

## УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «Никитовская средняя  
общеобразовательная школа»  
Стоячев Е. В. Дорохина

## МЕНЮ

столовой МБОУ «Никитовская средняя  
общеобразовательная школа»

Дата	Приём пищи	Наименование блюда	для детей из многодетных семей			
			с 7 до 11 лет		12 лет и старше	
			Выход в граммах	Калорий- ность	Выход в граммах	Калорий- ность
21.03.2022	ЗАВТРАК:	Фрукт порционно/яблоко/ Сыр твердый порционно	100 20	44,4 79,64	100 25	44,4 99,80
		Каша гречневая молочная	200	358,9	230	412,74
		Чай с сахаром	200	61,29	200	61,29
		Хлеб пшеничный	40	62,51	40	62,51
		Мед натуральный	10	33	10	33
		Молоко в Иум д жира3,2				
	<b>ОБЕД:</b>	Помидор соленый	60	12,84	100	21,4
	:	Борщ «Сибирский» с фасолью	200	81,89	250	102,36
		Печень тушенная в соусе	90	193,98	100	215,53
		Макаронные изделия отварные с маслом	150	199,47	180	239,36
		Напиток из яблок	200	78,60	200	78,60
		Хлеб ржано -пшеничный	40	69,6	40	69,6
		Хлеб пшеничный	30	48,88	40	62,51

Шеф-повар:

Мед. сестра:

И. В. Дорошенко

Н. А. Глушенко

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «Никитовская средняя общеобразовательная школа»  
 Е. В. Дорохина



**МЕНЮ**

столовой МБОУ «Никитовская средняя общеобразовательная школа»

Дата	Приём пищи	Наименование блюда	с 7 до 11 лет		12 лет и старше		для детей из многодетных семей	
			Выход в граммах	Калорийность	Выход в граммах	Калорийность	Выход в граммах	Калорийность
22.03.2022	ЗАВТРАК:	Яблоко	100	44,40	100	44,40	100	44,40
		Макароны отв с сыром	150	279,01	180	339,16	150	279,01
		Молоко в ИУМ д жира 3,2	200	120	200	120	200	120
		Чай с лимоном	200/4	62,46	200/4	62,46	200/4	62,46
		Хлеб пшеничный	40	62,51	40	62,51	40	62,51
		Мед натуральный	10	33	10	33	10	33
	ОБЕД:	Винегрет овощной	60	64,31	100	107,18	60	64,31
		Суп лапша домашняя с мясом птицы	200/10	165,19	250/15	208,45	200/10	165,19
		Птица порционная запеченная	90	191,97	100	213,30	90	191,97
		Капуста тушеная	150	97,76	180	117,31	150	97,76
		Компот из смеси сухофруктов	200	98,56	200	98,56	200	98,56
		Хлеб ржано-пшеничный	40	69,6	40	69,6	40	69,6
		Хлеб пшеничный	30	48,88	40	62,51	30	48,88

Шеф-повар:



Мед. сестра:

И. В. Дорошенко  
 Н. А. Глушенко



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «Никитовская средняя  
общеобразовательная школа»

 Е. В. Дорохина




## МЕНЮ

столовой МБОУ «Никитовская средняя  
общеобразовательная школа»

Дата	Приём пищи	Наименование блюда	с 7 до 11 лет				12 лет и старше				для детей из многодетных семей			
			Выход в граммах	Калорийность	Выход в граммах	Калорийность	Выход в граммах	Калорийность	Выход в граммах	Калорийность	Выход в граммах	Калорийность	Выход в граммах	Калорийность
23.03.2022	ЗАВТРАК:	Фрукт яблоко порционно Запеканка творожно-рисовая с маслом слив. Повидло Чай с сахаром Хлеб пшеничный Мед натуральный Молоко в ИУ. м.д.жира 3,2	100 170 20 200 40 10 200	44,4 315,14 57,60 61,29 62,51 33 120	100 200 20 200 40 10 200	44,4 429,51 57,60 61,29 62,51 33 120	100 170 20 200 40 10 200	44,4 315,14 57,60 61,29 62,51 33 120	100 200 20 200 40 10 200	44,4 429,51 57,60 61,29 62,51 33 120	100 200 20 200 40 10 200	44,4 429,51 57,60 61,29 62,51 33 120		
	<b>ОБЕД:</b>	Икра кабачковая Суп картофельный с клецками Жаркое по домашнему Сок фруктовый Хлеб ржано-пшеничный Хлеб пшеничный	50 200 240 200 40 30	48,5 102,32 353,03 86,60 69,6 48,88	50 250 280 200 40 40	48,5 127,90 411,89 86,60 69,6 62,51	50 200 240 200 40 30	48,5 102,32 353,03 86,60 69,6 48,88	50 250 280 200 40 40	48,5 127,9 411,89 86,60 69,6 62,51	50 250 280 200 40 40	48,5 127,9 411,89 86,60 69,6 62,51		

