





УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУСОШ № 4 г.Советский
 Е.А.Кузьмина

МЕНЮ
13 января 2025

Наименование блюд	7-11 лет			12-18 лет		
	Выход г	Ккал	Цена	Выход г	Ккал	Цена
Завтрак:						
Бутерброд с сыром	20/15	83	8,48	20/20	107	10,43
Каша пшенная с маслом	200/5	260	13,03	200/5	260	13,03
Шоколадный напиток	200	112	16,03	200	112	16,03
Мандарин	100	25	25,00	100	25	25,00
Яйцо вареное	40	58	14,26	40	58	14,26
Хлеб пшеничный	20	39	1,85	20	39	1,85
Итого:		577	78,65		601	80,60
Обед:						
Салат из свежих помидоров с кукурузой консервированной	60	57	10,72	100	94	17,45
Рассольник "Ленинградский" с мясом со сметаной	250/10/5	123	24,24	250/10/5	123	24,24
Жаркое по-домашнему	200	286	68,66	250	334	69,57
Компот из сухофруктов	200	98	3,91	200	98	3,91
Хлеб пшеничный	40	78	3,69	60	117	5,54
Хлеб ржаной	40	83	3,69	60	122	5,54
Итого:		725	114,91		859	126,25

Зав. производством
Технолог
Мед. Работник




Смирнова Ю.С.
Зырянцева А.С.
Флеева И.Н.

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор МБОУ СОШ № 4 г. Советский
 Е.А. Кузьмина

МЕНЮ
14 января 2025

Наименование блюд	7-11 лет			12-18 лет		
	Выход г	Ккал	Цена	Выход г	Ккал	Цена
Завтрак:						
Бутерброд горячий с сыром	35	112	9,17	35	112	9,17
Биточки рыбные	90	204	29,92	100	236	33,33
Пюре картофельное с подгар.	150	147	9,40	180	176	11,83
Помидоры натур. на подгар.	30	6	3,47	30	6	3,47
Чай с лимоном	200/7	62	3,55	200/7	62	4,75
Хлеб ржаной	20	41	1,85	20	41	1,85
Итого:		572	57,36		633	64,40
Обед:						
Салат "Овощной"	60	88	9,45	100	115	11,63
Борщ "Сибирский" с мясными фрикадельками со сметаной	250/15/5	168	27,70	250/15/5	168	27,70
Фрикасе из птицы	90	184	43,10	100	245	53,25
Рис припущенный	150	144	7,44	180	175	8,98
Апельсин	200	112	60,00			
Сок	200	116	11,67	200	116	11,67
Хлеб пшеничный	40	78	3,69	40	78	3,69
Хлеб ржаной	20	41	1,85	20	41	1,85
Итого:		931	164,90		859	118,77

Зав. производством
 Технолог
 Мед. Работник

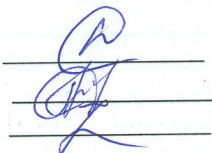
Смирнова Ю.С.
 Зырянцева А.С.
 Флеева И.Н.

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор МБОУ СОШ № 4 г. Советский
 Е.А. Кузьмина


МЕНЮ
15 января 2025

Наименование блюд	7-11 лет			12-18 лет		
	Выход г	Ккал	Цена	Выход г	Ккал	Цена
Завтрак:						
Огурцы свежие на подгарнировку	20	4	2,28	20	4	2,28
Гречка по-купечески с мясом	200	299	58,43	250	360	73,77
Чай с сахаром	200	61	2,48	200	61	3,68
Хлеб пшеничный	20	39	1,85	20	39	1,85
Хлеб ржаной	20	41	1,85	20	41	1,85
Яблоко	100	59	25,00	100	59	
Итого:		499	89,61		501	81,15
Обед:						
Салат карт.с сол.огур и зел. гор.	60	54	8,62	100	89	14,37
Щи с мясн фрик. со смет.	250/15/5	106	23,23	250/15/5	106	23,23
Колобки мясо-картофельные	90/30	167	52,23	100/30	194	57,97
Макаронные изделия отварные	150	175	6,65	180	210	7,91
Компот из кураги	200	112	9,28	200	112	9,28
Хлеб пшеничный	40	78	3,69	60	117	5,54
Хлеб ржаной	20	41	1,85	40	81	3,69
Итого:		733	105,55		859	121,99

