

Утверждаю:
 Директор МАУ "Детское питание
 Гурьевского муниципального округа"

примерное 24-дневное меню для обучающихся 1-4 классов, м/д, м/о
 на 01.10.2022

Бочкарева Т.Н. _____
 " " _____ 2022 г

Согласовано:
 Директор МБОУ "СОШ № 5 г."
 Егорова Г.Н. _____
 " " _____ 2022гг.

1 неделя (Завтрак 1-4 класс)		1 неделя (Обед 1-4 класс)		1 неделя (м/д)			1 неделя (м/о)		
понедельник	выход гр.	понедельник	выход гр.	понедельник	выход гр.	цена	понедельник	выход гр.	цена
Каша рисовая молочная и маслом	200/5	Фрукты в ассортименте (яблоко)	200	Фрукты в ассортименте (яблоко)	200	22			
Блинчики с шоколадным соусом	80\10	Щи с мясом и сметаной	200	Щи с мясом и сметаной	200	9	Плов с булгуром и мясом	250	67
Хлеб пшеничный	20	Плов с булгуром и мясом	250	Плов с булгуром и мясом	250	67	Хлеб пшеничный/ржаной	20	1,2
Батон пшеничный	20	Хлеб пшеничный/ржаной	50	Хлеб пшеничный/ржаной	50	3	Чай с сахаром	200	1,5
Фруктовый десерт	250	Компот из сухофруктов	200	Компот из сухофруктов	200	3,5			
Чай с сахаром и лимоном	200								
Итого		Итого		Итого		105	Итого		69,7
вторник		вторник		вторник			вторник		
Курица запеченная	90	Кукуруза консервированная	60	Суп рыбный с крупой (консерва)	200	15	Чахохбили	90	30
Каша гречневая вязкая с маслом	150	Суп рыбный с крупой (консерва)	200	Чахохбили	90	30	Картофельное пюре	150	12
Сыр сливочный в индивидуальной уп	17	Чахохбили	90	Картофельное пюре	150	12	Хлеб пшеничный/ржаной	30	2
Хлеб пшеничный	50	Картофельное пюре	150	Хлеб пшеничный/ржаной	50	3	Чай с сахаром	200	1,5
Напиток плодово-ягодный	200	Хлеб пшеничный/ржаной	50	Чай с сахаром	200	2			
		Компот фруктово-ягодный (клубника)	200						
Итого		Итого		Итого		62	Итого		45,5
среда		среда		среда			среда		
Огурцы порционные	60	Огурцы порционные	60	Огурцы порционные	60	3,5	Филе птицы в кисло-сладком соусе	90	35
Мясо тушенное	90	Свекольник с мясом и сметаной	200	Свекольник с мясом и сметаной	200	11	Макароны отварные с маслом	100	4,5
Картофель запеченный с сыром	150	Филе птицы в кисло-сладком соусе	90	Филе птицы в кисло-сладком соусе	90	35	Хлеб пшеничный/ржаной	30	2
Хлеб пшеничный	40	Макароны отварные с маслом	150	Макароны отварные с маслом	150	7	Чай с сахаром	200	1,5
Компот из сухофруктов	200	Хлеб пшеничный/ржаной	50	Хлеб пшеничный/ржаной	30	2			
		Чай с сахаром	200	Компот фруктово-ягодный	200	6			
Итого		Итого		Итого		64,5	Итого		43
четверг		четверг		четверг			четверг		
Пудинг из творога с изюмом с яблочн	150	Фрукты в ассортименте (яблоко)	200	Фрукты в ассортименте (яблоко)	150	16,5	Котлета мясная	90	37
Фрукты в ассортименте (яблоко)	150	Суп овощной с гренками	200	Суп овощной с гренками	200	8	Каша гречневая рассыпчатая с масл	100	6
Батон пшеничный	30	Котлета мясная	90	Котлета мясная	90	37	Хлеб пшеничный/ржаной	30	2
Чай с сахаром и лимоном	200	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	9	Чай с сахаром и лимоном	200	3
		Хлеб пшеничный/ржаной	40	Хлеб пшеничный/ржаной	40	2,5			
		Сок фруктовый	200	Сок фруктовый	200	10			
Итого		Итого		Итого		83	Итого		48

