

Утверждаю:
 Директор МБУ Комбината типания МГО
 А.С. Ефремова



Согласовано:
 Директор МБОУ «СОШ № 4»
 Е.С. Скорова

Примерное 20-дневное меню школьных обедов для обучающихся 1-4 классов
 ноябрь 2023 - февраль 2024

I НЕДЕЛЯ		II НЕДЕЛЯ	
ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.	ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.
Фрукты в ассортименте / сок в коробочке с трубочкой	200	Фрукты в ассортименте / сок в коробочке с трубочкой	200
Щи с мясом	215	Суп с вермишелью и птицей	215
Плов с мясом говядины	250	Гуляш из говядины	50/50
Напиток витаминизированный	200	Рис отварной	150
Хлеб пшеничный	25	Напиток витаминизированный	200
Хлеб ржано-пшеничный	25	Хлеб пшеничный	25
		Хлеб ржано-пшеничный	25
ВТОРНИК		ВТОРНИК	
Кукуруза консервированная	60	Фрукты в ассортименте / сок в коробочке с трубочкой	200
Суп рыбный с крупой (сайра)	220	Щи с мясом и сметаной	225
Колета из птицы	100	Пельмени с маслом	210
Картофельное пюре	150	Компот из кураги	200
Компот из кураги	200	Хлеб пшеничный	25
Хлеб пшеничный	25	Хлеб ржано-пшеничный	25
Хлеб ржано-пшеничный	25		
СРЕДА		СРЕДА	
Икра овощная (кабачковая)	60	Горошек зеленый консервированный	60
Свекольник с мясом и сметаной	225	Свекольник с мясом и сметаной	225
Филе птицы тушеное в соусе	100	Жаркое с говядиной	250
Макароны отварные	150	Сок фруктовый	200
Напиток из плодов шиповника	200	Хлеб пшеничный	25
Хлеб пшеничный	25	Хлеб ржано-пшеничный	25
Хлеб ржано-пшеничный	25		
ЧЕТВЕРГ		ЧЕТВЕРГ	
Фрукты в ассортименте / сок в коробочке с трубочкой	200	Кукуруза консервированная	60
Суп овощной с мясом и сметаной	225	Суп гороховый с говядиной	215
Гуляш из говядины	50/50	Филе птицы тушеное в соусе	100
Каша гречневая	150	Каша гречневая	150
Сок фруктовый	200	Компот из сухофруктов	200
Хлеб пшеничный	25	Хлеб пшеничный	25
Хлеб ржано-пшеничный	25	Хлеб ржано-пшеничный	25
ПЯТНИЦА		ПЯТНИЦА	
Фрукты в ассортименте / сок в коробочке с трубочкой	200	Фрукты в ассортименте / сок в коробочке с трубочкой	200
Горошек зеленый консервированный	60	Борщ с мясом и сметаной	225
Суп картофельный с мясом	215	Котлета рыбная	100
Рыба (горбуша) запеченая	100	Картофельное пюре	150
Рис отварной	150	Напиток из плодов шиповника	200
Компот из сухофруктов	200	Хлеб пшеничный	25
Хлеб пшеничный	25	Хлеб ржано-пшеничный	25
Хлеб ржано-пшеничный	25		