Зав. производством
 Технолог
 Мед. Работник



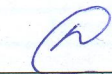


Смирнова Ю.С.
 Зырянцева А.С.
 Флеева И.Н.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ СОШ № 4 г. Советский

Е.А. Кузьмина

МЕНЮ
16 января 2025

Наименование блюд	7-11 лет			12-18 лет		
	Выход г	Ккал	Цена	Выход г	Ккал	Цена
Завтрак:						
Бутерброд с маслом	30/10	134	8,65	30/10	134	8,65
Запеканка "Царская" с мол. сгущ.	180/20	305	53,69	200/20	310	60,15
Чай со смородиной и с сахаром	200	50	8,62	200	50	9,82
Апельсин	150	89	30,00	150	89	30,00
Итого:		578	100,96		583	108,62
Обед:						
Салат из свеклы с сыром	60	100	7,41	100	171	13,81
Суп с картофелем и крупой, с мясом	250/10	100	23,58	250/35	100	23,58
Рулет с луком и яйцом	90	170	41,34	100	189	45,14
Рагу овощное	150	131	9,09	180	153	11,20
Кисель из свежих ягод	200	89	15,82	200	89	15,82
Хлеб пшеничный	40	78	3,69	40	78	3,69
Хлеб ржаной	40	83	3,69	40	81	3,69
Итого:		751	104,62		859	116,93

Зав. производством
Технолог
Мед. Работник

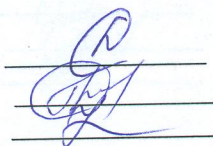
Смирнова Ю.С.
Зырянцева А.С.
Флеева И.Н.

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор МБОУ СОШ № 4 г. Советский
 Е.А. Кузьмина


МЕНЮ
17 января 2025

Наименование блюд	7-11 лет			12-18 лет		
	Выход г	Ккал	Цена	Выход г	Ккал	Цена
Завтрак:						
Огурцы на подгарнир.	20	4	2,28	20	4	2,28
Плов из мяса	200	314	39,88	200	314	39,88
Кофейный напиток	200	91	9,72	200	91	9,72
Хлеб пшеничный	20	39	1,85	20	39	1,85
Хлеб ржаной	20	41	1,85	20	41	1,85
Груша	130	87	35,10	130	87	35,10
Итого:		576	90,68		576	90,68
Обед:						
Салат из свежих помидоров с кукурузой консервированной	60	57	10,72	100	94	17,75
Свекольник на мясном бульоне со сметаной	250/5	137	9,83	250/5	137	9,83
Запеканка картоф. с мясом отвар.	200/5	356	93,56	250/5	430	98,97
Сок	200	90	11,67	200	107	11,67
Хлеб пшеничный	40	78	3,69	60	117	5,54
Хлеб ржаной	20	41	1,85	40	81	3,69
Итого:		759	131,32		859	147,45

Зав. производством
 Технолог
 Мед. Работник




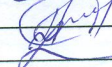

Смирнова Ю.С.
 Зырянцева А.С.
 Флеева И.Н.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ СОШ № 4 г. Советский

Е.А. Кузьмина

МЕНЮ
18 января 2025

Наименование блюд	7-11 лет			12-18 лет		
	Выход г	Ккал	Цена	Выход г	Ккал	Цена
Завтрак:						
Каша пшеничная с маслом				200/5	229	25,00
Булочка "Российская"				60	141	7,13
Какао с молоком				200	127	14,87
Хлеб пшеничный				20	39	1,85
Груша				100	25	25,00
Итого:		0	0,00		561	73,85
Обед:						
Винегрет овощной				100	78	13,71
Суп картофельный с крупой с мясными фрикадельками				250/30	148	22,15
Гуляш				100	118	50,40
Каша гречневая вязкая				180	173	8,15
Напиток клюквенный				200	83	12,26
Хлеб пшеничный				60	117	5,54
Хлеб ржаной				60	122	5,54
Итого:		0	0,00		859	117,75

Зав. производством
Технолог
Мед. Работник

Смирнова Ю.С.
Зырянцева А.С.
Флеева И.Н.