



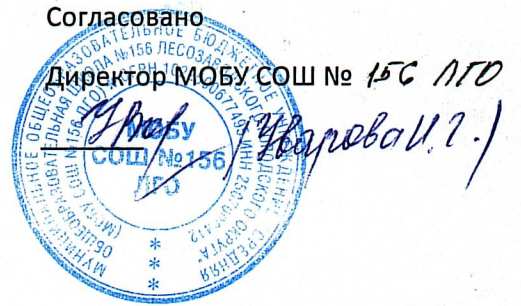
Утверждаю

Директор ООО «СВЕТОЧ»

И. В. Яшков

Согласовано

Директор МОБУ СОШ № 156 ПГО



## МЕНЮ

Понедельник

для учащихся 1-4 классов

Завтрак

Наименование блюда	Выход, г.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
Каша "Дружба"	200/5	6,0	9,2	26,7	213,8
Батон	40	3	1,2	20,6	104,8
Чай с сахаром	200	0,2	0	10,1	41,1
Молоко	200	5,6	4,9	9,3	104,8

для учащихся 5-11 классов

Второй прием пищи

Наименование блюда	Выход, г.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Тефтели мясные	90	8,7	21,2	7,4	255,6
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150/7	8,4	7,8	38,5	257,8
Соус с овощами	30	0,2	1,6	1,3	20,2
Хлеб пшеничный	50	4	0,5	23,7	117,4
Чай с сахаром	200	0,2	0	10,1	41,1

Заведующий производством \_\_\_\_\_



## МЕНЮ

Вторник

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ

Завтрак

Наименование блюда	Выход, г.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Рис отварной с маслом сливочным	120/5	3,1	4,5	32,6	183,0
Тефтели мясные	50	4,9	11,0	7,4	148,5
Соус с овощами	30	0,2	1,6	1,3	20,2
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,3	14,2	70,4
Чай с сахаром	200	0,2	0	10,1	41,1
Молоко	200	5,6	4,9	9,3	104,8

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ

Второй прием пищи

Наименование блюда	Выход, г.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Огурец соленый	40	0,3	0	0,7	5,2
Оладьи из печени	90	7,4	24,3	11,0	292,3
Рис отварной с маслом сливочным	150/7	3,9	6,2	40,8	234,2
Соус с овощами	30	0,2	1,6	1,3	20,2
Хлеб пшеничный	50	4	0,5	23,7	117,4
Чай с сахаром	200	0,2	0	10,1	41,1

Заведующий производством \_\_\_\_\_



Утверждаю

Директор ООО «СВЕТОЧ»

И. В. Яшков



Согласовано

Директор МОБУ СОШ № 156/110

Иванова И.Е.

## МЕНЮ

Среда

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ

Завтрак

Наименование блюда	Выход, г.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Макароны с сыром, маслом сливочным	130/5/15	7,2	8,4	26,1	209,3
Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Вафли	30	0,8	1	23,2	106,2
Компот из смеси сухофруктов	200	0	0	9,7	38,7
Молоко	200	5,6	4,9	9,3	104,8

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ

Второй прием пищи

Наименование блюда	Выход, г.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Икра кабачковая	30	0,6	2,7	2,3	35,7
Макароны с сыром, маслом сливочным	175/5/20	10,4	10,4	37,6	287,2
Батон	50	3,8	1,5	25,7	131
Вафли	40	1,1	1,3	30,9	141,6
Компот из смеси сухофруктов	200	0	0	9,7	38,7

Заведующий производством \_\_\_\_\_



Утверждаю  
Директор ООО «СВЕТОЧ»  
И. В. Яшков



Согласовано  
Директор МОБУ СОШ № 156 ИГО  
Уварова И. И.

## МЕНЮ

Четверг

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ

Завтрак

Наименование блюда	Выход, г.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Огурец соленый	30	0,2	0	0,5	3,9
Плов со свининой	150	8,7	20,1	31,5	342,8
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,3	14,2	70,4
Чай с сахаром	200	0,2	0	10,1	41,1
Молоко	200	5,6	4,9	9,3	104,8

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ

Второй прием пищи

Наименование блюда	Выход, г.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Огурец соленый	40	0,3	0	0,7	5,2
Плов со свининой	220	12,9	29,5	46,2	503,3
Хлеб пшеничный	50	4	0,5	23,7	117,4
Чай с сахаром	200	0,2	0	10,1	41,1

Заведующий производством \_\_\_\_\_



## МЕНЮ

Пятница

для учащихся 1-4 КЛАССОВ

Завтрак

Наименование блюда	Выход, г.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Борщ со свининой и сметаной	200/5	5,1	7,5	16,4	155,1
Бутерброд с сыром	40/5/10	5,3	8,3	20,6	178,6
Чай с лимоном	200	0,2	0	10,3	42,7
Молоко	200	5,6	4,9	9,3	104,8

