

# МЕНЮ для детей мобилизованных

«Утверждаю»  
ООО « фирма Школьная »

«Согласовано»  
МБОУ СОШ

*[Подпись]*

1 неделя

Понедельник 15.12

| блюд. в                             | гр.    | Белки | Жиры | Углевод | Энерге | ВитА, л | ВитВ1, л | ВитЕ, м | ВитС, мг | Са, мг | Р, мг |
|-------------------------------------|--------|-------|------|---------|--------|---------|----------|---------|----------|--------|-------|
| 1 Суп гречневый на мясокост бульоне | 200    | 15,7  | 5,8  | 31,5    | 243,3  | 34,5    | 44,79    | 3       | 0,22     | 0,08   | 4,66  |
| 2 Ленивые голубцы с мясом           | 200    | 17    | 21,9 | 14,3    | 277    | 23,8    | 2,6      | 0,05    | 0,12     | 1,2    | 194   |
| 3 Чай с сахаром                     | 200/10 | 0,5   | 0,1  | 31,2    | 121    | 14,6    | 8,5      | 0,92    | 0,07     | 0,21   | 0,29  |
| 4 Хлеб пшеничный                    | 30     | 5,4   | 0,8  | 31      | 150,6  | 21,2    | 35,2     | 1,6     | 0,14     | 0,1    | 0     |

Цена: 70,00

Вторник 16.12

|                                        |        |      |     |      |       |      |       |      |      |      |      |
|----------------------------------------|--------|------|-----|------|-------|------|-------|------|------|------|------|
| 1 Ши из св капусты на мясокост бульоне | 200    | 15,7 | 5,8 | 31,5 | 243,3 | 34,5 | 44,79 | 3    | 0,22 | 0,08 | 4,66 |
| 2 Макароны отварные                    | 100    | 20,7 | 6   | 43,5 | 314   | 140  | 95,93 | 5,51 | 0,36 | 1,2  | 194  |
| 3 "Ежики" с рисом с соусом             | 80/20  | 18   | 5,7 | 0,5  | 125   | 14,9 | 21,6  | 0,47 | 0,14 | 3    | 250  |
| 4 Чай с сахаром                        | 200/10 | 0,1  |     | 9,1  | 35    | 0,26 | 0     | 0,03 | 0    | 0,21 | 0,29 |
| 5 Хлеб пшеничный                       | 30     | 5,4  | 0,8 | 31   | 150,6 | 21,2 | 35,2  | 1,6  | 0,14 | 0,1  | 0    |

Цена: 70,00

Среда 17.12

|                                   |        |      |      |      |       |      |       |      |      |      |      |
|-----------------------------------|--------|------|------|------|-------|------|-------|------|------|------|------|
| 1 Суп рисовый на мясокост бульоне | 200    | 15,7 | 5,8  | 31,5 | 243,3 | 34,5 | 44,79 | 3    | 0,22 | 0,08 | 4,66 |
| 2 Овощное рагу с курицей          | 200    | 17   | 21,9 | 14,3 | 277   | 23,8 | 2,6   | 0,05 | 0,12 | 1,2  | 194  |
| 3 Чай с сахаром                   | 200/10 | 0,5  | 0,1  | 31,2 | 121   | 14,6 | 8,5   | 0,92 | 0,07 | 0,21 | 0,29 |
| 4 Хлеб пшеничный                  | 30     | 5,4  | 0,8  | 31   | 150,6 | 21,2 | 35,2  | 1,6  | 0,14 | 0,1  | 0    |

Цена: 70,00

Четверг 18.12

|                                 |        |      |      |      |       |      |       |      |      |      |      |
|---------------------------------|--------|------|------|------|-------|------|-------|------|------|------|------|
| 1 Суп лапша на мясокост бульоне | 200    | 15,7 | 5,8  | 31,5 | 243,3 | 34,5 | 44,79 | 3    | 0,22 | 0,08 | 4,66 |
| 2 Мясной соус                   | 100    | 17   | 21,9 | 14,3 | 277   | 23,8 | 2,6   | 0,05 | 0,12 | 1,2  | 194  |
| 3 Гарнир гречневый              | 100    | 17   | 21,9 | 14,3 | 277   | 23,8 | 2,6   | 0,05 | 0,12 | 1,2  | 194  |
| 4 Чай с сахаром                 | 200/10 | 0,5  | 0,1  | 31,2 | 121   | 14,6 | 8,5   | 0,92 | 0,07 | 0,21 | 0,29 |
| 5 Хлеб пшеничный                | 30     | 5,4  | 0,8  | 31   | 150,6 | 21,2 | 35,2  | 1,6  | 0,14 | 0,1  | 0    |

