

Согласовано: И.В. Чупаева  
 Директор МБОУ Чупаева -  
математ. лицей  
 Наименование учреждения  
 Наименование района  
 Подпись: И.В. Чупаева Ф.И.О.



Утверждаю:  
 Председатель СПОСПК "Эдем"

Турнина А. А.

**МЕНЮ**  
**Понедельник (неделя 1)**

**ЗАВТРАК**

| Наименование блюда                      | Выход блюда  | Пищевые вещества (г) |              |              | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|-----------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|--------------|-----------------------------------|
|                                         | 1-4 классы   | Белки                | Жиры         | Углеводы     |                                   |
| Салат из белокочанной капусты           | 60           | 1,16                 | 6,05         | 5,8          | 82,29                             |
| Каша гречневая рассыпчатая              | 150          | 6,9                  | 7,6          | 33,6         | 230,3                             |
| Котлета домашняя мясная с соусом        | 70/30        | 8                    | 5,98         | 7,94         | 117,58                            |
| Хлеб пшеничный                          | 30           | 2,6                  | 0,81         | 14,4         | 74,73                             |
| Хлеб ржано-пшеничный                    | 20           | 1,32                 | 0,22         | 8,2          | 40,06                             |
| Чай с сахаром                           | 190/10       | 0,2                  | 0,05         | 10           | 41,3                              |
| <b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b> | <b>77,76</b> | <b>20,18</b>         | <b>20,71</b> | <b>79,94</b> | <b>586,26</b>                     |

| Наименование блюда                                           | Выход блюда  | Пищевые вещества (г) |              |              | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|--------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|--------------|-----------------------------------|
|                                                              | 5-11 классы  | Белки                | Жиры         | Углеводы     |                                   |
| Салат из белокочанной капусты                                | 100          | 1,62                 | 8            | 10,75        | 121,48                            |
| Каша гречневая рассыпчатая                                   | 180          | 8,3                  | 9,4          | 40,5         | 279,6                             |
| Котлета домашняя мясная с соусом                             | 70/30        | 8                    | 5,98         | 7,94         | 117,58                            |
| Хлеб пшеничный                                               | 30           | 2,6                  | 0,49         | 14,4         | 74,73                             |
| Хлеб ржано-пшеничный                                         | 20           | 1,32                 | 0,22         | 8,2          | 40,06                             |
| Чай с сахаром                                                | 190/10       | 0,2                  | 0,05         | 10           | 41,3                              |
| <b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>                      | <b>88,60</b> | <b>22,04</b>         | <b>24,14</b> | <b>91,79</b> | <b>674,75</b>                     |
| <b>Родительская плата (за минусом субсидии 10,70 рублей)</b> | <b>77,90</b> |                      |              |              |                                   |

**МЕНЮ за счёт бюджетных средств 10,70**

| Наименование блюда   | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |      |          | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|----------------------|-------------|----------------------|------|----------|-----------------------------------|
|                      |             | Белки                | Жиры | Углеводы |                                   |
| Кондитерское изделие | 50          | 1,75                 | 7,55 | 16,62    | 141,43                            |
| Чай с сахаром        | 190/10      | 0,2                  | 0,05 | 10       | 41,3                              |

Технолог-калькулятор: И.В. Чупаева  
 Старший повар: И.В. Чупаева

Согласовано  
Директор

Подпись



Утверждаю:  
Председатель СПОСПК "Эдем"



Турнина А. А.

**МЕНЮ**  
Понедельник (неделя 1)

**ЗАВТРАК**

| Наименование блюда               | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |          | Энергетическая ценность (ккал) |
|----------------------------------|-------------|----------------------|-------|----------|--------------------------------|
|                                  | 1-4 классы  | Белки                | Жиры  | Углеводы |                                |
| Салат из свежих огурцов          | 60          | 1,16                 | 6,05  | 5,8      | 82,29                          |
| Каша гречневая рассыпчатая       | 150         | 6,9                  | 7,6   | 33,6     | 230,3                          |
| Котлета домашняя мясная с соусом | 70/30       | 8                    | 5,98  | 7,94     | 117,58                         |
| Хлеб пшеничный                   | 30          | 2,6                  | 0,81  | 14,4     | 74,73                          |
| Хлеб ржано-пшеничный             | 20          | 1,32                 | 0,22  | 8,2      | 40,06                          |
| Чай с сахаром                    | 190/10      | 0,2                  | 0,05  | 10       | 41,3                           |
| Цена завтрака / Итого за завтрак | 77,76       | 20,18                | 20,71 | 79,94    | 586,26                         |

| Наименование блюда                                    | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |          | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------------------------------------------------|-------------|----------------------|-------|----------|--------------------------------|
|                                                       | 5-11 классы | Белки                | Жиры  | Углеводы |                                |
| Салат из свежих огурцов                               | 100         | 1,62                 | 8     | 10,75    | 121,48                         |
| Каша гречневая рассыпчатая                            | 180         | 8,3                  | 9,4   | 40,5     | 279,6                          |
| Котлета домашняя мясная с соусом                      | 70/30       | 8                    | 5,98  | 7,94     | 117,58                         |
| Хлеб пшеничный                                        | 30          | 2,6                  | 0,49  | 14,4     | 74,73                          |
| Хлеб ржано-пшеничный                                  | 20          | 1,32                 | 0,22  | 8,2      | 40,06                          |
| Чай с сахаром                                         | 190/10      | 0,2                  | 0,05  | 10       | 41,3                           |
| Цена завтрака / Итого за завтрак                      | 88,60       | 22,04                | 24,14 | 91,79    | 674,75                         |
| Родительская плата (за минусом субсидии 10,70 рублей) | 77,90       |                      |       |          |                                |