ПЯТНИЦА		ПЯТНИЦА		ПЯТНИЦА		ПЯТНИЦА	
Помидоры порционные	60	Маринад из моркови	60	Суп картофельный с мясом	200 6	Филе птицы тушеное в томатном со	90 30
Филе птицы тушеное в томатном соус	90	Суп картофельный с мясом	200	Филе птицы тушеное в томатном соусе	90 30	Макароны отарные с маслом	100 4,5
Макароны отарные с маслом	150	Рыба(горбуша) тушенная с овощам	90	Макароны отарные с маслом	150 7	Хлеб пшеничный	30 2
Хлеб пшеничный	40	Рис отварной с маслом	150	Хлеб пшеничный	40 2,5	Чай с сахаром	200 1,5
Чай с шиповником	200	Хлеб пшеничный/ржаной	50	Чай с сахаром и лимоном	200 2,5		
Итого		Итого	200	Итого	48	Итого	38
суббота		суббота		суббота		суббота	
Фрукты в ассортименте (яблоко)	150	Помидоры порционные	60	Помидоры порционные	60 8	Бефстроганов	90 52
Омлет с сыром	150	Суп овощной с мясом и сметаной	200	Суп овощной с мясом и сметаной	200 12,5	Пюре из гороха с маслом	150 7
Хлеб пшеничный	20	Бефстроганов	90	Бефстроганов	90 52	Хлеб пшеничный/ржаной	30 2
Батон пшеничны	30	Пюре из гороха с маслом	150	Пюре из гороха с маслом	150 7	Чай с сахаром	200 1,5
Горячий шоколад	200	Хлеб пшеничный/ржаной	40	Хлеб пшеничный/ржаной	40 2,5		
		Отвар из шиповника	200	Чай с сахаром	200 2		
Итого		Итого	200	Итого	84	Итого	62,5
2 неделя (завтрак 1-4 класс)		2 неделя (Обед 1-4 класс)		2 неделя (м/д)		2 неделя (м/о)	
понеделник	выход гр	понеделник	выход гр	понеделник	выход гр цена	понеделник	выход гр цена
Каша кукурузная молочная с маслом	200	Фрукты в ассортименте (яблоко)	200	Фрукты в ассортименте (яблоко)	150 16,5	Гуляш	90 47
Сыр порциями	15	Суп куриный с вермишелью	200	Суп куриный с вермишелью	200 8	Рис отварной с маслом	150 9,5
Хлеб пшеничный	50	Гуляш	90	Гуляш	90 47	Хлеб пшеничный/ржаной	30 2
Чай с сахаром	200	Рис отварной с маслом	150	Рис отварной с маслом	150 9,5	Чай с сахаром	200 1,5
Молочный десерт	200	Хлеб пшеничный/ржаной	50	Хлеб пшеничный/ржаной	50 3		
Итого		Компот фруктово-ягодный (клубника)	200	Компот фруктово-ягодный (клубника)	200 6	Итого	60
вторник		вторник		вторник		вторник	
Фрукты в ассортименте (яблоко)	150	Горошек консервированный	60	Щи вегетарианские со сметаной	200 6	Курица запеченная	90 30
Курица запеченная	90	Щи вегетарианские со сметаной	200	Курица запеченная	90 30	Каша гречневая рассыпчатая с масл	100 6
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	Печень по-строгановски	90	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150 9	Хлеб пшеничный	30 2
Хлеб пшеничный	40	Макароны отарные с маслом	150	Хлеб пшеничный	40 2,4	Чай с сахаром	200 1,5
Кисель плодоягодный	200	Хлеб пшеничный/ржаной	50	Кисель плодоягодный	200 4,5		
		Кисель плодоягодный	200				
Итого		Итого	200	Итого	51,9	Итого	39,5
среда		среда		среда		среда	
Ассорти из свежих овощей	60	Помидоры порционные	60	Помидоры порционные	60 8	Рыба(минтай) тушенная с овощами	90 27
Рыба(минтай) тушенная с овощами	90	Уха со свежей рыбой	200	Уха со свежей рыбой	200 13,5	Картофельное пюре	150 12
Картофельное пюре	150	Курица запеченная с соусом	90	Рыба(минтай) тушенная с овощами	90 27	Хлеб пшеничный	30 2
Хлеб пшеничный	50	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	Картофельное пюре	150 12	Чай с сахаром	200 1,5
Компот из сухофруктов	200	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	50 3		
		Сок фруктовый	200	Компот из сухофруктов	200 3,5		
Итого		Итого	200	Итого	61	Итого	42,5