Цена: 70,00

Пятница 19.12

|                                          |        |      |      |      |       |      |       |      |      |      |      |
|------------------------------------------|--------|------|------|------|-------|------|-------|------|------|------|------|
| 1 Борщ из св капусты на мясокост бульоне | 200    | 15,7 | 5,8  | 31,5 | 243,3 | 34,5 | 44,79 | 3    | 0,22 | 0,08 | 4,66 |
| 2 Котлеты из куриной грудки с соусом     | 80/20  | 17   | 21,9 | 14,3 | 277   | 23,8 | 2,6   | 0,05 | 0,12 | 1,2  | 194  |
| 3 Гороховое пюре                         | 100    | 20,7 | 6    | 43,5 | 314   | 140  | 95,93 | 5,51 | 0,36 | 1,2  | 194  |
| 4 Чай с сахаром                          | 200/10 | 0,5  | 0,1  | 31,2 | 121   | 14,6 | 8,5   | 0,92 | 0,07 | 0,21 | 0,29 |
| 5 Хлеб пшеничный                         | 30     | 5,4  | 0,8  | 31   | 150,6 | 21,2 | 35,2  | 1,6  | 0,14 | 0,1  | 0    |

Цена: 70,00

Суббота 20.12

|                       |        |      |     |      |       |      |       |      |      |      |      |
|-----------------------|--------|------|-----|------|-------|------|-------|------|------|------|------|
| 1 Пельмени с бульоном | 200    | 15,7 | 5,8 | 31,5 | 243,3 | 34,5 | 44,79 | 3    | 0,22 | 0,08 | 4,66 |
| 2 Плов с курицей      | 200    | 18   | 5,7 | 0,5  | 125   | 14,9 | 21,6  | 0,47 | 0,14 | 3    | 250  |
| 4 Чай с сахаром       | 200/10 | 0,1  |     | 9,1  | 35    | 0,26 | 0     | 0,03 | 0    | 0,21 | 0,29 |
| 5 Хлеб пшеничный      | 30     | 5,4  | 0,8 | 31   | 150,6 | 21,2 | 35,2  | 1,6  | 0,14 | 0,1  | 0    |

Цена: 70,00

2 неделя

Понедельник 22.12

|                                 |        |      |      |      |       |      |       |      |      |      |      |
|---------------------------------|--------|------|------|------|-------|------|-------|------|------|------|------|
| 1 Суп лапша на мясокост бульоне | 200    | 15,7 | 5,8  | 31,5 | 243,3 | 34,5 | 44,79 | 3    | 0,22 | 0,08 | 4,66 |
| 2 Тефтели из говядины с соусом  | 80/20  | 17   | 21,9 | 14,3 | 277   | 23,8 | 2,6   | 0,05 | 0,12 | 1,2  | 194  |
| 3 Капуста тушеная               | 100    | 17   | 21,9 | 14,3 | 277   | 23,8 | 2,6   | 0,05 | 0,12 | 1,2  | 194  |
| 4 Чай с сахаром                 | 200/10 | 0,5  | 0,1  | 31,2 | 121   | 14,6 | 8,5   | 0,92 | 0,07 | 0,21 | 0,29 |
| 5 Хлеб пшеничный                | 30     | 5,4  | 0,8  | 31   | 150,6 | 21,2 | 35,2  | 1,6  | 0,14 | 0,1  | 0    |

Цена: 70,00

Вторник 23.12

|                                               |        |      |     |      |       |      |       |      |      |      |      |
|-----------------------------------------------|--------|------|-----|------|-------|------|-------|------|------|------|------|
| 1 Ши из св капусты на мясокост бульоне        | 200    | 15,7 | 5,8 | 31,5 | 243,3 | 34,5 | 44,79 | 3    | 0,22 | 0,08 | 4,66 |
| 2 Макароны отварные                           | 100    | 20,7 | 6   | 43,5 | 314   | 140  | 95,93 | 5,51 | 0,36 | 1,2  | 194  |
| 3 Котлеты из рублен курицы с гречкой с соусом | 80/20  | 18   | 5,7 | 0,5  | 125   | 14,9 | 21,6  | 0,47 | 0,14 | 3    | 250  |
| 4 Чай с сахаром                               | 200/10 | 0,1  |     | 9,1  | 35    | 0,26 | 0     | 0,03 | 0    | 0,21 | 0,29 |
| 5 Хлеб пшеничный                              | 30     | 5,4  | 0,8 | 31   | 150,6 | 21,2 | 35,2  | 1,6  | 0,14 | 0,1  | 0    |