**МЕНЮ за счёт бюджетных средств 10,70**

| Наименование блюда   | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |      |          | Энергетическая ценность (ккал) |
|----------------------|-------------|----------------------|------|----------|--------------------------------|
|                      |             | Белки                | Жиры | Углеводы |                                |
| Кондитерское изделие | 50          | 1,75                 | 7,55 | 16,62    | 141,43                         |
| Чай с сахаром        | 190/10      | 0,2                  | 0,05 | 10       | 41,3                           |

Технолог-калькулятор  
Старший повар:

Согласовано:

Директор М.Б. Мухоморова

Наименование учреждения Муниципальное бюджетное учреждение "Чувашская областная общеобразовательная школа"

Наименование района Пензенский район

Подпись М.Б. Мухоморова Ф.И.О.

Утверждаю:

Председатель СПОСПК "Эдем"



# МЕНЮ

Вторник (неделя 1)

## ЗАВТРАК

| Наименование блюда                   | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |        |          | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------------------------------------|-------------|----------------------|--------|----------|--------------------------------|
|                                      | 1-4 классы  | Белки                | Жиры   | Углеводы |                                |
| Плоды или ягоды свежие (яблоко)      | 100         | 0,4                  | 0,4    | 9,8      | 47                             |
| Макаронные изделия отварные с маслом | 150         | 5,47                 | 6,37   | 34,34    | 216,57                         |
| Фрикассе из куриных грудок           | 45/45       | 8,78                 | 11,55  | 3,65     | 153,67                         |
| Хлеб пшеничный                       | 30          | 2,6                  | 0,81   | 14,4     | 74,73                          |
| Хлеб ржано-пшеничный                 | 20          | 1,32                 | 0,22   | 8,2      | 40,06                          |
| Чай с сахаром и лимоном              | 185/10/5    | 0,04                 | 0,005  | 10,1     | 40,7                           |
| Цена завтрака / Итого за завтрак     | 77,76       | 18,61                | 19,355 | 80,49    | 572,73                         |

| Наименование блюда                                    | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |        |          | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------------------------------------------------|-------------|----------------------|--------|----------|--------------------------------|
|                                                       | 5-11 классы | Белки                | Жиры   | Углеводы |                                |
| Плоды или ягоды свежие (яблоко)                       | 100         | 0,4                  | 0,4    | 9,8      | 47                             |
| Макаронные изделия отварные с маслом                  | 180         | 6,8                  | 8      | 45,4     | 280,8                          |
| Фрикассе из куриных грудок                            | 45/45       | 8,78                 | 11,55  | 3,65     | 153,67                         |
| Хлеб пшеничный                                        | 40          | 3,28                 | 1,08   | 19,2     | 99,64                          |
| Хлеб ржано-пшеничный                                  | 20          | 2,09                 | 0,85   | 8,2      | 48,81                          |
| Чай с сахаром и лимоном                               | 185/10/5    | 0,04                 | 0,005  | 10,1     | 40,7                           |
| Цена завтрака / Итого за завтрак                      | 88,60       | 21,39                | 21,885 | 96,35    | 670,62                         |
| Родительская плата (за минусом субсидии 10,70 рублей) | 77,90       |                      |        |          |                                |

## МЕНЮ за счёт бюджетных средств 10,70

| Наименование блюда   | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |      |          | Энергетическая ценность (ккал) |
|----------------------|-------------|----------------------|------|----------|--------------------------------|
|                      |             | Белки                | Жиры | Углеводы |                                |
| Кондитерское изделие | 50          | 1,75                 | 7,55 | 16,62    | 141,43                         |
| Чай с сахаром        | 190/10      | 0,2                  | 0,05 | 10       | 41,3                           |

Технолог-калькулятор:

Старший повар: М.Б. Мухоморова

Согласовано: МБОУ "Цыганско-мещеряковская СОШ"  
Директор: Дорогов Т.З.



Утверждаю:  
Председатель СПОСПК "Эдем"



Турнина А. А.

**МЕНЮ**  
Среда (неделя 1)

**ЗАВТРАК**

| Наименование блюда               | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |          | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|----------------------------------|-------------|----------------------|-------|----------|-----------------------------------|
|                                  | 1-4 классы  | Белки                | Жиры  | Углеводы |                                   |
| Винегрет овощной                 | 60          | 0,86                 | 6,1   | 5,84     | 81,8                              |
| Плов из куриных грудок с рисом   | 160/30      | 14,44                | 12,6  | 38,9     | 326,76                            |
| Хлеб пшеничный                   | 40          | 3,28                 | 1,08  | 19,2     | 99,64                             |
| Хлеб ржано-пшеничный             | 20          | 1,32                 | 0,22  | 8,2      | 40,06                             |
| Чай с сахаром и яблоками         | 180/10/10   | 0,24                 | 0,09  | 11       | 45,77                             |
| Цена завтрака / Итого за завтрак | 77,76       | 20,14                | 20,09 | 83,14    | 594,03                            |

| Наименование блюда                                    | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |          | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|-------------------------------------------------------|-------------|----------------------|-------|----------|-----------------------------------|
|                                                       | 5-11 классы | Белки                | Жиры  | Углеводы |                                   |
| Винегрет овощной                                      | 100         | 1,45                 | 7,7   | 9,78     | 114,22                            |
| Плов из куриных грудок с рисом                        | 180/40      | 16,72                | 14,58 | 45       | 378,1                             |
| Хлеб пшеничный                                        | 40          | 3,28                 | 1,08  | 19,2     | 99,64                             |
| Хлеб ржано-пшеничный                                  | 20          | 1,32                 | 0,22  | 8,2      | 40,06                             |
| Чай с сахаром и яблоками                              | 180/10/10   | 0,24                 | 0,09  | 11       | 45,77                             |
| Цена завтрака / Итого за завтрак                      | 88,60       | 23,01                | 23,67 | 93,18    | 677,79                            |
| Родительская плата (за минусом субсидии 10,70 рублей) | 77,90       |                      |       |          |                                   |

