хлеб ржаной	40	84
Калорийность комплеса		**571,21**
	Итого	**66 руб**

Утверждаю
Директор ООО
"Новая Система Услуг"
Е.В. Писмарева
_____
(подпись)
М.П.

"Согласовано"
МБОУ "СОШ №4"
Директор Кондрашов А. П.
_____
(подпись)
М.П.

Меню для организации питания учащихся 1-4 классы

ЧЕТВЕРГ 1 неделя

Наименование	Выход г	Ккал
Комплексный завтрак		
Каша жидкая молочная из пшенной крупы	200	220,98
Сыр (порциями)	20	71,66
Масло сливочное	10	65,72
Чай с сахаром	200	40
Плоды свежие (яблоки)	100	44,4
Хлеб пшеничный	25	58,45
Калорийность комплеса		**501,21**

Комплексный обед с супом	Выход г	Ккал
Суп-лапша домашняя	250	115,75
Птица запеченная	80	165,34
Пюре картофельное	150	109,73
Компот из свежих плодов (из яблок)	200	97,6
Хлеб пшеничный	35	81,83
Хлеб ржаной	40	84
Калорийность комплеса		**654,25**
	Итого	**78 руб**

Комплексный обед без супа	Выход г	Ккал
Птица запеченная	80	165,34
Пюре картофельное	150	109,73
Компот из свежих плодов (из яблок)	200	97,6
Хлеб пшеничный	35	81,83
Хлеб ржаной	40	84
Калорийность комплеса		**538,5**
	Итого	**66 руб**

Утверждаю
Директор ООО
"Новая Система Услуг"
Е.В. Писмарева
_____
(подпись)
М.П.

"Согласовано"
МБОУ "СОШ №4"
Директор Кондрашов А. П.
_____
(подпись)
М.П.

Меню для организации питания учащихся 1-4 классы

ПЯТНИЦА 1 неделя

Наименование	Выход г	Ккал
Комплексный завтрак		
Свежие овощи (огурец/помидор)	60	5,64
Рыба запеченная	90	230,56
Пюре картофельное	150	109,73
Компот из смеси сухофруктов	200	196,38
Хлеб пшеничный	25	58,45
Хлеб ржаной	30	63
Калорийность комплеса		**663,76**

Комплексный обед с супом	Выход г	Ккал
Свежие овощи (огурец/помидор)	40	3,76
Щи из свежей капусты с картофелем	250	84,48
Рагу из свинины	230	266,1
Чай с сахаром	200	40
Хлеб пшеничный	35	81,83
Хлеб ржаной	40	84
Калорийность комплеса		**560,17**
	Итого	**78 руб**

Комплексный обед без супа	Выход г	Ккал
Свежие овощи (огурец/помидор)	40	3,76
Рагу из свинины	230	266,1
Чай с сахаром	200	40
Хлеб пшеничный	35	81,83
Хлеб ржаной	40	84
Калорийность комплеса		**475,69**
	Итого	**66 руб**

Утверждаю
Директор ООО
"Новая Система Услуг"
Е.В. Писмарева
_____
(подпись)
М.П.

"Согласовано"
МБОУ "СОШ №4"
Директор Кондрашов А. П.
_____
(подпись)
М.П.

Меню для организации питания учащихся 1-4 классы

ПОНЕДЕЛЬНИК 2 неделя

Наименование	Выход г	Ккал
Комплексный завтрак		
Каша вязкая молочная из риса и пшена	200	183,4
Сыр (порциями)	20	71,66
Масло сливочное	10	65,72
Чай с сахаром	200	40
Плоды свежие (яблоки)	100	44,4
Хлеб пшеничный	25	58,45
Калорийность комплеса		**463,63**

Комплексный обед с супом	**Выход г**	**Ккал**
Суп картофельный с крупой (с рисом)	250	85,75
Сосиски отварные	50	87,9
Пюре картофельное	150	109,73
Сок фруктовый	200	108
Хлеб пшеничный	35	81,83
Хлеб ржаной	40	84
Калорийность комплеса		**557,21**
	Итого	**78 руб**

Комплексный обед без супа	**Выход г**	**Ккал**
Сосиски отварные	50	87,9
Пюре картофельное	150	109,73
Сок фруктовый	200	108
Хлеб пшеничный	35	81,83
Хлеб ржаной	40	84
Калорийность комплеса		**471,46**
	Итого	**66 руб**

Утверждаю
Директор ООО
"Новая Система Услуг"
Е.В. Писмарева
(подпись)
М.П.

"Согласовано"
МБОУ "СОШ №4"
Директор Кондрашов А. П.
(подпись)
М.П.