«Средняя общеобразовательная школа №4»  
ИНН 1652006631  
Директор  
Г.Г. Нуруллин

Цена: 70,00

Среда 24.12

|   |                                   |        |      |      |      |       |      |       |      |      |      |      |
|---|-----------------------------------|--------|------|------|------|-------|------|-------|------|------|------|------|
| 1 | Суп гороховый на мясокост бульоне | 200    | 15,7 | 5,8  | 31,5 | 243,3 | 34,5 | 44,79 | 3    | 0,22 | 0,08 | 4,66 |
| 2 | Жаркое по-домашнему               | 200    | 17   | 21,9 | 14,3 | 277   | 23,8 | 2,6   | 0,05 | 0,12 | 1,2  | 194  |
| 3 | Чай с сахаром                     | 200/10 | 0,5  | 0,1  | 31,2 | 121   | 14,6 | 8,5   | 0,92 | 0,07 | 0,21 | 0,29 |
| 4 | Хлеб пшеничный                    | 30     | 5,4  | 0,8  | 31   | 150,6 | 21,2 | 35,2  | 1,6  | 0,14 | 0,1  | 0    |

Цена: 70,00

Четверг 25.12

|   |                                      |        |      |     |      |       |      |       |      |      |      |      |
|---|--------------------------------------|--------|------|-----|------|-------|------|-------|------|------|------|------|
| 1 | Суп вермишелевый на мясокост бульоне | 200    | 15,7 | 5,8 | 31,5 | 243,3 | 34,5 | 44,79 | 3    | 0,22 | 0,08 | 4,66 |
| 2 | Плов с курицей                       | 200    | 20,7 | 6   | 43,5 | 314   | 140  | 95,93 | 5,51 | 0,36 | 1,2  | 194  |
| 4 | Чай с сахаром                        | 200/10 | 0,1  |     | 9,1  | 35    | 0,26 | 0     | 0,03 | 0    | 0,21 | 0,29 |
| 5 | Хлеб пшеничный                       | 30     | 5,4  | 0,8 | 31   | 150,6 | 21,2 | 35,2  | 1,6  | 0,14 | 0,1  | 0    |

Цена: 70,00

Пятница 26.12

|   |                                        |        |      |      |      |       |      |       |      |      |      |      |
|---|----------------------------------------|--------|------|------|------|-------|------|-------|------|------|------|------|
| 1 | Борщ из св капусты на мясокост бульоне | 200    | 15,7 | 5,8  | 31,5 | 243,3 | 34,5 | 44,79 | 3    | 0,22 | 0,08 | 4,66 |
| 2 | Котлеты рыбные с соусом                | 80/20  | 17   | 21,9 | 14,3 | 277   | 23,8 | 2,6   | 0,05 | 0,12 | 1,2  | 194  |
| 3 | Картофельное пюре                      | 100    | 20,7 | 6    | 43,5 | 314   | 140  | 95,93 | 5,51 | 0,36 | 1,2  | 194  |
| 4 | Чай с сахаром                          | 200/10 | 0,1  |      | 9,1  | 35    | 0,26 | 0     | 0,03 | 0    | 0,21 | 0,29 |
| 5 | Хлеб пшеничный                         | 30     | 5,4  | 0,8  | 31   | 150,6 | 21,2 | 35,2  | 1,6  | 0,14 | 0,1  | 0    |

Цена: 70,00

Суббота 27.12

|   |                                |        |      |     |      |       |      |       |      |      |      |      |
|---|--------------------------------|--------|------|-----|------|-------|------|-------|------|------|------|------|
| 1 | Рассольник на мясокост бульоне | 200    | 15,7 | 5,8 | 31,5 | 243,3 | 34,5 | 44,79 | 3    | 0,22 | 0,08 | 4,66 |
| 2 | Овощное рагу с курицей         | 200    | 15,7 | 5,8 | 31,5 | 243,3 | 34,5 | 44,79 | 3    | 0,22 | 0,08 | 4,66 |
| 3 | Чай с сахаром                  | 200/10 | 0,1  |     | 9,1  | 35    | 0,26 | 0     | 0,03 | 0    | 0,21 | 0,29 |
| 4 | Хлеб пшеничный                 | 30     | 5,4  | 0,8 | 31   | 150,6 | 21,2 | 35,2  | 1,6  | 0,14 | 0,1  | 0    |