**МЕНЮ за счёт бюджетных средств 10,70**

| Наименование блюда   | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |      |          | Энергетическая ценность (ккал) |
|----------------------|-------------|----------------------|------|----------|--------------------------------|
|                      |             | Белки                | Жиры | Углеводы |                                |
| Кондитерское изделие | 50          | 1,75                 | 7,55 | 16,62    | 141,43                         |
| Чай с сахаром        | 190/10      | 0,2                  | 0,05 | 10       | 41,3                           |

Технолог-калькулятор: Бондарева Н.С.  
Старший повар: Бондарева Н.С.

Согласовано:  
Директор МБОУ Чувашско-маришского района

Наименование учреждения МБОУ Чувашско-маришского района

Наименование района Чувашско-маришский

Подпись Д.С. Давыдов



Утверждаю:  
Председатель СПОСПК "Эдем"



Турнина А. А.

**МЕНЮ**  
**Четверг (неделя 1)**

**ЗАВТРАК**

| Наименование блюда                      | Выход блюда  | Пищевые вещества (г) |              |             | Энергетическая ценность (ккал) |
|-----------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|-------------|--------------------------------|
|                                         |              | 1-4 классы           | Белки        | Жиры        | Углеводы                       |
| Сыр                                     | 10           |                      | 2,7          | 1,68        |                                |
| Каша вязкая молочная гречневая с маслом | 200/5/10     |                      | 7,4          | 10,39       | 30,1                           |
| Сосиска в тесте                         | 90           |                      | 7,1          | 6,8         | 25,6                           |
| Хлеб пшеничный                          | 30           |                      | 2,6          | 0,81        | 14,4                           |
| Чай с сахаром                           | 190/10       |                      | 0,2          | 0,05        | 10                             |
| <b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b> | <b>77,76</b> | <b>20</b>            | <b>19,73</b> | <b>80,1</b> | <b>577,46</b>                  |

| Наименование блюда                                           | Выход блюда  | Пищевые вещества (г) |              |           | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|-----------|--------------------------------|
|                                                              |              | 5-11 классы          | Белки        | Жиры      | Углеводы                       |
| Сыр                                                          | 10           |                      | 2,7          | 1,68      |                                |
| Каша вязкая молочная гречневая с маслом                      | 230/5/10     |                      | 9,97         | 12,8      | 41                             |
| Сосиска в тесте                                              | 90           |                      | 7,1          | 6,8       | 25,6                           |
| Хлеб пшеничный                                               | 30           |                      | 2,6          | 0,81      | 14,4                           |
| Чай с сахаром                                                | 190/10       |                      | 0,2          | 0,05      | 10                             |
| <b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>                      | <b>88,60</b> | <b>22,57</b>         | <b>22,14</b> | <b>91</b> | <b>653,03</b>                  |
| <b>Родительская плата (за минусом субсидии 10,70 рублей)</b> | <b>77,90</b> |                      |              |           |                                |

**МЕНЮ за счёт бюджетных средств 10,70**

| Наименование блюда   | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |      |          | Энергетическая ценность (ккал) |
|----------------------|-------------|----------------------|------|----------|--------------------------------|
|                      |             | Белки                | Жиры | Углеводы |                                |
| Кондитерское изделие | 50          | 1,75                 | 7,55 | 16,62    | 141,43                         |
| Чай с сахаром        | 190/10      | 0,2                  | 0,05 | 10       | 41,3                           |

Технолог-калькулятор: Н.С. Давыдов  
Старший повар: Д.С. Давыдов

Согласовано: МБОУ Чуваш-  
ско-семеновский район  
Директор: Федор TS



Утверждаю:  
Председатель СПОСПК "Эдем"  
Турнина А. А.



**МЕНЮ**  
Пятница (неделя 1)

**ЗАВТРАК**

| Наименование блюда                             | Выход блюда  | Пищевые вещества (г) |               |              | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|------------------------------------------------|--------------|----------------------|---------------|--------------|-----------------------------------|
|                                                | 1-4 классы   | Белки                | Жиры          | Углеводы     |                                   |
| Плоды или ягоды свежие (яблоко)                | 100          | 0,4                  | 0,4           | 9,8          | 47                                |
| Картофельное пюре                              | 150          | 3,8                  | 6,5           | 34,8         | 212,9                             |
| Котлета из птицы (курицы), запеченная с соусом | 70/30        | 12,1                 | 12,26         | 7,82         | 190,02                            |
| Хлеб пшеничный                                 | 30           | 2,5                  | 0,81          | 9,4          | 54,89                             |
| Хлеб ржано-пшеничный                           | 20           | 1,32                 | 0,22          | 8,2          | 40,06                             |
| Чай с сахаром и лимоном                        | 185/10/5     | 0,04                 | 0,005         | 10,1         | 40,7                              |
| <b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>        | <b>77,76</b> | <b>20,16</b>         | <b>20,195</b> | <b>80,12</b> | <b>585,57</b>                     |