Меню для организации питания учащихся 1-4 классы

ВТОРНИК 2 неделя

Наименование	Выход г	Ккал
Комплексный завтрак		
Свежие овощи (огурец/помидор)	60	5,64
Рагу из свинины	230	496,8
Компот из свежих плодов (из яблок)	200	97,6
Хлеб пшеничный	25	58,45
Хлеб ржаной	30	63
Калорийность комплеса		**721,49**

Комплексный обед с супом	**Выход г**	**Ккал**
Борщ с капустой и картофелем	250	98,4
Рыба запеченная	60	153,71
Соус томатный на овощном отваре с растительным маслом	30	39,3
Рис отварной	150	210,1
Компот из смеси сухофруктов	200	196,38
Хлеб пшеничный	35	81,83
Хлеб ржаной	40	84
Калорийность комплеса		**863,72**
	Итого	**78 руб**

Комплексный обед без супа	**Выход г**	**Ккал**
Рыба запеченная	60	153,71
Соус томатный на овощном отваре с растительным маслом	30	39,3
Рис отварной	150	210,1
Компот из смеси сухофруктов	200	196,38
Хлеб пшеничный	35	81,83
Хлеб ржаной	40	84
Калорийность комплеса		**765,32**
	Итого	**66 руб**

Утверждаю
Директор ООО
"Новая Система Услуг"
Е.В. Писмарева
_____
(подпись)
М.П.

"Согласовано"
МБОУ "СОШ №4"
Директор Кондрашов А. П.
_____
(подпись)
М.П.

Меню для организации питания учащихся 1-4 классы

СРЕДА 2 неделя

Наименование	Выход г	Ккал
Комплексный завтрак		
Свежие овощи (огурец/помидор)	60	5,64
Азу	90	163,2
Каша гречневая рассыпчатая	150	231,86
Кофейный напиток с молоком	200	155,2
Хлеб пшеничный	25	58,45
Хлеб ржаной	30	63
Калорийность комплеса		**677,35**

Комплексный обед с супом	**Выход г**	**Ккал**
Свежие овощи (огурец/помидор)	40	3,76
Суп картофельный с бобовыми (гороховый)	250	148,25
Гренки из пшеничного хлеба	15	52,93
Гуляш из куриного филе	60	57,53
Пюре картофельное	150	109,73
Компот из смеси сухофруктов	200	196,38
Хлеб пшеничный	35	81,83
Хлеб ржаной	40	84
Калорийность комплеса		**734,41**
	Итого	**78 руб**

Комплексный обед без супа	**Выход г**	**Ккал**
Свежие овощи (огурец/помидор)	40	3,76
Гуляш из куриного филе	60	57,53
Пюре картофельное	150	109,73
Компот из смеси сухофруктов	200	196,38
Хлеб пшеничный	35	81,83
Хлеб ржаной	40	84
Калорийность комплеса		**586,17**
	Итого	**66 руб**

Утверждаю
Директор ООО
"Новая Система Услуг"
Е.В. Писмарева
_____
(подпись)
М.П.

"Согласовано"
МБОУ "СОШ №4"
Директор Кондрашов А. П.
_____
(подпись)
М.П.

Меню для организации питания учащихся 1-4 классы

ЧЕТВЕРГ 2 неделя

Наименование	Выход г	Ккал
Комплексный завтрак		
Птица запеченная	90	186
Рис отварной	150	210,1
Чай с сахаром	200	40
Плоды свежие (яблоки)	100	44,4
Хлеб пшеничный	25	58,45
Хлеб ржаной	30	63
Калорийность комплеса		**601,95**
Комплексный обед с супом	**Выход г**	**Ккал**
Щи из свежей капусты с картофелем	250	84,48
Котлеты домашние	60	131,4
Каша гречневая рассыпчатая	150	231,86
Соус томатный на овощном отваре с растительным маслом	30	39,3
Напиток из плодов шиповника	200	72,8
Хлеб пшеничный	35	81,83
Хлеб ржаной	40	84
Калорийность комплеса		**725,67**
	Итого	**78 руб**
Комплексный обед без супа	**Выход г**	**Ккал**
Котлеты домашние	60	131,4
Каша гречневая рассыпчатая	150	231,86
Соус томатный на овощном отваре с растительным маслом	30	39,3
Напиток из плодов шиповника	200	72,8
Хлеб пшеничный	35	81,83
Хлеб ржаной	40	84
Калорийность комплеса		**641,19**
	Итого	**66 руб**

Утверждаю
Директор ООО
"Новая Система Услуг"
Е.В. Писмарева
_____
(подпись)
М.П.

"Согласовано"
МБОУ "СОШ №4"
Директор Кондрашов А. П.
_____
(подпись)
М.П.

Меню для организации питания учащихся 1-4 классы

ПЯТНИЦА 2 неделя

Наименование	Выход г	Ккал
Комплексный завтрак		
Свежие овощи (огурец/помидор)	60	5,64
Котлеты куриные рубленые	90	198,96
Пюре картофельное	150	109,73
Молоко в индивидуальной упаковке	200	107
Хлеб пшеничный	25	58,45
Хлеб ржаной	30	63
Калорийность комплеса		**542,78**

Комплексный обед с супом	**Выход г**	**Ккал**
Свежие овощи (огурец/помидор)	40	3,76
Суп картофельный с макаронными изделиям	250	117,9
Плов из птицы	230	411,7
Компот из плодов или ягод сушеных (из кураги)	200	124
Хлеб пшеничный	35	81,83
Хлеб ржаной	40	84
Калорийность комплеса		**823,19**
	Итого	**78 руб**

Комплексный обед без супа	**Выход г**	**Ккал**
Свежие овощи (огурец/помидор)	40	3,76
Плов из птицы	230	411,7
Компот из плодов или ягод сушеных (из кураги)	200	124
Хлеб пшеничный	35	81,83
Хлеб ржаной	40	84
Калорийность комплеса		**705,29**
	Итого	**66 руб**