

Утверждаю:
Директор МБОУ Сусатская СОШ
И.Б. Карташова /И.Б. Карташова/



**Меню МБОУ Сусатской СОШ
понедельник (2, 16 марта)**

Завтрак

№	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	Котлета	100	14,27	13,71	13,32	234
2	Макароны отварные	150	5,63	2,84	35,99	192,21
3	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	12,19	50,27
4	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	18,48	88,4
5	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	44,40
	Итого стоимость 89,72 руб.					

Обед

№	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	Рассольник Петербургский	250	10,80	3,63	17,25	145,55
2	Курица запечённая	100	19,02	18,28	17,76	312,00
3	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,69	2,28	39,40	212,52
4	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	18,48	88,4
5	Кофейный напиток	200	3,90	0,00	17,28	84,72
6	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,93	0,53	17,33	85,33
7	Салат из капусты	60	1,22	3,07	6,46	59,10
	Итого стоимость 84,38 руб.					

Повар *[Подпись]*

Ответственный за питание *[Подпись]*

Утверждаю:
 Директор МБОУ Сусатская СОШ
Кац /И.Б. Каргашова/


**Меню МБОУ Сусатской СОШ
 вторник (3,17 марта)**

Завтрак

№	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	Птица отварная	90	24,1	23,7	0,00	304,6
2	Огурец соленый	60	1,9	5,30	0,00	57
3	Пюре картофельное	150	3,33	3,28	22,66	133,89
4	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	18,48	88,4
5	Кофейный напиток	200	0,20	0,00	14,00	56,80
	<u>Итого стоимость 89,72 руб.</u>					

Обед

№	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	Борщ с капустой и картофелем	250	2,01	5,17	13,74	110,49
2	Голубцы ленивые	100	21,32	21,52	7,0	306,96
3	Отварной картофель	150	4,79	4,26	30,83	168,56
4	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	18,48	88,4
5	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,93	0,53	17,33	85,33
6	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,06	22,12	93,28
	<u>Итого стоимость 84,38 руб.</u>					

Повар 

Ответственный за питание 

Утверждаю:
 Директор МБОУ Сусатская СОШ
 _____/И.Б. Карташова/



**Меню МБОУ Сусатской СОШ
 среда (4,18 марта)**

Завтрак

№	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	Тефтели	90	12,27	12,81	11,97	212,65
2	Макароны отварные	150	5,63	2,84	35,99	192,21
3	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	12,19	50,27
4	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	18,48	88,4
5	Помидор свежий	60	0,70	0,10	2,30	12,90
	<u>Итого стоимость 89,72 руб.</u>					

Обед

№	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	Суп лапша домашняя	250	13,29	2,86	14,53	137,04
2	Плов из птицы	200	21,86	19,95	37,54	418
3	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	18,48	88,4
4	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,93	0,53	17,33	85,33
5	Кисель из свежих плодов	200	0,14	0,04	27,50	110,92
6	Горошек консервированный	60	1,86	0,12	3,9	12
	<u>Итого стоимость 84,38 руб.</u>					

Повар _____

Ответственный за питание _____

Утверждаю:
 Директор МБОУ Сусатская СОШ
К.И.Б. Карташова



**Меню МБОУ Сусатской СОШ
 четверг (5,19 марта)**

Завтрак

№	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	Пудинг из творога со сгущённым молоком	160/20	22,24	15,36	32,16	355,84
2	Кофейный напиток с молоком	200	3,90	3	17,28	107,88
3	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	44,40
4	Пряник	40	2,30	2,00	31,04	156,69
<u>Итого стоимость 89,72 руб.</u>						

Обед

№	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	Суп гороховый на бульоне	250	5,87	5,55	19,28	150,87
2	Жаркое по-домашнему	160	14,93	20,48	20,81	328,02
3	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	18,48	88,4
4	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,06	22,12	93,28
5	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,93	0,53	17,33	85,33
6	Огурец соленый	60	1,9	5,30	0,00	57
<u>Итого стоимость 84,38 руб.</u>						

Повар *В*

Ответственный за питание *Слоб*

Утверждаю:
 Директор МБОУ Сусатская СОШ
К.И. И.Б. Карташова/



**Меню МБОУ Сусатской СОШ
 пятница (6,20 марта)**

Завтрак

№	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	Каша молочная «Дружба»	200	7,56	8,14	32,25	241,61
2	Сыр порциями	20	4,09	4,6	0,49	60,00
3	Чай с сахаром	200	0	0	11,89	56,80
4	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	18,48	88,4
5	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	44,40
<u>Итого стоимость 89,72 руб.</u>						