| Наименование блюда                                           | Выход блюда  | Пищевые вещества (г) |               |              | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|--------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|---------------|--------------|-----------------------------------|
|                                                              | 5-11 классы  | Белки                | Жиры          | Углеводы     |                                   |
| Плоды или ягоды свежие (яблоко)                              | 100          | 0,4                  | 0,4           | 9,8          | 47                                |
| Картофельное пюре                                            | 180          | 6,34                 | 7,96          | 45,8         | 280,2                             |
| Котлета из птицы (курицы), запеченная с соусом               | 70/30        | 12,1                 | 12,26         | 7,82         | 190,02                            |
| Хлеб пшеничный                                               | 40           | 3,28                 | 1,08          | 18,2         | 99,64                             |
| Хлеб ржано-пшеничный                                         | 20           | 1,32                 | 0,22          | 8,2          | 40,06                             |
| Чай с сахаром и лимоном                                      | 185/10/5     | 0,04                 | 0,005         | 10,1         | 40,7                              |
| <b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>                      | <b>88,60</b> | <b>23,48</b>         | <b>21,925</b> | <b>99,92</b> | <b>697,62</b>                     |
| <b>Родительская плата (за минусом субсидии 10,70 рублей)</b> | <b>77,90</b> |                      |               |              |                                   |

**МЕНЮ за счёт бюджетных средств 10,70**

| Наименование блюда   | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |      |          | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|----------------------|-------------|----------------------|------|----------|-----------------------------------|
|                      |             | Белки                | Жиры | Углеводы |                                   |
| Кондитерское изделие | 50          | 1,75                 | 7,55 | 16,62    | 141,43                            |
| Чай с сахаром        | 190/10      | 0,2                  | 0,05 | 10       | 41,3                              |

Технолог-калькулятор: Григорьева  
Старший повар: Григорьева

Согласовано:

Директор

Директор *Директор*  
 Наименование учреждения  
*Сувашкомаянская ООШ*  
 Наименование района  
*Сувашкомаянская*  
 Подпись *Сергей ТЗ*  
 ФИО

Утверждаю:

Председатель СПОСПК "Эдем"



Турнина А. А.

## МЕНЮ

Суббота (неделя 1)

## ЗАВТРАК

| Наименование блюда                      | Выход блюда  | Пищевые вещества (г) |              |              | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|-----------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|--------------|-----------------------------------|
|                                         | 1-4 классы   | Белки                | Жиры         | Углеводы     |                                   |
| Кондитерское изделие                    | 30           | 1,8                  | 6,6          | 16,8         | 133,8                             |
| Макаронные изделия отварные с маслом    | 150          | 5,47                 | 6,37         | 34,34        | 216,57                            |
| Гуляш из говядины с соусом              | 45/45        | 9,19                 | 5,9          | 3,44         | 103,62                            |
| Хлеб пшеничный                          | 20           | 1,64                 | 0,54         | 9,6          | 49,82                             |
| Хлеб ржано-пшеничный                    | 20           | 1,32                 | 0,22         | 8,2          | 40,06                             |
| Чай с сахаром и урюком                  | 180/10/7     | 0,43                 | 0,09         | 14,4         | 60,1                              |
| <b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b> | <b>77,76</b> | <b>19,85</b>         | <b>19,72</b> | <b>86,78</b> | <b>603,97</b>                     |

| Наименование блюда                                           | Выход блюда  | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|--------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|-----------------------------------|
|                                                              | 5-11 классы  | Белки                | Жиры         | Углеводы      |                                   |
| Кондитерское изделие                                         | 30           | 1,8                  | 6,6          | 16,8          | 133,8                             |
| Макаронные изделия отварные с маслом                         | 180          | 6,8                  | 8            | 45,4          | 280,8                             |
| Гуляш из говядины с соусом                                   | 45/45        | 9,19                 | 5,9          | 3,44          | 103,62                            |
| Хлеб пшеничный                                               | 40           | 3,28                 | 1,08         | 12,2          | 71,64                             |
| Хлеб ржано-пшеничный                                         | 20           | 1,32                 | 0,22         | 8,2           | 40,06                             |
| Чай с сахаром и урюком                                       | 180/10/7     | 0,43                 | 0,09         | 14,4          | 60,1                              |
| <b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>                      | <b>88,60</b> | <b>22,82</b>         | <b>21,89</b> | <b>100,44</b> | <b>690,02</b>                     |
| <b>Родительская плата (за минусом субсидии 10,70 рублей)</b> | <b>77,90</b> |                      |              |               |                                   |

## МЕНЮ за счёт бюджетных средств 10,70

| Наименование блюда   | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |      |          | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|----------------------|-------------|----------------------|------|----------|-----------------------------------|
|                      |             | Белки                | Жиры | Углеводы |                                   |
| Кондитерское изделие | 50          | 1,75                 | 7,55 | 16,62    | 141,43                            |
| Чай с сахаром        | 190/10      | 0,2                  | 0,05 | 10       | 41,3                              |

Технолог-калькулятор

Старший повар:

*Сергей ТЗ*  
*Сергей ТЗ*

Согласовано: \_\_\_\_\_  
Директор \_\_\_\_\_

МБОУ "Чувашская основная общеобразовательная школа"

8 \_\_\_\_\_  
Подпись \_\_\_\_\_



Утверждаю: \_\_\_\_\_  
Председатель СПОСПК "Эдем"



Турнина А. А.

