

Сотмасовани
директор
Е.Н. Школовникова



Примерное 20-ти дневное меню школьных ЗАВТРАКОВ для учащихся 1-4 классов

Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения

"Средняя общеобразовательная школа №16"

Сентябрь - декабрь 2020 г

I неделя		Выход, гр.	стоимость	II неделя		Выход, гр.	стоимость
ПОНЕДЕЛЬНИК				ПОНЕДЕЛЬНИК			
Куры отварные, порционные	75	15,17р.		Сосиски отварные	120	18,65р.	
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150/5	6,73р.		Макаронны отварные с маслом	150/5	5,54р.	
Сыр порциями	30	9,38р.		фрукт (мандарин)	200	21,70р.	
Фрукты (мандарин)	200	21,70р.		Хлеб пшеничный	30	1,20р.	
Хлеб пшеничный	30	1,20р.		Чай с сахаром	200	0,89р.	
Чай с сахаром	200	0,89р.		сдоба ванильная	90	15,00р.	
ИТОГО		55,07р.		ИТОГО		62,98р.	
ВТОРНИК				ВТОРНИК			
Омлет натуральный со сливочным маслом	155/5	24,90р.		Омлет натуральный со сливочным маслом	155/5	24,90р.	
сочень с вареной сгущенкой	80	19,00р.		Фрукт(яблоко)	250	16,97р.	
Хлеб пшеничный	30	1,20р.		Печенье "очарование"	30	4,89р.	
Чай с сахаром и лимоном	200/7	2,28р.		Хлеб пшеничный	30	1,20р.	
сыр порциями	30	9,38р.		Какао со сгущенным молоком	200	6,00р.	
ИТОГО		56,76р.		ИТОГО		53,96р.	
СРЕДА				СРЕДА			
Каша овсяная молочная с маслом	200/5	11,99р.		Запеканка творожная со сгущенным молоком	150/15	30,29р.	
Сыр порциями	30	9,38р.		Сок фруктовый(в ассортименте, 0,2 в упак.)	1	7,26р.	
Фрукт (апельсин)	250	14,80р.		Хлеб пшеничный	30	1,20р.	
штрудель творожный	100	23,00р.		Чай с сахаром	200	0,89р.	
Хлеб пшеничный	30	1,20р.		штрудель фруктовый	100	23,00р.	
Кофейный напиток на сгущ. молоке	200	5,63р.					
ИТОГО		66,00р.		ИТОГО		62,64р.	
ЧЕТВЕРГ				ЧЕТВЕРГ			
Запеканка творожная со сгущенным мо.	150/15	30,29р.		Каша пшеничная молочная с маслом	200/5	12,80р.	
Фрукт (банан)	200	11,00р.		Фрукт (яблоко)	250	16,37р.	
Хлеб пшеничный	30	1,20р.		Хлеб пшеничный	30	1,20р.	
Чай с сахаром и лимоном	200/7	2,28р.		Шоколад(упак., 20 гр.)	1	11,03р.	
конфета	30	5,66р.		Чай с сахаром	200	0,89р.	
				корж молочный ванильный	70	18,00р.	
ИТОГО		50,43р.		ИТОГО		60,29р.	
ПЯТНИЦА				ПЯТНИЦА			
Помидоры свежие	60	5,70р.		Огурцы свежие	60	5,40р.	
Котлета мясная (говядина)	80	24,90р.		Биточки рыбные	80	23,68р.	
Рис отварной с маслом	150/5	7,02р.		Пюре картофельное с маслом	150/5	8,50р.	
Хлеб пшеничный	30	1,20р.		Хлеб пшеничный	30	1,20р.	
Компот из кураги	200	2,68р.		Компот из сухофруктов	200	2,70р.	
сдоба с витамином и железом	50	10,00р.		фрукт (яблоко)	250	16,97р.	
ИТОГО		51,50р.		ИТОГО		58,45р.	
III неделя				IV неделя			
ПОНЕДЕЛЬНИК				ПОНЕДЕЛЬНИК			
Котлета мясная, томатный соус	80/30	26,42р.		Сосиски отварные	120	18,65р.	
Каша гречневая рассыпчатая	150	5,01р.		Картофельное пюре с маслом	150/5	8,50р.	
Конфеты шоколадные	60	11,32р.		Конфеты шоколадные	30	5,66р.	
Чай с сахаром	200	0,89р.		Хлеб пшеничный	30	1,20р.	
кекс волжский	100	20,00р.		Чай с сахаром и лимоном	200/7	2,28р.	
				крэндель	80	19,00р.	
ИТОГО		63,64р.		ИТОГО		55,29р.	
ВТОРНИК				ВТОРНИК			
Омлет с маслом	155/5	24,90р.		Печень в томатном соусе	130	12,30р.	