III НЕДЕЛЯ		IV НЕДЕЛЯ	
ПОНЕДЕЛЬНИК		ПОНЕДЕЛЬНИК	
			Выход, гр.
Фрукты в ассортименте / сок в коробочке с трубочкой	200	Фрукты в ассортименте / сок в коробочке с трубочкой	200
Суп картофельный с говядиной	215	Суп овощной с мясом	215
Плов с птицей	250	Филе птицы тушеное в соусе	100
Напиток витаминизированный	200	Каша гречневая	150
Хлеб пшеничный	25	Напиток витаминизированный	200
Хлеб ржано-пшеничный	25	Хлеб пшеничный	25
		Хлеб ржано-пшеничный	25
ВТОРНИК		ВТОРНИК	
Фрукты в ассортименте / сок в коробочке с трубочкой	200	Икра овощная (кабачковая)	60
Борщ с мясом и сметаной	225	Суп овощной и птицей	215
Филе птицы тушеное в соусе	100	Пельмени	200/10
Макароны отварные	150	Компот из сухофруктов	200
Компот из кураги	200	Хлеб пшеничный	25
Хлеб пшеничный	25	Хлеб ржано-пшеничный	25
Хлеб ржано-пшеничный	25		
СРЕДА		СРЕДА	
Горошек зеленый консервированный	60	Фрукты в ассортименте / сок в коробочке с трубочкой	200
Щи с мясом и сметаной	225	Борщ с мясом и сметаной	225
Котлета рыбная	100	Котлета из птицы	100
Картофельное пюре	150	Картофельное пюре	150
Сок фруктовый	200	Сок фруктовый	200
Хлеб пшеничный	25	Хлеб пшеничный	25
Хлеб ржано-пшеничный	25	Хлеб ржано-пшеничный	25
ЧЕТВЕРГ		ЧЕТВЕРГ	
Фрукты в ассортименте / сок в коробочке с трубочкой	200	Икра свекольная	60
Суп с вермишелью и птицей	215	Суп крестьянский с говядиной	215
Гуляш из говядины	50/50	Мясо тушеное (говядина)	100
Рис отварной	150	Макароны отварные	150
Напиток из плодов шиповника	200	Компот из сухофруктов	200
Хлеб пшеничный	25	Хлеб пшеничный	25
Хлеб ржано-пшеничный	25	Хлеб ржано-пшеничный	25
ПЯТНИЦА		ПЯТНИЦА	
Икра свекольная	60	Фрукты в ассортименте / сок в коробочке с трубочкой	200
Суп гороховый с говядиной	215	Суп с рисом и птицей	215
Котлета из птицы	100	Котлета из говядины	100
Картофельное пюре	150	Картофельное пюре	150
Компот из сухофруктов	200	Напиток из шиповника	200
Хлеб пшеничный	25	Хлеб пшеничный	25
Хлеб ржано-пшеничный	25	Хлеб ржано-пшеничный	25

III НЕДЕЛЯ		IV НЕДЕЛЯ	
ПОНЕДЕЛЬНИК		ПОНЕДЕЛЬНИК	
			Выход, гр.
Плов с птицей	250	Филе птицы тушеное в соусе	100
Напиток витаминизированный	200	Каша гречневая	150
Хлеб пшеничный	25	Напиток витаминизированный	200
Хлеб ржано-пшеничный	25	Хлеб пшеничный	25
		Хлеб ржано-пшеничный	25
ВТОРНИК		ВТОРНИК	
Филе птицы тушеное в соусе	100	Икра овощная (кабачковая)	60
Макароны отварные	150	Гуляш из говядины	100
Компот из кураги	200	Каша гречневая	150
Хлеб пшеничный	25	<i>или пельмени 200/10</i>	
Хлеб ржано-пшеничный	25	Компот из сухофруктов	200
		Хлеб пшеничный	25
		Хлеб ржано-пшеничный	25
СРЕДА		СРЕДА	
Горошек зеленый консервированный	60	Котлета из птицы	100
Котлета рыбная	100	Картофельное пюре	150
Картофельное пюре	150	Сок фруктовый	200
Сок фруктовый	200	Хлеб пшеничный	25
Хлеб пшеничный	25	Хлеб ржано-пшеничный	25
Хлеб ржано-пшеничный	25		
ЧЕТВЕРГ		ЧЕТВЕРГ	
Гуляш из говядины	50/50	Икра свекольная	60
Рис отварной	150	Мясо тушеное (говядина)	100
Напиток из плодов шиповника	200	Макароны отварные	150
Хлеб пшеничный	25	Компот из сухофруктов	200
Хлеб ржано-пшеничный	25	Хлеб пшеничный	25
		Хлеб ржано-пшеничный	25
ПЯТНИЦА		ПЯТНИЦА	
Икра свекольная	60	Котлета из говядины	100
Котлета из птицы	100	Картофельное пюре	150
Картофельное пюре	150	Напиток из шиповника	200
Компот из сухофруктов	200	Хлеб пшеничный	25
Хлеб пшеничный	25	Хлеб ржано-пшеничный	25
Хлеб ржано-пшеничный	25		



Утверждаю:
 Директор МБУ Комбината типания МГО
 А.С. Ефремова



Согласовано:
 Директор МБУ "СОШ" №4
 Т.Е. Сидорова

Примерное 20-дневное меню школьных обедов для обучающихся 6-11 классы (инвалиды)
 ноябрь 2023- г ноябрь 2023- февраль 2024