МЕНЮ  
Понедельник (неделя 2)

ЗАВТРАК

| Наименование блюда                    | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |      |          | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|---------------------------------------|-------------|----------------------|------|----------|-----------------------------------|
|                                       | 1-4 классы  | Белки                | Жиры | Углеводы |                                   |
| Плоды или ягоды свежие (яблоко)       | 100         | 0,4                  | 0,4  | 9,8      | 47                                |
| Каша вязкая молочная рисовая с маслом | 200/5/10    | 5,9                  | 8,9  | 29       | 219,7                             |
| Ватрушка с творогом                   | 70          | 9,99                 | 8,69 | 21,1     | 202,57                            |
| Хлеб пшеничный                        | 20          | 1,64                 | 0,54 | 9,6      | 49,82                             |
| Хлеб ржано-пшеничный                  | 20          | 1,32                 | 0,22 | 8,2      | 40,06                             |
| Чай с сахаром                         | 190/10      | 0,2                  | 0,05 | 10       | 41,3                              |
| Цена завтрака / Итого за завтрак      | 77,76       | 19,45                | 18,8 | 87,7     | 600,45                            |

| Наименование блюда                                    | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |          | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|-------------------------------------------------------|-------------|----------------------|-------|----------|-----------------------------------|
|                                                       | 5-11 классы | Белки                | Жиры  | Углеводы |                                   |
| Плоды или ягоды свежие (яблоко)                       | 100         | 0,4                  | 0,4   | 9,8      | 47                                |
| Каша вязкая молочная рисовая с маслом                 | 230/5/10    | 6,79                 | 10,23 | 33,35    | 252,63                            |
| Ватрушка с творогом                                   | 70          | 11,5                 | 10,69 | 22,1     | 230,61                            |
| Хлеб пшеничный                                        | 20          | 1,64                 | 0,54  | 9,6      | 49,82                             |
| Хлеб ржано-пшеничный                                  | 20          | 1,32                 | 0,22  | 8,2      | 40,06                             |
| Чай с сахаром                                         | 190/10      | 0,2                  | 0,05  | 10       | 41,3                              |
| Цена завтрака / Итого за завтрак                      | 88,60       | 21,85                | 22,13 | 93,05    | 661,42                            |
| Родительская плата (за минусом субсидии 10,70 рублей) | 77,90       |                      |       |          |                                   |

МЕНЮ за счёт бюджетных средств 10,70

| Наименование блюда   | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |      |          | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|----------------------|-------------|----------------------|------|----------|-----------------------------------|
|                      |             | Белки                | Жиры | Углеводы |                                   |
| Кондитерское изделие | 50          | 1,75                 | 7,55 | 16,62    | 141,43                            |
| Чай с сахаром        | 190/10      | 0,2                  | 0,05 | 10       | 41,3                              |

Технолог-калькулятор: \_\_\_\_\_  
Старший повар: \_\_\_\_\_

Согласовано: МБОУ Чувашско-  
Директор Майяна Соли

Наименование учреждения  
Наименование района  
Подпись: Федор TS Ф. И. О.



Утверждаю:  
Председатель СПОСПК "Эдем"

Турнина А. А.

**МЕНЮ**  
**Вторник (неделя 2)**

**ЗАВТРАК**

| Наименование блюда                             | Выход блюда  | Пищевые вещества (г) |               |              | Энергетическая ценность (ккал) |
|------------------------------------------------|--------------|----------------------|---------------|--------------|--------------------------------|
|                                                |              | 1-4 классы           | Белки         | Жиры         | Углеводы                       |
| Салат из моркови                               | 60           | 0,74                 | 6,05          | 5,1          | 77,8                           |
| Картофель тушеный                              | 150          | 2,9                  | 1,1           | 34,1         | 155,9                          |
| Котлета из птицы (курицы), запеченная с соусом | 70/30        | 12,1                 | 12,26         | 7,82         | 190,02                         |
| Хлеб пшеничный                                 | 30           | 2,6                  | 0,81          | 14,4         | 74,73                          |
| Хлеб ржано-пшеничный                           | 20           | 1,32                 | 0,22          | 8,2          | 40,06                          |
| Чай с сахаром и лимоном                        | 185/10/5     | 0,04                 | 0,005         | 10,1         | 40,7                           |
| <b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>        | <b>77,76</b> | <b>19,7</b>          | <b>20,445</b> | <b>79,72</b> | <b>579,21</b>                  |

| Наименование блюда                                    | Выход блюда  | Пищевые вещества (г) |               |             | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------------------------------------------------|--------------|----------------------|---------------|-------------|--------------------------------|
|                                                       |              | 5-11 классы          | Белки         | Жиры        | Углеводы                       |
| Салат из моркови                                      | 100          | 1,17                 | 7,8           | 10,47       | 116,76                         |
| Картофель тушеный                                     | 180          | 4,24                 | 1,32          | 40,91       | 192,48                         |
| Котлета из птицы (курицы), запеченная с соусом        | 70/30        | 12,1                 | 12,26         | 7,82        | 190,02                         |
| Хлеб пшеничный                                        | 30           | 2,6                  | 0,81          | 14,4        | 74,73                          |
| Хлеб ржано-пшеничный                                  | 20           | 1,32                 | 0,22          | 8,2         | 40,06                          |
| Чай с сахаром и лимоном                               | 185/10/5     | 0,04                 | 0,005         | 10,1        | 40,7                           |
| <b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>               | <b>88,60</b> | <b>21,47</b>         | <b>22,415</b> | <b>91,9</b> | <b>654,75</b>                  |
| Родительская плата (за минусом субсидии 10,70 рублей) | 77,90        |                      |               |             |                                |