четверг		четверг		четверг		четверг	
Фрукты в ассортименте (яблоко)	150	Огурцы порционные	60	Суп гороховый с мясом	200 6	Жаркое с мясом	240 50
Омлет натуральный	150	Суп гороховый с мясом	200	Жаркое с мясом	240 50	Хлеб пшеничный	30 2
Бутерброд с сыром	35	Жаркое с мясом	240	Хлеб пшеничный	50 3	Чай с сахаром	200 1,5
Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	50	Чай с сахаром	200 2		
Какао с молоком	200	Компот из сухофруктов	200				
Итого		Итого		Итого	61	Итого	53,5
пятница		пятница		пятница		пятница	
Гулаш	90	Фрукты в ассортименте (яблоко)	150	Фрукты в ассортименте (яблоко)	150 16,5	Запеканка из рыбы(горбуша)	90 44
Рис отварной с маслом	150	Борщ с мясом и сметаной	200	Борщ с мясом и сметаной	200 11	Картофельное пюре	150 12
Сыр в индивидуальной упаковке	17	Запеканка из рыбы(горбуша)	90	Запеканка из рыбы(горбуша)	90 44	Хлеб пшеничный/ржаной	30 2
Хлеб пшеничный	50	Картофельное пюре	150	Картофельное пюре	150 12	Чай с сахаром	200 1,5
Сок фруктовый	200	Хлеб пшеничный/ржаной	50	Хлеб пшеничный/ржаной	50 3		
		Чай с сахаром	200	Сок фруктовый	200 12		
Итого		Итого		Итого	98,5	Итого	59,5
суббота		суббота		суббота		суббота	
Фрукты в ассортименте (яблоко)	150	Икра свекольная	60	Рассольник с мясом и сметаной	200 12	Курица запеченая	90 30
Запеканка из творога с ягодным соусом	150	Рассольник с мясом и сметаной	200	Курица запеченая	90 30	Каша пшеничная вязкая с маслом	150 6
Батон пшеничный	30	Курица запеченая	90	Каша пшеничная вязкая с маслом	150 6	Хлеб пшеничный/ржаной	30 2
Хлеб пшеничный	20	Каша пшеничная вязкая с маслом	150	Хлеб пшеничный/ржаной	50 3	Чай с сахаром	200 1,5
Чай с сахаром и лимоном	200	Хлеб пшеничный/ржаной	50	Компот фруктово-ягодный (клубника)	200 6		
		Компот фруктово-ягодный (клубника)	200				
Итого		Итого		Итого	57	Итого	39,5
3 неделя (Завтрак 1-4 класс)		3 неделя (Обед 1-4 класс)		3 неделя (м/д)		3 неделя (м/о)	
понедельник	выход гр	понедельник	выход гр	понедельник	выход цена	понедельник	выход цена
Каша пшеничная молочная с тыквой и м	200/5	Горошек консервированный	60	Суп картофельный с фасолью	200 7	Филе птицы тушеное в томатном со	90 30
Фрукты в ассортименте (яблоко)	150	Суп картофельный с фасолью	200	Филе птицы тушеное в томатном соусе	90 30	Каша гречневая рассыпчатая с масл	100 6
Сыр порциями	15	Филе птицы тушеное в томатном соусе	90	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150 9	Хлеб пшеничный/ржаной	30 2
Хлеб пшеничный	50	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	Хлеб пшеничный/ржаной	40 3	Чай с сахаром	200 1,5
Чай с сахаром	200	Хлеб пшеничный/ржаной	40	Компот из сухофруктов	200 3,5		
Молочный десерт	200	Компот из сухофруктов	200				
Итого		Итого		Итого	52,5	Итого	39,5