Фрукт(банан)	200	11,00р.	Макаронны отварные	150	3,81р.
Печенье"губернское"	30	4,05р.	Фрукт (банан)	200	11,00р.
Хлеб пшеничный	30	1,20р.	Хлеб пшеничный	30	1,20р.
Какао со сгущенным молоком	200	6,00р.	Кисель	200	2,90р.
			сочень с творогом	80	20,00р.
ИТОГО		47,15р.	ИТОГО		51,21р.
СРЕДА			СРЕДА		
Плов со свиной	150	21,58р.	Запеканка творожная со сгущенным молоком	150/15	30,29р.
Фрукт (мандарин)	200	21,70р.	Сок фруктовый (упак., 0,2)	1	7,26р.
Хлеб пшеничный	30	1,20р.	Хлеб пшеничный	30	1,20р.
Кофейный напиток на сгущ. молоке	200	5,63р.	Чай с сахаром и лимоном	200/7	2,28р.
ватрушка с вареной сгущенкой	70	17,00р.	конфеты шоколадные	60	11,32р.
ИТОГО		67,11р.	ИТОГО		52,35р.
ЧЕТВЕРГ			ЧЕТВЕРГ		
Макаронны отварные с маслом	150/5	5,54р.	Каша пшеничная молочная с маслом	200/5	12,80р.
Колбаса отварная	100	17,30р.	Фрукты (яблоко)	250	16,97р.
Сыр порциями	30	9,38р.	Хлеб пшеничный	30	1,20р.
Хлеб пшеничный	30	1,20р.	Какао со сгущенным молоком	200	6,00р.
Какао со сгущенным молоком	200	6,00р.	шоколад, 30г	1	11,03р.
фрукт (банан)	200	11,00р.			
ИТОГО		50,42р.	ИТОГО		48,00р.
ПЯТНИЦА			ПЯТНИЦА		
Помидоры свежие	60	5,70р.	Огурцы свежие	60	5,40р.
Биточек мясной	80	24,90р.	Котлета рыбная(терпуг)	80	19,30р.
Рис отварной с маслом	150/5	7,02р.	Пюре картофельное с маслом	150/5	8,50р.
Хлеб пшеничный	30	1,20р.	Хлеб пшеничный	30	1,20р.
Сок фруктовый	200	7,26р.	Компот из сухофруктов	200	2,70р.
кекс волжский	100	20,00р.	ватрушка с конфитюром	70	17,00р.
ИТОГО		66,08р.	ИТОГО		54,10р.
		56,67руб.(среднее)			

Сотласована:
директор
И.В. Шенникова

Примерное 20-ти дневное меню школьных ОБЕДОВ для учащихся 1-4 классов

Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения
"Средняя общеобразовательная школа №16"

Сентябрь - декабрь 2020 г

I неделя		стоимость	II неделя		стоимость
ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.		ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.	
щи с тушеной говядиной	200	6,87	суп из овощей с зеленым горошком конс. с туш.говядиной	200	7,95
сосиска отварная	120	18,65	плов с курицей	150	15,36
рис с маслом	150/7	7,02	хлеб пшеничный/ржаной	30/20	2,24
хлеб пшеничный/ржаной	30/20	2,24	компот из суш. вишни	200	2,73
компот из с/ф	200	2,7	штрудель творожный	100	23
булочка ванильная	90	15			
ИТОГО		52,48	ИТОГО		51,28
ВТОРНИК		стоимость	ВТОРНИК		стоимость
Вторник	Выход, гр.		Вторник	Выход, гр.	
суп гороховый с тушеной говядиной	200	6,44	рассольник ленинградский с туш. г	200	6,53
котлета мясная	80	24,9	печень тушеная в томатном соусе	130	12,3
макаронны отварные с маслом	150/5	5,54	картофельное пюре	100	8,49
хлеб пшеничный/ржаной	30/20	2,24	хлеб пшеничный/ржаной	30/20	2,24
кисель плодово/ягодный витаминизированный	200	2,9	компот из кураги	200	2,68
сдоба с витамином и железом	50	10	кекс волжский	100	20
огурец свежий	60	5,4	огурец свежий	60	5,4
ИТОГО		57,42	ИТОГО		57,64
СРЕДА		стоимость	СРЕДА		стоимость
Среда	Выход, гр.		Среда	Выход, гр.	
борщ из свежей капусты со сметаной	200/5	6,22	суп гороховый с туш. говядиной	200	6,44
гуляш	80/30	24,85	куры отварные, порционные	75	15,75
пюре картофельное	150	8,49	макаронны отварные с маслом	150/5	5,54
помидор свежий	60	6,18	помидор свежий	60	6,18
хлеб пшеничный/ржаной	30/20	2,24	хлеб пшеничный/ржаной	30/20	2,24
отвар из шиповника	200	2,64	компот из с/ф	200	2,7
печенье очарование	30	4,89	штрудель фруктовый	100	22
ИТОГО		55,51	ИТОГО		60,85
ЧЕТВЕРГ		стоимость	ЧЕТВЕРГ		стоимость
Четверг	Выход, гр.		Четверг	Выход, гр.	
суп рыбный с консервой "Сайра"	200	7	шоколад 30гр.	30	11,03
тефтели мясные с томатным соусом	60/50	18,03	свекольник с мясом и сметаной	200	7,09
капуста тушеная	150	5,86	разу из курицы	280	25,95
хлеб пшеничный/ржаной	30/20	2,24	хлеб пшеничный/ржаной	30/20	2,24
сок фруктовый(в ассортименте)	200	7,26	отвар из шиповника	200	2,64
сдоба ракушка	80	18	корж молочный	70	18
ИТОГО		58,39	ИТОГО		66,95
ПЯТНИЦА		стоимость	ПЯТНИЦА		стоимость
Пятница	Выход, гр.		Пятница	Выход, гр.	
икра кабачковая	60	5,35	щи с тушеной говядиной	200	6,87
щи с тушеной говядиной	200	6,87	биточки рыбные	80	19,33
котлета мясная	80	24,9	пюре картофельное с маслом	150/5	8,5
рис отварной с маслом	150/5	7,02	хлеб пшеничный/ржаной	30/20	2,24
хлеб пшеничный/ржаной	30/20	2,24	компот из кураги	200	2,68
печенье губернское	30	4,05	фрукт (яблоко)	250	16,97
компот из с/ф	200	2,7			
ИТОГО		53,13	ИТОГО		56,59
III неделя		стоимость	IV неделя		стоимость
ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.		ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.	