**МЕНЮ за счёт бюджетных средств 10,70**

| Наименование блюда   | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |      |          | Энергетическая ценность (ккал) |
|----------------------|-------------|----------------------|------|----------|--------------------------------|
|                      |             | Белки                | Жиры | Углеводы |                                |
| Кондитерское изделие | 50          | 1,75                 | 7,55 | 16,62    | 141,43                         |
| Чай с сахаром        | 190/10      | 0,2                  | 0,05 | 10       | 41,3                           |

Технолог-калькулятор:

Старший повар:

Турнина А. А.

Согласовано: М.В.С. Сурягина  
 Директор М.В.С. Сурягина  
 Подпись 8



Утверждаю:  
 Председатель СПОСПК "Эдем" Турнина А. А.  
 Подпись Турнина А. А.

**МЕНЮ**  
**Вторник (неделя 2)**

**ЗАВТРАК**

| Наименование блюда                             | Выход блюда  | Пищевые вещества (г) |               |              | Энергетическая ценность (ккал) |
|------------------------------------------------|--------------|----------------------|---------------|--------------|--------------------------------|
|                                                |              | 1-4 классы           | Белки         | Жиры         | Углеводы                       |
| Салат из припущенной моркови                   | 60           | 0,74                 | 6,05          | 5,1          | 77,8                           |
| Картофель тушеный                              | 150          | 2,9                  | 1,1           | 34,1         | 155,9                          |
| Котлета из птицы (курицы), запеченная с соусом | 70/30        | 12,1                 | 12,26         | 7,82         | 190,02                         |
| Хлеб пшеничный                                 | 30           | 2,6                  | 0,81          | 14,4         | 74,73                          |
| Хлеб ржано-пшеничный                           | 20           | 1,32                 | 0,22          | 8,2          | 40,06                          |
| Чай с сахаром и лимоном                        | 185/10/5     | 0,04                 | 0,005         | 10,1         | 40,7                           |
| <b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>        | <b>77,76</b> | <b>19,7</b>          | <b>20,445</b> | <b>79,72</b> | <b>579,21</b>                  |

| Наименование блюда                                           | Выход блюда  | Пищевые вещества (г) |               |             | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|---------------|-------------|--------------------------------|
|                                                              |              | 5-11 классы          | Белки         | Жиры        | Углеводы                       |
| Салат из припущенной моркови                                 | 100          | 1,17                 | 7,8           | 10,47       | 116,76                         |
| Картофель тушеный                                            | 180          | 4,24                 | 1,32          | 40,91       | 192,48                         |
| Котлета из птицы (курицы), запеченная с соусом               | 70/30        | 12,1                 | 12,26         | 7,82        | 190,02                         |
| Хлеб пшеничный                                               | 30           | 2,6                  | 0,81          | 14,4        | 74,73                          |
| Хлеб ржано-пшеничный                                         | 20           | 1,32                 | 0,22          | 8,2         | 40,06                          |
| Чай с сахаром и лимоном                                      | 185/10/5     | 0,04                 | 0,005         | 10,1        | 40,7                           |
| <b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>                      | <b>88,60</b> | <b>21,47</b>         | <b>22,415</b> | <b>91,9</b> | <b>654,75</b>                  |
| <b>Родительская плата (за минусом субсидии 10,70 рублей)</b> | <b>77,90</b> |                      |               |             |                                |

**МЕНЮ за счёт бюджетных средств 10,70**

| Наименование блюда   | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |      |          | Энергетическая ценность (ккал) |
|----------------------|-------------|----------------------|------|----------|--------------------------------|
|                      |             | Белки                | Жиры | Углеводы |                                |
| Кондитерское изделие | 50          | 1,75                 | 7,55 | 16,62    | 141,43                         |
| Чай с сахаром        | 190/10      | 0,2                  | 0,05 | 10       | 41,3                           |

Технолог-калькулятор Б.В. Сурягина  
 Старший повар Б.В. Сурягина

Согласовано: \_\_\_\_\_  
 Директор \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Утверждаю:

Председатель СПОСПК "Эдем"



Турнина А. А.

# МЕНЮ

Среда (неделя 2)

## ЗАВТРАК

| Наименование блюда                      | Выход блюда  | Пищевые вещества (г) |              |              | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|-----------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|--------------|-----------------------------------|
|                                         |              | 1-4 классы           | Белки        | Жиры         | Углеводы                          |
| Огурцы свежие (порционно)               | 60           | 0,8                  | 0,06         | 1,68         | 10,46                             |
| Макаронные изделия отварные с маслом    | 150          | 5,47                 | 6,37         | 34,34        | 216,57                            |
| Сосиска отварная с соусом               | 100/20       | 11,2                 | 13           | 11           | 205,8                             |
| Хлеб пшеничный                          | 30           | 0,6                  | 0,81         | 14,4         | 74,73                             |
| Хлеб ржано-пшеничный                    | 20           | 1,32                 | 0,22         | 8,2          | 40,06                             |
| Чай с сахаром и урюком                  | 180/10/7     | 0,43                 | 0,09         | 14,4         | 60,1                              |
| <b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b> | <b>77,76</b> | <b>19,82</b>         | <b>20,55</b> | <b>84,02</b> | <b>607,72</b>                     |