вторник		вторник		вторник		вторник			
Огурцы порционные	60	Фрукты в ассортименте (яблоко)	150	Фрукты в ассортименте (яблоко)	150	16,5	Запеканка куриная под сырной шап	90	48
Мясо тушеное	90	Борщ на м\к бульоне и сметаной	200	Борщ на м\к бульоне и сметаной	200	11	Макароны отварные с маслом	100	4,5
Картофельное пюре	150	Запеканка куриная под сырной шапкой	90	Запеканка куриная под сырной шапкой	90	48	Хлеб пшеничный/ржаной	30	2
Хлеб пшеничный	50	Макароны отварные с маслом	150	Макароны отварные с маслом	150	7	Чай с сахаром	200	1,5
Напиток плодоягодный	200	Хлеб пшеничный/ржаной	40	Хлеб пшеничный/ржаной	40	2,5			
		Компот фруктово-ягодный	200	Компот фруктово-ягодный	200	6			
Итого		Итого		Итого	91		Итого	56	
среда		среда		среда		среда			
Фрукты в ассортименте (яблоко)	150	Помидоры порционные	60	Помидоры порционные	60	8	Рыба (горбуша)под соусом сливочн	90	52,5
Запеканка из творога со сгущенным м	150	Щи с мясом и сметаной	200	Щи с мясом и сметаной	200	9	Картофельное пюре	150	12
Батон пшеничный	20	Рыба (горбуша)под соусом сливочным	90	Рыба (горбуша)под соусом сливочным	90	52,5	Хлеб пшеничный/ржаной	30	2
Хлеб пшеничный	20	Картофельное пюре	150	Картофельное пюре	150	12	Чай с сахаром	200	1,5
Горячий шоколад	200	Хлеб пшеничный/ржаной	50	Хлеб пшеничный/ржаной	50	3			
		Сок фруктовый	200	Сок фруктовый	200	10			
Итого		Итого		Итого	94,5		Итого	68	
четверг		четверг		четверг		четверг			
Сыр порциями	15	Фрукты в ассортименте (яблоко)	150	Фрукты в ассортименте (яблоко)	150	16,5	Филе птицы в кисло-сладком соусе	90	35
Филе птицы в кисло-сладком соусе	90	Суп картофельный с макаронными издел	200	Суп картофельный с макаронными изд	200	13	Рис отварной с маслом	150	9,5
Макароны отварные с маслом	150	Гуляш по- венгерски	90	Филе птицы в кисло-сладком соусе	90	35	Хлеб пшеничный	30	2
Хлеб пшеничный	50	Рис отварной с маслом	150	Рис отварной с маслом	150	9,5	Чай с сахаром и лимоном	200	2,5
Компот из сухофруктов	200	Хлеб пшеничный/ржаной	50	Хлеб пшеничный	50	3			
		Отвар из шиповника	200	Компот из сухофруктов	200	3,5			
Итого		Итого		Итого	80,5		Итого	49	
пятница		пятница		пятница		пятница			
Омлет натуральный	150	Маринад из моркови	60	Суп гороховый с мясом	200	6	Биточек из птицы	90	33
Фрукты в ассортименте (яблоко)	150	Суп гороховый с мясом	200	Биточек из птицы	90	33	Картофель запеченый	150	5,5
Горячий бутерброд с помидор.и сыро	50	Биточек из птицы	90	Картофель запеченый	150	5,5	Хлеб пшеничный/ржаной	30	2
Хлеб пшеничный	20	Картофель запеченый	150	Хлеб пшеничный/ржаной	50	3	Чай с сахаром	200	1,5
Чай с облепихой	200	Хлеб пшеничный/ржаной	50	Чай с сахаром	200	1,5			
		Чай с сахаром	200						
Итого		Итого		Итого	49		Итого	42	

суббота		суббота		суббота		суббота	
Фрукты (яблоко)	150	Икра свекольная	60	Суп куриный с вермишелью	200 8	Мясо тушеное	90 47
Жаркое с мясом	240	Суп куриный с вермишелью	200	Мясо тушеное	90 47	Каша пшениная вязкая с маслом	150 6
Хлеб пшеничный	40	Мясо тушеное	90	Каша пшениная вязкая с маслом	150 6	Хлеб пшеничный/ржаной	30 2
Чай с сахаром и лимоном	200	Каша пшениная вязкая с маслом	150	Хлеб пшеничный/ржаной	50 3	Чай с сахаром	200 1,5
		Хлеб пшеничный/ржаной	50	Компот фруктово-ягодный (клубника)	200 6		
		Компот фруктово-ягодный (клубника)	200				
Итого		Итого		Итого	70	Итого	56,5
4 неделя (Завтрак 1-4 класс)		4 неделя (Обед 1-4 класс)		4 неделя (м/д)		4 неделя (м/о)	
понедельник	выход гр	понедельник	выход гр	понедельник	выход гр цена	понедельник	выход гр цена
Каша овсяная молочная с маслом	200/5	Фрукты в ассортименте (яблоко)	150	Фрукты в ассортименте (яблоко)	150 16,5	Филе птицы тушеное с овощами	90 35
Оладьи с джемом	50/10	Суп картофельный на м\к бульоне	200	Суп картофельный на м\к бульоне	200 6	Каша перловая с маслом	150 9
Хлеб пшеничный	40	Филе птицы тушеное с овощами	90	Филе птицы тушеное с овощами	90 35	Хлеб пшеничный/ржаной	30 2
Чай с сахаром	200	Каша перловая с маслом	150	Каша перловая с маслом	150 9	Чай с сахаром	200 1,5
Фруктовый десерт	250	Хлеб пшеничный/ржаной	50	Хлеб пшеничный/ржаной	50 3		
		Напиток плодово-ягодный	200	Напиток плодово-ягодный	200 8		
Итого		Итого		Итого	77,5	Итого	47,5
вторник		вторник		вторник		вторник	
Фрукты (яблоко)	150	Огурцы порционные	60	Огурцы порционные	60 3,5		
Бефстроганов	90	Суп томатный с фасолью	200	Суп томатный с фасолью	200 20	Пельмени отварные с маслом	210 46
Рис отварной с маслом	150	Пельмени отварные с маслом	200	Пельмени отварные с маслом	210 46	Хлеб пшеничный/ржаной	20 1,2
Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный/ржаной	50	Хлеб пшеничный/ржаной	30 2	Чай с сахаром	200 1,5
Кисель витаминизированный	200	Компот фруктово-ягодный	200	Компот фруктово-ягодный	200 6		
Итого		Итого		Итого	77,5	Итого	48,7
среда		среда		среда		среда	
Запеканка из творога с тыквой со сгущ	150	Фрукты (яблоко)	150	Фрукты (яблоко)	150 16,5	Чахохбили	90 30
Фрукты (яблоко)	150	Борщ с мясом и сметаной	200	Борщ с мясом и сметаной	200 11	Картофельное пюре	150 12
Сыр в индивидуальной упаковке	17	Чахохбили	90	Чахохбили	90 30	Хлеб пшеничный/ржаной	30 2
Хлеб пшеничный	20	Картофельное пюре	150	Картофельное пюре	150 12	Чай с сахаром	200 1,5
Батон пшеничный	20	Хлеб пшеничный/ржаной	50	Хлеб пшеничный/ржаной	50 3		
Чай с сахаром и лимоном	200	Сок фруктовый в ассортименте	200	Сок фруктовый в ассортименте	200 10		
Итого		Итого		Итого	82,5	Итого	45,5

