


ООО «Общепит сервис»

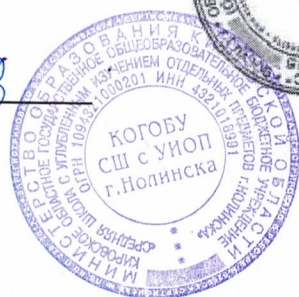
10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ

КОГОбУ «Средняя школа с углубленным изучением отдельных
предметов г.Нолинска»
Дети МО

Дата утверждения: _____ 

Дата согласования: _____ 

Введено с 07 ноября 2023 г.



"УТВЕРЖДАЮ"

Директор



Морозов А.В.

СОГЛАСОВАНО

Директор



Перминова Е.В.

Меню

понедельник

Диеты	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Обед						
ОВД11;ОВД18	Компот из смеси сухофруктов 200	200	0,64		22,92	94,24
ОВД11	Макаронные изделия отварные 150 гр	150	5,17	5,37	36,82	217,76
ОВД18	Макаронные изделия отварные 180 гр	180	6,2	6,49	44,18	261,71
ОВД11	Суп крестьянский с крупой 200/10	200	2,07	4,25	11,13	91,88
ОВД18	Суп крестьянский с крупой 250	250	2,53	4,82	13,83	109,7
ОВД11;ОВД18	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
ОВД18	Хлеб ржано- пшеничный 60 г	60	3,96	0,66	24,6	120

ВТ

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор



Морозов А.В.

СОГЛАСОВАНО

Директор



Перминова Е.В.

Меню

ВТОРНИК

Диеты	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Обед						
ОВД11	Каша гречневая рассыпчатая 150	150	5,46	5,25	30,24	190,02
ОВД18	Каша гречневая рассыпчатая 180	180	6,55	6,3	36,28	228,03
ОВД11,ОВД18	Компот из изюма 200	200	0,46	0,1	24,24	96,2
ОВД11	Соус красный основной	50	0,54	0,8	4,16	26,92
ОВД18	Суп гороховый со сметаной 200	200	6,66	4,67	18,19	142,14
ОВД11,ОВД18	Суп гороховый со сметаной 250	250	8,26	5,33	22,65	172,53
ОВД11	Хлеб пшеничный 50г	50	3,8	0,4	24,6	117,5
ОВД18	Хлеб ржано- пшеничный 40 г	40	2,64	0,44	16,4	80
ОВД18	Хлеб ржано- пшеничный 60 г	60	3,96	0,66	24,6	120

ср

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор



Морозов А.В.

СОГЛАСОВАНО
Директор



Перминова Е.В.

Меню

среда

Диеты	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Обед						
ОВД11;ОВД18	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
ОВД18	Плов из отварной говядины 250	250	20,3	20,97	50,94	475,65
ОВД11;ОВД18	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
ОВД18	Хлеб ржано- пшеничный 60 г	60	3,96	0,66	24,6	120
ОВД11	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 200	200	1,68	5,12	7,51	83,84
ОВД18	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 250	250	2,04	5,89	9,3	99,65

ЧТ

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор



Морозов А.В.

СОГЛАСОВАНО

Директор



Перминова Е.В.

Меню

четверг

Диеты	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Обед						
ОВД11	Макаронные изделия отварные 150 гр	150	5,17	5,37	36,82	217,76
ОВД18	Макаронные изделия отварные 180 гр	180	6,2	6,49	44,18	261,71
ОВД11;ОВД18	Отвар из шиповника	200	0,68	0,25	19,66	96,8
ОВД18	Суп из овощей со сметаной 250	250	2,08	7,3	11,41	120,31
ОВД11	Суп из овощей со сметаной 200	200	1,71	6,24	9,2	100,37
ОВД11;ОВД18	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
ОВД18	Хлеб ржано- пшеничный 60 г	60	3,96	0,66	24,6	120

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор



Морозов А.В.

СОГЛАСОВАНО

Директор



Перминова Е.В.

Меню**пятница**

Диеты	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Обед						
ОВД11:ОВД18	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
ОВД18	Пюре картофельное 180	180	3,93	7,16	26,11	185,28
ОВД11	Суп картофельный с макаронными изделиями 200	200	2,19	2,35	16,73	97,68
ОВД18	Суп картофельный с макаронными изделиями 250	250	2,73	2,94	20,91	122,11
ОВД11:ОВД18	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
ОВД18	Хлеб ржано- пшеничный 60 г	60	3,96	0,66	24,6	120

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор



Морозов А.В

СОГЛАСОВАНО

Директор



Перминова Е.В.