суп куриный с вермишелью	200	6,27	щи со свежей капустой с тушеной говядиной	200	6,87
котлета мясная с том. соусом	80/30	26,42	куры отварные, порционные	75	15,17
каша гречневая рассыпчатая	150	5,01	каша гречневая рассыпчатая с маслом	150/5	6,73
хлеб пшеничный/ржаной	30/20	2,24	хлеб пшеничный/ржаной	30/20	2,24
кисель плодово/ягодный	200	2,9	компот из с/ф	200	2,7
фрукт (яблоко)	250	16,97	крендель	80	19
ИТОГО		59,81	ИТОГО		52,71
ВТОРНИК			ВТОРНИК		
борщ с тушеной говядиной и сметаной	200	6,22	рассольник домашний	200	6,85
жаркое по домашнему	175	33,34	печень в томатном соусе	130	12,3
хлеб пшеничный/ржаной	30/20	2,24	макароны отварные	100	2,09
отвар из шиповника	200	2,64	хлеб пшеничный/ржаной	30/20	2,24
фрукт (банан)	200	11	сок фруктовый в ассортименте	200	7,26
ИТОГО		55,44	ИТОГО		52,74
СРЕДА			СРЕДА		
огурцы порционные	60	5,4	суп рыбный из консервы "сайра"	200	7
щи с тушеной говядиной	200	6,87	котлета мясная	80	24,9
плов из свинины	150	21,58	капуста тушеная	150	5,86
хлеб пшеничный/ржаной	30/20	2,24	хлеб пшеничный/ржаной	30/20	2,24
кекс творожный	100	23	ватрушка с конфитюром	70	17
сок фруктовый в ассортименте	200	7,26	компот из кураги	200	2,68
ИТОГО		66,35	ИТОГО		59,68
ЧЕТВЕРГ			ЧЕТВЕРГ		
икра кабачковая	60	5,35	помидоры свежие	60	6,18
суп рыбный из консервы "Сайра"	200	7	суп гороховый с тушеной говядиной	200	6,44
колбаса отварная	50	8,65	рагу из курицы	280	25,95
макароны отварные с маслом	150/5	3,81	хлеб пшеничный/ржаной	30/20	2,24
хлеб пшеничный/ржаной	30/20	2,24	компот из с/ф	200	2,7
штрудель творожный	100	23	фрукт (яблоко)	250	16,97
компот из с/ф		2,7			
ИТОГО		52,75	ИТОГО		60,48
ПЯТНИЦА			ПЯТНИЦА		
суп овощной с тушеной говядиной	200	7,95	рассольник ленинградский тушеной говядиной	200	6,53
гуляш из говядины	130	31,88	котлета рыбная	80	23,68
картофельное пюре	100	8,49	картофельное пюре с маслом	150/5	8,5
хлеб пшеничный/ржаной	30/20	2,24	хлеб пшеничный/ржаной	30/20	2,24
кисель плодово-ягодный	200	2,9	кисель плодово/ягодный	200	2,9
ИТОГО		53,46	ИТОГО		63,85
57,38 (среднее/обеда)					