I НЕДЕЛЯ			II НЕДЕЛЯ		
ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.	Цена	ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.	Цена
Завтрак			Завтрак		
Фрукты в ассортименте / сок в коробочке с трубочкой	200		Фрукты в ассортименте / сок в коробочке с трубочкой	200	
Щи с мясом	215		Суп с вермишелью и птицей	215	
Плов с мясом говядины	250		Гуляш из говядины	50/50	
Напиток витаминизированный	200		Рис отварной	150	
Хлеб пшеничный	25		Напиток витаминизированный	200	
Хлеб ржано-пшеничный	25		Хлеб пшеничный	25	
Обед			Обед		
Филе птицы тушеное в соусе	100		Рагу из птицы	250	
Макароны отварные	150		Напиток из плодов шиповника	200	
Напиток из плодов шиповника	200		Хлеб пшеничный	25	
Хлеб пшеничный	25		Хлеб ржано-пшеничный	25	
Хлеб ржано-пшеничный	25				
ВТОРНИК			ВТОРНИК		
Завтрак			Завтрак		
Кукуруза консервированная	60		Фрукты в ассортименте / сок в коробочке с трубочкой	200	
Суп рыбный с крупой (сайра)	220		Щи с мясом и сметаной	225	
Колета из птицы	100		Мясо тушеное в сметане(говядина)	110	
Картофельное пюре	150		Макароны отварные	150	
Компот из кураги	200		Компот из кураги	200	
Хлеб пшеничный	25		Хлеб пшеничный	25	
Хлеб ржано-пшеничный	25		Хлеб ржано-пшеничный	25	
Обед			Обед		
Гуляш из говядины	50/50		Колета из птицы	100	
Каша гречневая	150		Картофельное пюре	150	
Сок фруктовый	200		Компот из сухофруктов	200	
Хлеб пшеничный	25		Хлеб пшеничный	25	
Хлеб ржано-пшеничный	25		Хлеб ржано-пшеничный	25	
СРЕДА			СРЕДА		
Завтрак			Завтрак		
Икра овощная (кабачковая)	60		Горошек зеленый консервированный	60	
Свекольник с мясом и сметаной	225		Свекольник с мясом и сметаной	225	
Филе птицы тушеное в соусе	100		Жаркое с говядиной	250	
Макароны отварные	150		Сок фруктовый	200	
Напиток из плодов шиповника	200		Хлеб пшеничный	25	
Хлеб пшеничный	25		Хлеб ржано-пшеничный	25	
Хлеб ржано-пшеничный	25				
Обед			Обед		
Жаркое по домашнему	250		Тефтели из говядины	100	
Компот из сухофруктов	200		Капуста тушеная	150	
Хлеб пшеничный	25		Напиток из шиповника	200	
Хлеб ржано-пшеничный	25		Хлеб пшеничный	25	
			Хлеб ржано-пшеничный	25	
ЧЕТВЕРГ			ЧЕТВЕРГ		
Завтрак			Завтрак		
Фрукты в ассортименте / сок в коробочке с трубочкой	200		Кукуруза консервированная	60	
Суп овощной с мясом и сметаной	225		Суп гороховый с говядиной	215	
Гуляш из говядины	50/50		Филе птицы тушеное в соусе	100	
Каша гречневая	150		Каша гречневая	150	
Сок фруктовый	200		Компот из сухофруктов	200	
Хлеб пшеничный	25		Хлеб пшеничный	25	
Хлеб ржано-пшеничный	25		Хлеб ржано-пшеничный	25	
Обед			Обед		
Котлета из птицы	100		Плов с говядиной	250	
Картофельное пюре	150		Сок фруктовый	200	
Компот из кураги	200		Хлеб пшеничный	25	
Хлеб пшеничный	25		Хлеб ржано-пшеничный	25	
Хлеб ржано-пшеничный	25				
ПЯТНИЦА			ПЯТНИЦА		
Завтрак			Завтрак		
Фрукты в ассортименте / сок в коробочке с трубочкой	200		Фрукты в ассортименте / сок в коробочке с трубочкой	200	
Горошек зеленый консервированный	60		Борщ с мясом и сметаной	225	
Суп картофельный с мясом	215		Котлета рыбная	100	
Рыба (горбуша) запеченая	100		Картофельное пюре	150	
Рис отварной	150		Напиток из плодов шиповника	200	
Компот из сухофруктов	200		Хлеб пшеничный	25	
Хлеб пшеничный	25		Хлеб ржано-пшеничный	25	
Хлеб ржано-пшеничный	25				
Обед			Обед		
Тефтели из говядины	100		Котлета из говядины	100	
Капуста тушеная	150		Макароны отварные	150	
Напиток из плодов шиповника	200		Напиток из плодов шиповника	200	
Хлеб пшеничный	25		Хлеб пшеничный	25	
Хлеб ржано-пшеничный	25		Хлеб ржано-пшеничный	25	