Обед

№	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	Суп картофельный с вермишелью	250	10,8	3,69	21,09	161,10
2	Рыба запеченная	100	21,10	13,60	0,00	206,80
3	Отварной картофель	150	4,79	4,26	30,83	168,56
4	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,93	0,53	17,33	85,33
5	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	18,48	88,4
6	Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	15,90	66,68
7	Салат с капусты	60	1,22	3,07	6,46	59,10
<u>Итого стоимость 84,38 руб.</u>						

Повар 

Ответственный за питание 

Утверждаю:
 Директор МБОУ Сусатская СОШ
Кау /И.Б. Карташова/



**Меню МБОУ Сусатской СОШ
 вторник (10 марта)**

Завтрак

№	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	Плов из птицы	200	21,86	19,95	37,54	418
2	Салат из свеклы	60	0,86	2,06	5,02	41,92
3	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	18,48	88,4
4	Кофейный напиток на молоке	200	1,40	2,00	22,40	113,20
Итого стоимость 89,72 руб.						

Обед

№	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	Суп картофельный с вермишелью	250	10,8	3,69	21,09	161,10
2	Тефтели	90	12,27	12,81	11,97	212,65
3	Пюре картофельное	150	3,33	3,28	22,66	133,89
4	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,93	0,53	17,33	85,33
5	Кофейный напиток	200	3,9	0,00	17,28	84,72
6	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	18,48	88,4
7	Салат из капусты	60	1,22	3,07	6,46	59,10
Итого стоимость 84,38 руб.						

Повар *В*

Ответственный за питание *Слоф*

Утверждаю:
 Директор МБОУ Сусатская СОШ
 И.Б. Карташова/



**Меню МБОУ Сусатской СОШ
 среда (11 марта)**

Завтрак

№	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	Шницель из мяса птицы	100	15,60	15,18	14,68	241,75
2	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,69	2,28	39,40	212,52
3	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	12,19	50,27
4	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	18,48	88,4
5	Помидор свежий	60	0,66	0,12	2,28	7,20
<u>Итого стоимость 89,72 руб.</u>						

Обед

№	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	Суп рисовый	250	10,60	3,59	20,83	159,47
2	Жаркое по-домашнему	200	14,93	20,48	20,81	328,02
3	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	18,48	88,4
4	Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	15,90	66,68
5	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,93	0,53	17,33	85,33
6	Горошек консервированный	60	1,86	0,12	3,9	12
<u>Итого стоимость 84,38 руб.</u>						

Повар 

Ответственный за питание 

Утверждаю:
 Директор МБОУ Сусатская СОШ
Каш /И.Б. Карташова/



**Меню МБОУ Сусатской СОШ
 четверг (12 марта)**

Завтрак

№	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	Запеканка из творога со сгущенным молоком	160/20	27,84	18,00	32,40	402,96
2	Какао на молоке	200	5,71	4,80	20,82	150,86
3	Фрукты свежие (банан)	100	0,6	0,6	14,7	70,5
4	Пряник	40	2,30	2,00	31,04	156,69
	<u>Итого стоимость 89,72 руб.</u>					

Обед

№	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	Борщ с капустой и картофелем	250	2,01	5,17	13,74	110,49
2	Зраза из мяса птицы	90	21,32	21,52	7,0	306,96
3	Каша рассыпчатая пшеничная	150	6,60	4,38	35,27	206,90
4	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,93	0,53	17,33	85,33
5	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	18,48	88,4
6	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,06	22,12	93,28
7	Огурец солёный	60	1,9	5,30	0,00	57
	<u>Итого стоимость 84,38 руб.</u>					

Повар 

Ответственный за питание 

Утверждаю:
 Директор МБОУ Сусатская СОШ
Кач И.Б. Карташова/



**Меню МБОУ Сусатской СОШ
 пятница (13 марта)**

Завтрак

№	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	Гуляш	90	17,02	18,74	2,41	246,47
2	Макароны отварные	150	5,63	2,84	35,99	192,21
3	Чай с сахаром	200	0	0	11,89	56,80
4	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	18,48	88,4
5	Помидор свежий	60	0,66	0,12	2,28	7,20
<u>Итого стоимость 89,72 руб.</u>						

Обед

№	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	Суп лапша домашняя	250	13,29	2,86	14,53	137,04
2	Рыба запеченная	100	21,10	13,60	0,00	206,80
3	Рис отварной	150	3,80	2,72	40,00	199,68
4	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	18,48	88,4
5	Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	15,90	66,68
6	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,93	0,53	17,33	85,33
7	Огурец соленый	60	1,9	5,30	0,00	57
<u>Итого стоимость 84,38 руб.</u>						

Повар 

Ответственный за питание 