Цена: 70,00



**МЕНЮ**  
**для детей мобилизованных**  
«Утверждаю»  
ООО « фирма Школьная »

«Согласовано»  
МБОУ СОШ



1 неделя

Понедельник 29.12

| блюд, в                             | гр.    | Белки, | жиры, | Углевод | Энерге | ВитА, л | ВитВ1, л | ВитЕ, м | ВитС, мг | Са, мг | Р, мг |
|-------------------------------------|--------|--------|-------|---------|--------|---------|----------|---------|----------|--------|-------|
| 1 Суп гречневый на мясокост бульоне | 200    | 15,7   | 5,8   | 31,5    | 243,3  | 34,5    | 44,79    | 3       | 0,22     | 0,08   | 4,66  |
| 2 Ленивые голубцы с мясом           | 200    | 17     | 21,9  | 14,3    | 277    | 23,8    | 2,6      | 0,05    | 0,12     | 1,2    | 194   |
| 3 Чай с сахаром                     | 200/10 | 0,5    | 0,1   | 31,2    | 121    | 14,6    | 8,5      | 0,92    | 0,07     | 0,21   | 0,29  |
| 4 Хлеб пшеничный                    | 30     | 5,4    | 0,8   | 31      | 150,6  | 21,2    | 35,2     | 1,6     | 0,14     | 0,1    | 0     |

Цена: 70,00

Вторник 30.12

|                                        |        |      |     |      |       |      |       |      |      |      |      |
|----------------------------------------|--------|------|-----|------|-------|------|-------|------|------|------|------|
| 1 Щи из св капусты на мясокост бульоне | 200    | 15,7 | 5,8 | 31,5 | 243,3 | 34,5 | 44,79 | 3    | 0,22 | 0,08 | 4,66 |
| 2 Макароны отварные                    | 100    | 20,7 | 6   | 43,5 | 314   | 140  | 95,93 | 5,51 | 0,36 | 1,2  | 194  |
| 3 "Ежики" с рисом с соусом             | 80/20  | 18   | 5,7 | 0,5  | 125   | 14,9 | 21,6  | 0,47 | 0,14 | 3    | 250  |
| 4 Чай с сахаром                        | 200/10 | 0,1  |     | 9,1  | 35    | 0,26 | 0     | 0,03 | 0    | 0,21 | 0,29 |
| 5 Хлеб пшеничный                       | 30     | 5,4  | 0,8 | 31   | 150,6 | 21,2 | 35,2  | 1,6  | 0,14 | 0,1  | 0    |

Цена: 70,00

Среда

|                                   |        |      |      |      |       |      |       |      |      |      |      |
|-----------------------------------|--------|------|------|------|-------|------|-------|------|------|------|------|
| 1 Суп рисовый на мясокост бульоне | 200    | 15,7 | 5,8  | 31,5 | 243,3 | 34,5 | 44,79 | 3    | 0,22 | 0,08 | 4,66 |
| 2 Овощное рагу с курицей          | 200    | 17   | 21,9 | 14,3 | 277   | 23,8 | 2,6   | 0,05 | 0,12 | 1,2  | 194  |
| 3 Чай с сахаром                   | 200/10 | 0,5  | 0,1  | 31,2 | 121   | 14,6 | 8,5   | 0,92 | 0,07 | 0,21 | 0,29 |
| 4 Хлеб пшеничный                  | 30     | 5,4  | 0,8  | 31   | 150,6 | 21,2 | 35,2  | 1,6  | 0,14 | 0,1  | 0    |

Цена: 70,00

Четверг

|                                 |        |      |      |      |       |      |       |      |      |      |      |
|---------------------------------|--------|------|------|------|-------|------|-------|------|------|------|------|
| 1 Суп лапша на мясокост бульоне | 200    | 15,7 | 5,8  | 31,5 | 243,3 | 34,5 | 44,79 | 3    | 0,22 | 0,08 | 4,66 |
| 2 Мясной соус                   | 100    | 17   | 21,9 | 14,3 | 277   | 23,8 | 2,6   | 0,05 | 0,12 | 1,2  | 194  |
| 3 Гарнир гречневый              | 100    | 17   | 21,9 | 14,3 | 277   | 23,8 | 2,6   | 0,05 | 0,12 | 1,2  | 194  |
| 4 Чай с сахаром                 | 200/10 | 0,5  | 0,1  | 31,2 | 121   | 14,6 | 8,5   | 0,92 | 0,07 | 0,21 | 0,29 |
| 5 Хлеб пшеничный                | 30     | 5,4  | 0,8  | 31   | 150,6 | 21,2 | 35,2  | 1,6  | 0,14 | 0,1  | 0    |