Шеф-повар:


Мед. сестра: 

И. В. Дорошенко

Н. А. Глушенко

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «Никитовская средняя  
общеобразовательная школа»

 Е. В. Дорохина



## МЕНЮ

столовой МБОУ «Никитовская средняя  
общеобразовательная школа»

Дата	Приём пищи	Наименование блюда	с 7 до 11 лет		12 лет и старше		для детей из многодетных семей			
			Выход в граммах	Калорий- ность	Выход в граммах	Калорий- ность	с 7 до 11 лет	12 лет и старше	с 7 до 11 лет	12 лет и старше
24.03.2022г.	ЗАВТРАК:	Фрукт/банан/	120	44,4	120	44,4	120	44,4	120	44,4
		Каша манная молочная	200	315	200	315	200	315	200	315
		Чай с лимоном	200	62,46	200	62,51	200	62,51	200	62,51
		Хлеб пшеничный	40	62,51	40	62,51	40	62,51	40	62,51
		Мед натуральный	10	33	10	33	10	33	10	33
		Молоко в ИУ м.д.жира 3,2	200	120	200	120	200	120	200	120
	ОБЕД:	Салат из свеклы с сыром	60	70,34	100	117,23	60	70,34	100	117,23
		Щи из св.капусты с фрикаделькой из птицы	200/10	90,38	250/15	111,89	200/10	90,38	250/15	111,89
		Рыба запеченная под соусом	90	185,09	100	205,65	90	185,09	100	205,65
		Картофельное пюре	150	165,64	180	196,65	150	165,64	180	196,65
		Кисель фруктовый	200	72	200	72	200	72	200	72
		Хлеб ржано-пшеничный	40	69,6	40	69,6	40	69,6	40	69,6
		Хлеб пшеничный	30	48,88	40	62,51	30	48,88	40	62,51

Шеф-повар:



Мед. сестра:

И. В. Дорошенко  
Н. А. Глушенко



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «Никитовская средняя  
общеобразовательная школа»  
 Е. В. Дорохина

**МЕНЮ**  
столовой МБОУ «Никитовская средняя  
общеобразовательная школа»



Дата	Трехдневный рацион	Наименование блюда	с 7 до 11 лет				для детей из многодетных семей			
			Выход в тарелках	Калорийность	Выход в тарелках	Калорийность	Выход в тарелках	Калорийность	Выход в тарелках	Калорийность
25.03.2022г.	ЗАВТРАК:	Зеленый горошек	20	63,2	30	94,80	20	63,2	30	94,80
		Сыр твердый порционно	20	79,84	25	99,80	20	79,84	25	99,80
		Омлет натуральный	200	61,29	250	320,29	200	61,29	250	320,29
		Чай с сахаром	200	61,29	200	61,29	200	61,29	200	61,29
		Хлеб пшеничный	40	62,51	40	62,51	40	62,51	40	62,51
		Мед натуральный	10	33	10	33	10	33	10	33
		Молоко в И.Ум.д.жира 3,2	120	60	120	60	120	60	120	60
	ОБЕД:	Помидоры,огурцы сезонные	50	10,70	50	10,70	50	10,70	50	10,70
		Суп картоф.с вермишелью на кур.бул.	200	220,5	250	275,63	200	220,5	250	275,63
		Котлета куриная	90	138,4	100	153,8	90	138,4	100	153,8
		Каша гречневая рассыпч.	150	193,27	180	231,92	150	193,27	180	231,92
		Сок фруктовый	200	86,60	200	86,60	200	86,60	200	86,60
		Хлеб ржано-пшеничный	40	69,6	40	69,6	40	69,6	40	69,6
		Хлеб пшеничный	30	48,88	40	62,51	30	48,88	40	62,51

Шеф-повар:  И. В. Дорошенко  
Мед. сестра:  Н. А. Глушенко