Меню

понедельник2

Диеты	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Обед						
ОВД11;ОВД18	Компот из изюма 200	200	0,46	0,1	24,24	96,2
ОВД18	Рис с овощами	180	3,98	10,58	38,58	266,21
ОВД11	Рис с овощами 150г	150	3,31	7,08	32,1	206,19
ОВД18	Суп гороховый со сметаной 200	200	6,66	4,67	18,19	142,14
ОВД11;ОВД18	Суп гороховый со сметаной 250	250	8,26	5,33	22,65	172,53
ОВД11	Хлеб пшеничный 50г	50	3,8	0,4	24,6	117,5
ОВД18	Хлеб ржано- пшеничный 40 г	40	2,64	0,44	16,4	80
ОВД18	Хлеб ржано- пшеничный 60 г	60	3,96	0,66	24,6	120

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор



Морозов А.В.

СОГЛАСОВАНО

Директор



Перминова Е.В.

Меню

вторник2

Диеты	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Обед						
ОВД11;ОВД18	Компот из черноплодной рябины замороженной 200	200	0,3	0,04	11,82	47,28
ОВД18	Рагу из овощей	180	3,24	8,74	21,84	181,11
ОВД11	Рагу из овощей 150	150	2,7	7,283	18,2	150,925
ОВД18	Суп картофельный с рыбой 200	200	8,97	3,69	15,95	133,84
ОВД11;ОВД18	Суп картофельный с рыбой 250	250	11,22	4,61	19,93	167,36
ОВД11	Хлеб пшеничный 50г	50	3,8	0,4	24,6	117,5
ОВД18	Хлеб ржано- пшеничный 40 г	40	2,64	0,44	16,4	80
ОВД18	Хлеб ржано- пшеничный 60 г	60	3,96	0,66	24,6	120

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор



Морозов А.В.

СОГЛАСОВАНО

Директор



Перминова Е.В.

Меню**среда2**

Диеты	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Обед						
ОВД11:ОВД18	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
ОВД18	Макаронные изделия отварные 180 гр	180	6,2	6,49	44,18	261,71
ОВД11	Суп из овощей со сметаной 250	250	2,08	7,3	11,41	120,31
ОВД11:ОВД18	Суп из овощей со сметаной 200	200	1,71	6,24	9,2	100,37
ОВД11	Хлеб пшеничный 50г	50	3,8	0,4	24,6	117,5
ОВД18	Хлеб ржано- пшеничный 40 г	40	2,64	0,44	16,4	80
ОВД18	Хлеб ржано- пшеничный 60 г	60	3,96	0,66	24,6	120

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

Морозов А.В.

СОГЛАСОВАНО

Директор

Перминова Е.В.

Меню

четверг2

Диеты	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Обед						
ОВД11;ОВД18	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
ОВД18	Пюре картофельное 180	180	3,93	7,16	26,11	185,28
ОВД11	Суп картофельный с крупой 200	200	1,91	2,51	13,61	85,28
ОВД18	Суп картофельный с крупой 250	250	2,38	3,14	17,01	106,61
ОВД11;ОВД18	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
ОВД18	Хлеб ржано- пшеничный 60 г	60	3,96	0,66	24,6	120

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор



Морозов А.В.

СОГЛАСОВАНО

Директор



Перминова Е.В.

Меню**пятница2**

Диеты	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Обед						
ОВД18	Жаркое по-домашнему 250	250	22,13	25,44	26,41	422,78
ОВД11	Жаркое по-домашнему 50/170	220	16,89	20,26	23,92	345,25
ОВД11;ОВД18	Компот из черноплодной рябины замороженной 200	200	0,3	0,04	11,82	47,28
ОВД11	Рассольник Ленинградский со сметаной 200	200	1,95	6,32	14	121,49
ОВД18	Рассольник Ленинградский со сметаной 250	250	2,38	7,4	17,41	146,71
ОВД11;ОВД18	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
ОВД18	Хлеб ржано- пшеничный 60 г	60	3,96	0,66	24,6	120