Цена: 70,00

Пятница

|                                          |        |      |      |      |       |      |       |      |      |      |      |
|------------------------------------------|--------|------|------|------|-------|------|-------|------|------|------|------|
| 1 Борщ из св капусты на мясокост бульоне | 200    | 15,7 | 5,8  | 31,5 | 243,3 | 34,5 | 44,79 | 3    | 0,22 | 0,08 | 4,66 |
| 2 Котлеты из куриной грудки с соусом     | 80/20  | 17   | 21,9 | 14,3 | 277   | 23,8 | 2,6   | 0,05 | 0,12 | 1,2  | 194  |
| 3 Гороховое пюре                         | 100    | 20,7 | 6    | 43,5 | 314   | 140  | 95,93 | 5,51 | 0,36 | 1,2  | 194  |
| 4 Чай с сахаром                          | 200/10 | 0,5  | 0,1  | 31,2 | 121   | 14,6 | 8,5   | 0,92 | 0,07 | 0,21 | 0,29 |
| 5 Хлеб пшеничный                         | 30     | 5,4  | 0,8  | 31   | 150,6 | 21,2 | 35,2  | 1,6  | 0,14 | 0,1  | 0    |

Цена: 70,00

Суббота

|                       |        |      |     |      |       |      |       |      |      |      |      |
|-----------------------|--------|------|-----|------|-------|------|-------|------|------|------|------|
| 1 Пельмени с бульоном | 200    | 15,7 | 5,8 | 31,5 | 243,3 | 34,5 | 44,79 | 3    | 0,22 | 0,08 | 4,66 |
| 2 Плов с курицей      | 200    | 18   | 5,7 | 0,5  | 125   | 14,9 | 21,6  | 0,47 | 0,14 | 3    | 250  |
| 4 Чай с сахаром       | 200/10 | 0,1  |     | 9,1  | 35    | 0,26 | 0     | 0,03 | 0    | 0,21 | 0,29 |
| 5 Хлеб пшеничный      | 30     | 5,4  | 0,8 | 31   | 150,6 | 21,2 | 35,2  | 1,6  | 0,14 | 0,1  | 0    |

Цена: 70,00

2 неделя

Понедельник

|                                 |        |      |      |      |       |      |       |      |      |      |      |
|---------------------------------|--------|------|------|------|-------|------|-------|------|------|------|------|
| 1 Суп лапша на мясокост бульоне | 200    | 15,7 | 5,8  | 31,5 | 243,3 | 34,5 | 44,79 | 3    | 0,22 | 0,08 | 4,66 |
| 2 Тефтели из говядины с соусом  | 80/20  | 17   | 21,9 | 14,3 | 277   | 23,8 | 2,6   | 0,05 | 0,12 | 1,2  | 194  |
| 3 Капуста тушеная               | 100    | 17   | 21,9 | 14,3 | 277   | 23,8 | 2,6   | 0,05 | 0,12 | 1,2  | 194  |
| 4 Чай с сахаром                 | 200/10 | 0,5  | 0,1  | 31,2 | 121   | 14,6 | 8,5   | 0,92 | 0,07 | 0,21 | 0,29 |
| 5 Хлеб пшеничный                | 30     | 5,4  | 0,8  | 31   | 150,6 | 21,2 | 35,2  | 1,6  | 0,14 | 0,1  | 0    |

Цена: 70,00

Вторник

|                                               |        |      |     |      |       |      |       |      |      |      |      |
|-----------------------------------------------|--------|------|-----|------|-------|------|-------|------|------|------|------|
| 1 Щи из св капусты на мясокост бульоне        | 200    | 15,7 | 5,8 | 31,5 | 243,3 | 34,5 | 44,79 | 3    | 0,22 | 0,08 | 4,66 |
| 2 Макароны отварные                           | 100    | 20,7 | 6   | 43,5 | 314   | 140  | 95,93 | 5,51 | 0,36 | 1,2  | 194  |
| 3 Котлеты из рублен курицы с гречкой с соусом | 80/20  | 18   | 5,7 | 0,5  | 125   | 14,9 | 21,6  | 0,47 | 0,14 | 3    | 250  |
| 4 Чай с сахаром                               | 200/10 | 0,1  |     | 9,1  | 35    | 0,26 | 0     | 0,03 | 0    | 0,21 | 0,29 |
| 5 Хлеб пшеничный                              | 30     | 5,4  | 0,8 | 31   | 150,6 | 21,2 | 35,2  | 1,6  | 0,14 | 0,1  | 0    |


