

ООО «Общепит сервис»

10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ

КОГОВУ «Средняя школа с углубленным изучением отдельных
предметов г.Нолинска»

Дети

Дата утверждения: _____



Дата согласования: _____



Введено с 07 ноября 2023 г.



"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

Морозов А. В.

Меню

СОГЛАСОВАНО

Директор

Перминова Е. В.

понеделник

Дисеты	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак						
ОВД11	Икра кабачковая 60	60	0,6	4,2	4,2	54
ОВД11	Компот из смеси сухофруктов 200	200	0,64		22,92	94,24
ОВД11	Котлета мясная паровая 90	90	14,53	15,66	11,98	246,35
ОВД11	Макаронные изделия отварные 150 гр	150	5,17	5,37	36,82	217,76
ОВД11	Хлеб пшеничный 50г	50	3,8	0,4	24,6	117,5
ОВД11	Хлеб ржано- пшеничный 40 г	40	2,64	0,44	16,4	80

ВТ

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

Морозов А.В.

Меню

СОГЛАСОВАНО

Директор

Перминова Е.В.

Вторник

Диеты	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак						
ОВД11	Зразы из говядины 90	90	13,235	13,261	11,111	215,82
ОВД11	Каша гречневая рассыпчатая 150	150	5,46	5,25	30,24	190,02
ОВД11	Компот из изюма 200	200	0,46	0,1	24,24	96,2
ОВД11	Салат из свежей моркови с растительным маслом 60	60	0,5	3,73	6,66	66,14
ОВД11	Соус красный основной 50	50	0,54	0,8	4,16	26,92
ОВД11	Хлеб пшеничный 50г	50	3,8	0,4	24,6	117,5
ОВД11	Хлеб ржано- пшеничный 40 г	40	2,64	0,44	16,4	80

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

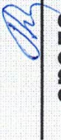


Морозов А.В.

Меню

СОГЛАСОВАНО

Директор



Перминова Е.В.

среда

ср

Диеты	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак						
ОВД11	Компот из сливы замороженной 200	200	0,12	0,04	11,54	48,6
ОВД11	Плов из отварной говядины 220	220	17,86	18,46	44,79	418,49
ОВД11	Салат из свеклы с сыром и растительным маслом 60	60	2,03	4,81	4,65	69,54
ОВД11	Хлеб пшеничный 50г	50	3,8	0,4	24,6	117,5
ОВД11	Хлеб ржано- пшеничный 40 г	40	2,64	0,44	16,4	80

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

Морозов А.В.

Меню

СОГЛАСОВАНО

Директор

Перминова Е.В.

четверг

Диеты	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак						
ОВД11	Котлеты рыбные любительские 90	90	13,91	5,78	6	133,34
ОВД11	Макаронные изделия отварные 150 гр	150	5,17	5,37	36,82	217,76
ОВД11	Отвар из шиповника	200	0,68	0,25	19,66	96,8
ОВД11	Салат из соленых огурцов с луком и растительным маслом 60	60	0,51	3,66	1,56	41,98
ОВД11	Хлеб пшеничный 50г	50	3,8	0,4	24,6	117,5
ОВД11	Хлеб ржано- пшеничный 40 г	40	2,64	0,44	16,4	80

ПТ

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор



Морозов А.В.

Меню

СОГЛАСОВАНО

Директор



Перминова Е.В.

пятница

Диеты	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак						
ОВД11	Биточки из птицы 90	90	14,9	4,57	9,3	189,95
ОВД11	Компот из черноплодной рябины замороженной 200	200	0,3	0,04	11,82	47,28
ОВД11	Пюре картофельное 150	150	3,27	5,96	21,76	154,43
ОВД11	Салат из свежей капусты и моркови с растительным маслом 60	60	1,484	2,396	5,147	48,733
ОВД11	Хлеб пшеничный 50г	50	3,8	0,4	24,6	117,5
ОВД11	Хлеб ржано- пшеничный 40 г	40	2,64	0,44	16,4	80

ЛН2

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор



Морозов А.В.

Меню

СОГЛАСОВАНО

Директор



Перминова Е.В.

понеделник2

Диеты	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак						
ОВД11	Биточек рубленый из говядины 90	90	14,95	16,8	13,46	263,69
ОВД11	Компот из изюма 200	200	0,46	0,1	24,24	96,2
ОВД11	Рис с овощами 150г	150	3,31	7,08	32,1	206,19
ОВД11	Салат из моркови с яблоками 60	60	0,48	0,17	5,12	27,9
ОВД11	Хлеб пшеничный 50г	50	3,8	0,4	24,6	117,5
ОВД11	Хлеб ржано- пшеничный 40 г	40	2,64	0,44	16,4	80

ВТ2

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор



Морозов А.В.

Меню

СОГЛАСОВАНО

Директор



Перминова Е.В.

вторник2

Диеты	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак						
ОВД11	Компот из черноплодной рябины замороженной 200	200	0,3	0,04	11,82	47,28
ОВД11	Котлета куриная 90	90	14,04	6,04	8,3	194,68
ОВД11	Рагу из овощей 150	150	2,7	7,283	18,2	150,925
ОВД11	Салат из свеклы отварной с растительным маслом 60	60	0,86	3,65	5,07	56,2
ОВД11	Хлеб пшеничный 50г	50	3,8	0,4	24,6	117,5
ОВД11	Хлеб ржано- пшеничный 40 г	40	2,64	0,44	16,4	80

ср2

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор



Морозов А.В.

Меню

СОГЛАСОВАНО

Директор



Перминова Е.В.

среда 2

Диеты	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак						
ОВД11	Гуляш из говядины 50/50	100	15,41	17,72	3,82	236,49
ОВД11	Компот из свежих яблок 200	200	0,08	0,08	11,96	49,4
ОВД11	Макаронные изделия отварные 150 гр	150	5,17	5,37	36,82	217,76
ОВД11	Салат из капусты с зеленым горошком 70г	70	2,81	7,37	3,96	93,01
ОВД11	Хлеб пшеничный 50г	50	3,8	0,4	24,6	117,5

ЧТ2

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор



Морозов А.В.

Меню

СОГЛАСОВАНО

Директор



Перминова Е.В.

четверг2

Диеты	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак						
ОВД11	Винегрет овощной с солеными огурцами и растительным маслом 60	60	0,804	3,72	5,136	57,744
ОВД11	Компот из смеси сухофруктов 200	200	0,64		22,92	94,24
ОВД11	Пюре картофельное 150	150	3,27	5,96	21,76	154,43
ОВД11	Тефтели из говядины с рисом 90	90	12,09	13,83	11,97	221,54
ОВД11	Хлеб пшеничный 50г	50	3,8	0,4	24,6	117,5
ОВД11	Хлеб ржано- пшеничный 40 г	40	2,64	0,44	16,4	80

ЛТ2

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор


Морозов А.В.
Меню

СОГЛАСОВАНО
Директор


Перминова Е.В.
Пятница2

Диеты	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Завтрак						
ОВД11	Жаркое по-домашнему 50/170	220	16,89	20,26	23,92	345,25
ОВД11	Компот из черноплодной рябины замороженной 200	200	0,3	0,04	11,82	47,28
ОВД11	Салат из квашеной капусты с луком 60	60	0,96	3,61	4,56	55,72
ОВД11	Хлеб пшеничный 50г	50	3,8	0,4	24,6	117,5
ОВД11	Хлеб ржано-пшеничный 40 г	40	2,64	0,44	16,4	80