| Наименование блюда                                           | Выход блюда  | Пищевые вещества (г) |              |             | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|--------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|-------------|-----------------------------------|
|                                                              |              | 5-11 классы          | Белки        | Жиры        | Углеводы                          |
| Огурцы свежие (порционно)                                    | 100          | 1,33                 | 0,1          | 2,8         | 17,42                             |
| Макаронные изделия отварные с маслом                         | 180          | 6,8                  | 8            | 45,4        | 280,8                             |
| Сосиска отварная с соусом                                    | 100/20       | 11,2                 | 13           | 11          | 205,8                             |
| Хлеб пшеничный                                               | 30           | 0,6                  | 0,81         | 14,4        | 74,73                             |
| Хлеб ржано-пшеничный                                         | 20           | 1,32                 | 0,22         | 8,2         | 40,06                             |
| Чай с сахаром и урюком                                       | 180/10/7     | 0,43                 | 0,09         | 14,4        | 60,1                              |
| <b>Цена завтрака / Итого за завтрак</b>                      | <b>88,60</b> | <b>21,68</b>         | <b>22,22</b> | <b>96,2</b> | <b>678,91</b>                     |
| <b>Родительская плата (за минусом субсидии 10,70 рублей)</b> | <b>77,90</b> |                      |              |             |                                   |

## МЕНЮ за счёт бюджетных средств 10,70

| Наименование блюда   | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |      |          | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|----------------------|-------------|----------------------|------|----------|-----------------------------------|
|                      |             | Белки                | Жиры | Углеводы |                                   |
| Кондитерское изделие | 50          | 1,75                 | 7,55 | 16,62    | 141,43                            |
| Чай с сахаром        | 190/10      | 0,2                  | 0,05 | 10       | 41,3                              |

Технолог-калькулятор: \_\_\_\_\_

Старший повар: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Согласовано: МБОУ Чувашско-  
сколашеская оош  
Директор В. А. Турнина  
Подпись В. А. Турнина



Утверждаю:  
Председатель СПОСПК "Эдем"  
Турнина А. А.  
Подпись Турнина А. А.



**МЕНЮ**  
**Четверг (неделя 2)**

**ЗАВТРАК**

| Наименование блюда               | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |          | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|----------------------------------|-------------|----------------------|-------|----------|-----------------------------------|
|                                  | 1-4 классы  | Белки                | Жиры  | Углеводы |                                   |
| Плоды или ягоды свежие (яблоко)  | 100         | 0,4                  | 0,4   | 9,8      | 47                                |
| Каша гречневая рассыпчатая       | 150         | 6,9                  | 7,6   | 33,6     | 230,3                             |
| Фрикассе из куриных грудок       | 45/45       | 8,78                 | 11,55 | 3,65     | 153,67                            |
| Хлеб пшеничный                   | 30          | 2,6                  | 0,81  | 14,4     | 74,73                             |
| Хлеб ржано-пшеничный             | 20          | 1,32                 | 0,22  | 8,2      | 40,06                             |
| Чай с сахаром                    | 190/10      | 0,2                  | 0,05  | 10       | 41,3                              |
| Цена завтрака / Итого за завтрак | 77,76       | 20,2                 | 20,63 | 79,65    | 587,06                            |

| Наименование блюда                                    | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |          | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|-------------------------------------------------------|-------------|----------------------|-------|----------|-----------------------------------|
|                                                       | 5-11 классы | Белки                | Жиры  | Углеводы |                                   |
| Плоды или ягоды свежие (яблоко)                       | 100         | 0,4                  | 0,4   | 9,8      | 47                                |
| Каша гречневая рассыпчатая                            | 180         | 8,3                  | 9,4   | 40,5     | 279,6                             |
| Фрикассе из куриных грудок                            | 45/45       | 8,78                 | 11,55 | 3,65     | 153,67                            |
| Хлеб пшеничный                                        | 40          | 3,28                 | 1,08  | 19,2     | 99,64                             |
| Хлеб ржано-пшеничный                                  | 20          | 1,32                 | 0,22  | 8,2      | 40,06                             |
| Чай с сахаром                                         | 190/10      | 0,2                  | 0,05  | 10       | 41,3                              |
| Цена завтрака / Итого за завтрак                      | 88,60       | 22,28                | 22,7  | 91,35    | 661,27                            |
| Родительская плата (за минусом субсидии 10,70 рублей) | 77,90       |                      |       |          |                                   |

**МЕНЮ за счёт бюджетных средств 10,70**

| Наименование блюда   | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |      |          | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|----------------------|-------------|----------------------|------|----------|-----------------------------------|
|                      |             | Белки                | Жиры | Углеводы |                                   |
| Кондитерское изделие | 50          | 1,75                 | 7,55 | 16,62    | 141,43                            |
| Чай с сахаром        | 190/10      | 0,2                  | 0,05 | 10       | 41,3                              |

Технолог-калькулятор: В. А. Турнина  
Старший повар: В. А. Турнина

Согласовано:

Директор МБОУ ЧВШ -

с/о ЧВШ - ООШ

Сурганов

Подпись

Ф.И.О.



Утверждено:

Председатель СПОСПК "Эдем"



Турнина А. А.