четверг		четверг		четверг		четверг			
Фрукты (яблоко)	150	Помидоры порционные	60	Помидоры порционные	60	8	Мясо тушеное	90	47
Зпеканка из рыбы (минтай)	90	Суп овощной с гренками	200	Суп овощной с гренками	200	8	Макароны отварные с маслом	100	4,5
Картофель запеченый	150	Мясо тушеное	90	Мясо тушеное	90	47	Хлеб пшеничный/ржаной	30	2
Хлеб пшеничный	50	Макароны отварные с маслом	150	Макароны отварные с маслом	150	7	Чай с сахаром	200	1,5
Компот из сухофруктов	200	Хлеб пшеничный/ржаной	50	Хлеб пшеничный/ржаной	50	3			
		Компот из сухофруктов	200	Компот из сухофруктов	200	3,5			
Итого		Итого		Итого	76,5		Итого	55	
пятница		пятница		пятница		пятница			
Помидоры порционные	60	Ассорти из свежих овощей	60	Ассорти из свежих овощей	60	6,5	Пельмени отварные с маслом	210	48
Пельмени отварные с маслом	210	Суп куриный с булгуром	200	Суп куриный с булгуром	200	11	Хлеб пшеничный/ржаной	20	1,2
Хлеб пшеничный	50	Зраза мясная ленивая	90	Зраза мясная ленивая	90	39	Чай с сахаром	200	1,5
Сок фруктовый	200	Сложный гарнир (овощная смесь)	150	Сложный гарнир (овощная смесь)	150	34			
		Хлеб пшеничный/ржаной	50	Хлеб пшеничный/ржаной	50	3			
		Чай с сахаром	200	Сок фруктовый	200	10			
Итого		Итого		Итого	104		Итого	50,7	
суббота		суббота		суббота		суббота			
Фрукты (яблоко)	150	Маринад из моркови	60	Рассольник с мясом	200	12	Рыба(горбуша) запеченная под сыр	45	30
Омлет с сыром	150	Рассольник с мясом и сметаной	200	Рыба(горбуша) запеченная под сырно-	90	56	Каша гречневая вязкая с маслом	150	7
Батон пшеничный	30	Рыба(горбуша) запеченная под сырно-ое	90	Каша гречневая вязкая с маслом	150	7	Хлеб пшеничный/ржаной	30	2
Какао с молоком	200	Каша гречневая вязкая с маслом	150	Хлеб пшеничный/ржаной	50	3	Чай с сахаром	200	1,5
		Хлеб пшеничный/ржаной	55	Компот фруктово-ягодный	200	6			
		Компот фруктово-ягодный	200						
Итого		Итого		Итого	84		Итого	40,5	

70,4

70,1

75

50