III НЕДЕЛЯ			IV НЕДЕЛЯ		
ПОНЕДЕЛЬНИК			ПОНЕДЕЛЬНИК		
Завтрак			Завтрак		
Суп картофельный с говядиной	215		Суп овощной с мясом	215	
Плов с птицей	250		Филе птицы тушеное в соусе	100	
Напиток витаминизированный	200		Каша гречневая	150	
Хлеб пшеничный	25		Напиток витаминизированный	200	
Хлеб ржано-пшеничный	25		Хлеб пшеничный	25	
Обед			Обед		
Гуляш из говядины	50/50		Плво из говядины	250	
Каша гречневая	150		Сок фруктовый	200	
Сок фруктовый	200		Хлеб пшеничный	25	
Хлеб пшеничный	25		Хлеб ржано-пшеничный	25	
Хлеб ржано-пшеничный	25		Хлеб ржано-пшеничный	25	

ВТОРНИК			ВТОРНИК		
Фрукты в ассортименте / сок в коробочке с трубочкой	200		Икра овощная (кабачковая)	60	
Борщ с мясом и сметаной	225		Суп овощной и птицей	215	
Филе птицы тушеное в соусе	100		Котлета из говядины	100	
Макароны отварные	150		Макароны отварные	150	
Компот из кураги	200		Компот из сухофруктов	200	
Хлеб пшеничный	25		Хлеб пшеничный	25	
Хлеб ржано-пшеничный	25		Хлеб ржано-пшеничный	25	
Обед			Обед		
Жаркое по домашнему	250		Жаркое по домашнему	250	
Компот из сухофруктов	200		Напиток из шиповника	200	
Хлеб пшеничный	25		Хлеб пшеничный	25	
Хлеб ржано-пшеничный	25		Хлеб ржано-пшеничный	25	

СРЕДА			СРЕДА		
Горошек зеленый консервированный	60		Фрукты в ассортименте / сок в коробочке с трубочкой	200	
Щи с мясом и сметаной	225		Борщ с мясом и сметаной	225	
Котлета рыбная	100		Котлета из птицы	100	
Картофельное пюре	150		Картофельное пюре	150	
Сок фруктовый	200		Сок фруктовый	200	
Хлеб пшеничный	25		Хлеб пшеничный	25	
Хлеб ржано-пшеничный	25		Хлеб ржано-пшеничный	25	
Обед			Обед		
Тефтели из говядины	100		Тефтели из говядины	100	
Капуста тушеная	150		Капуста тушеная	150	
Компот из кураги	200		Компот из кураги	200	
Хлеб пшеничный	25		Хлеб пшеничный	25	
Хлеб ржано-пшеничный	25		Хлеб ржано-пшеничный	25	

ЧЕТВЕРГ			ЧЕТВЕРГ		
Фрукты в ассортименте / сок в коробочке с трубочкой	200		Икра свекольная	60	
Суп с вермишелью и птицей	215		Суп крестьянский с говядиной	215	
Гуляш из говядины	50/50		Мясо тушеное (говядина)	100	
Рис отварной	150		Макароны отварные	150	
Напиток из плодов шиповника	200		Компот из сухофруктов	200	
Хлеб пшеничный	25		Хлеб пшеничный	25	
Хлеб ржано-пшеничный	25		Хлеб ржано-пшеничный	25	
Обед			Обед		
Котлета из говядины	100		Рагу из птицы	250	
Макароны отварные	150		Сок фруктовый	200	
Сок фруктовый	200		Хлеб пшеничный	25	
Хлеб пшеничный	25		Хлеб ржано-пшеничный	25	
Хлеб ржано-пшеничный	25				

ПЯТНИЦА			ПЯТНИЦА		
Икра свекольная	60		Фрукты в ассортименте / сок в коробочке с трубочкой	200	
Суп гороховый с говядиной	215		Суп с рисом и птицей	215	
Котлета из птицы	100		Котлета из говядины	100	
Картофельное пюре	150		Картофельное пюре	150	
Компот из сухофруктов	200		Напиток из шиповника	200	
Хлеб пшеничный	25		Хлеб пшеничный	25	
Хлеб ржано-пшеничный	25		Хлеб ржано-пшеничный	25	
Обед			Обед		
Гуляш из говядины	50/50		Рыба запеченая	100	
Каша гречневая	150		Рис отварной	150	
Сок фруктовый	200		Компот из сухофруктов	200	
Хлеб пшеничный	25		Хлеб пшеничный	25	
Хлеб ржано-пшеничный	25		Хлеб ржано-пшеничный	25	