# МЕНЮ

Пятница (неделя 2)

## ЗАВТРАК

| Наименование блюда               | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |        |          | Энергетическая ценность (ккал) |
|----------------------------------|-------------|----------------------|--------|----------|--------------------------------|
|                                  |             | Белки                | Жиры   | Углеводы |                                |
| Салат из отварной свеклы         | 60          | 0,63                 | 6,05   | 5,27     | 78,05                          |
| Плов из куриных грудок с рисом   | 160/30      | 14,44                | 12,6   | 38,9     | 326,76                         |
| Хлеб пшеничный                   | 50          | 4,4                  | 1,35   | 26       | 133,75                         |
| Чай с сахаром и лимоном          | 185/10/5    | 0,04                 | 0,005  | 10,1     | 40,7                           |
| Цена завтрака / Итого за завтрак | 77,76       | 19,51                | 20,005 | 80,27    | 579,26                         |

| Наименование блюда                                    | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |        |          | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------------------------------------------------|-------------|----------------------|--------|----------|--------------------------------|
|                                                       |             | Белки                | Жиры   | Углеводы |                                |
| Салат из отварной свеклы                              | 100         | 1,44                 | 8,08   | 9,9      | 118,08                         |
| Плов из куриных грудок с рисом                        | 180/40      | 16,72                | 14,58  | 45       | 378,1                          |
| Хлеб пшеничный                                        | 50          | 4,4                  | 1,35   | 26       | 133,75                         |
| Чай с сахаром и лимоном                               | 185/10/5    | 0,04                 | 0,005  | 10,1     | 40,7                           |
| Цена завтрака / Итого за завтрак                      | 88,60       | 22,6                 | 24,015 | 91       | 670,63                         |
| Родительская плата (за минусом субсидии 10,70 рублей) | 77,90       |                      |        |          |                                |

## МЕНЮ за счёт бюджетных средств 10,70

| Наименование блюда   | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |      |          | Энергетическая ценность (ккал) |
|----------------------|-------------|----------------------|------|----------|--------------------------------|
|                      |             | Белки                | Жиры | Углеводы |                                |
| Кондитерское изделие | 50          | 1,75                 | 7,55 | 16,62    | 141,43                         |
| Чай с сахаром        | 190/10      | 0,2                  | 0,05 | 10       | 41,3                           |

Технолог-калькулятор

Старший повар: Турнина А. А.

Согласовано  
Директор И.Б.О. Чувашской

скай Осеев

8

Подпись



Утверждаю:  
Председатель СПОСПК "Эдем"

Турнина А. А.

**МЕНЮ**  
Суббота (неделя 2)

**ЗАВТРАК**

| Наименование блюда                               | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |          | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|--------------------------------------------------|-------------|----------------------|-------|----------|-----------------------------------|
|                                                  | 1-4 классы  | Белки                | Жиры  | Углеводы |                                   |
| Кондитерское изделие                             | 30          | 1,8                  | 6,6   | 16,8     | 133,8                             |
| Картофельное пюре                                | 150         | 3,8                  | 6,5   | 34,8     | 212,9                             |
| Тефтели "Рыбачки" из минтая, запеченные с соусом | 70/30       | 9,6                  | 5     | 7,2      | 112,2                             |
| Хлеб пшеничный                                   | 20          | 1,64                 | 0,54  | 9,6      | 49,82                             |
| Хлеб ржано-пшеничный                             | 20          | 1,32                 | 0,22  | 8,2      | 40,06                             |
| Чай с сахаром и яблоками                         | 180/10/10   | 0,24                 | 0,09  | 11       | 45,77                             |
| Цена завтрака / Итого за завтрак                 | 77,76       | 18,4                 | 18,95 | 87,6     | 594,55                            |

| Наименование блюда                                    | Выход блюда    | Пищевые вещества (г) |       |          | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|-------------------------------------------------------|----------------|----------------------|-------|----------|-----------------------------------|
|                                                       | 5-11<br>классы | Белки                | Жиры  | Углеводы |                                   |
| Кондитерское изделие                                  | 40             | 2,42                 | 10,9  | 16,8     | 174,98                            |
| Картофельное пюре                                     | 180            | 6,2                  | 5,3   | 45,5     | 254,5                             |
| Тефтели "Рыбачки" из минтая, запеченные с соусом      | 70/30          | 9,6                  | 5     | 7,2      | 112,2                             |
| Хлеб пшеничный                                        | 20             | 1,64                 | 0,54  | 9,6      | 49,82                             |
| Хлеб ржано-пшеничный                                  | 20             | 1,32                 | 0,22  | 8,2      | 40,06                             |
| Чай с сахаром и яблоками                              | 180/10/10      | 0,24                 | 0,09  | 11       | 45,77                             |
| Цена завтрака / Итого за завтрак                      | 88,60          | 21,42                | 22,05 | 98,3     | 677,33                            |
| Родительская плата (за минусом субсидии 10,70 рублей) | 77,90          |                      |       |          |                                   |

**МЕНЮ за счёт бюджетных средств 10,70**

| Наименование блюда   | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |      |          | Энергетическая ценность (ккал) |
|----------------------|-------------|----------------------|------|----------|--------------------------------|
|                      |             | Белки                | Жиры | Углеводы |                                |
| Кондитерское изделие | 50          | 1,75                 | 7,55 | 16,62    | 141,43                         |
| Чай с сахаром        | 190/10      | 0,2                  | 0,05 | 10       | 41,3                           |

Технолог-калькулятор:

Старший повар:

Генералов Г.С.