для учащихся 5-11 КЛАССОВ

Второй прием пищи

Наименование блюда	Выход, г.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Бутерброд с сыром	50/10/15	7,4	14,2	25,8	260,4
Борщ со свининой и сметаной	250/7	6,4	9,5	20,3	195,7
Печенье	30	2,3	2,9	22,3	125,1
Чай с лимоном	200	0,3	0	10,3	43,0

Заведующий производством \_\_\_\_\_



## МЕНЮ

Понедельник

для учащихся 1-4 классов

Завтрак

Наименование блюда	Выход, г.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Конфеты шоколадные	25	1,2	7,3	15,6	134,2
Каша манная	200/5	8,1	8,3	35,6	248,6
Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Чай с сахаром	200	0,2	0	10,1	41,1
Молоко	200	5,6	4,9	9,3	104,8

для учащихся 5-11 классов

Второй прием пищи

Наименование блюда	Выход, г.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Котлета мясная	90	12,2	23,2	12,1	305,4
Соус с овощами	30	0,2	1,6	1,3	20,2
Пюре из гороха	150/7	16,8	6,8	35,1	268,4
Хлеб пшеничный	50	4	0,5	23,7	117,4
Чай с сахаром	200	0,2	0	10,1	41,1

Заведующий производством \_\_\_\_\_



Утверждаю

Директор ООО «СВЕТОЧ»

И. В. Яшков



Согласовано

Директор МОБУ СОШ № 156 ЛГО

Шарова И.С.

## МЕНЮ

Вторник

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ

Завтрак

Наименование блюда	Выход, г.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Тефтели мясные	50	4,7	10,9	5,3	138,8
Каша гречневая рассыпчатая	120	6,8	5,7	30,7	201,8
Соус с овощами	30	0,2	1,6	1,3	20,2
Чай с сахаром	200	0,2	0	10,1	41,1
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,3	14,2	70,4
Молоко	200	5,6	4,9	9,3	104,8

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ

Второй прием пищи

Наименование блюда	Выход, г.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Огурец соленый	40	0,3	0	0,7	5,2
Тефтели мясные	90	8,6	19,6	9,5	248,9
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,4	7,2	38,5	252,7
Соус с овощами	30	0,2	1,6	1,3	20,2
Чай с сахаром	200	0,2	0	10,1	41,1
Хлеб пшеничный	50	4	0,5	23,7	117,4

Заведующий производством \_\_\_\_\_



Утверждаю  
Директор ООО «СВЕТОЧ»  
И. В. Яшков



Согласовано  
Директор МОБУ СОШ № 156 ЛГО  
И. В. Яшкова

## МЕНЮ

Среда

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ

Завтрак

Наименование блюда	Выход, г.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Макаронные изделия отварные	120/5	4,4	4,5	27,9	170,1
Котлеты или биточки рыбные	50/25	8,0	6,9	13,0	142,6
Чай с сахаром	200	0,2	0	10,1	41,1
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,3	14,2	70,4
Молоко	200	5,6	4,9	9,3	104,8

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ

Второй прием пищи

Наименование блюда	Выход, г.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Огурец соленый	30	0,2	0	0,5	3,9
Котлеты или биточки рыбные	90/50	13,0	9,7	19,4	211,8
Макаронные изделия отварные	150/7	5,9	6,3	37,7	231,1
Хлеб пшеничный	50	4	0,5	23,7	117,4
Чай с сахаром	200	0,2	0	10,1	41,1

Заведующий производством \_\_\_\_\_





Утверждаю  
Директор ООО «СВЕТОЧ»  
И. В. Яшков



Согласовано  
Директор МОБУ СОШ № 15611ГО  
И. В. Яшков

## МЕНЮ

Четверг

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ

Завтрак

Наименование блюда	Выход, г.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Голубцы ленивые	150	10,2	20,2	11,1	267,7
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,3	14,2	70,4
Компот из смеси сухофруктов	200	0	0	9,7	38,7
Печенье	30	2,3	2,9	22,3	125,1
Молоко	200	5,6	4,9	9,3	104,8

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ

Второй прием пищи

Наименование блюда	Выход, г.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Голубцы ленивые	200	13,6	26,7	14,7	356,4
Хлеб пшеничный	50	4	0,5	23,7	117,4
Печенье	50	3,8	4,9	37,2	208,5
Компот из смеси сухофруктов	200	0	0	9,7	38,7

Заведующий производством \_\_\_\_\_



## МЕНЮ

Пятница

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ

Завтрак

Наименование блюда	Выход, г.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Суп куриный с крупой	200	5,1	5,4	19,1	145,7
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,3	14,2	70,4
Напиток из шиповника	200	0,3	0,1	13,5	60,7
Конфеты шоколадные	25	1,2	7,3	15,6	134,2
Молоко	200	5,6	4,9	9,3	104,8

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ

Второй прием пищи

Наименование блюда	Выход, г.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Конфеты шоколадные	25	1,2	7,3	15,6	134,2
Суп куриный с крупой	280	7,1	7,6	26,8	204,3
Хлеб с сыром	50/15	7,3	5,9	25,7	185,6
Напиток из шиповника	200	0,3	0,1	13,5	60,7

Заведующий производством \_\_\_\_\_