

*С. И. Мухоморова*  
*Директор школы № 6*  
*г. Урванск*

"Утверждаю"  
Начальник управления образования  
местной администрации Урванского  
муниципального района КБР  
*О.Х. Жерештиев*  
" 01 " 10 2021г.



**МЕНЮ - РАСКЛАДКА**  
на 12 дней для организации питания детей  
в возрастных группах 7-11 лет в школьных образовательных учреждениях по  
Урванскому району

60,87р

12-дневное меню для организации питания детей в возрастных группах 7-11 лет 01.01.2021г.

**ЗАВТРАК**

1 ДЕНЬ ( понедельник )		
<b>№256 Мясо тушеное- (90г )</b>	<b>№179 Каша перловая рассыпчатая -(150г)</b>	<b>№42 Салат из моркови - (60г)</b>
мясо б/к- 90г	перловка -50г	морковь- 80г.
морковь - 5г	масло слив.3г	сахар - 1г
лук-7	соль- 0,5г	раст.масло - 2г
раст.масло -5г		
соль - 0,7г	<b>№377 Чай с лимоном - (200г)</b>	<b>хлеб пшеничный - 30г</b>
мука -2г	чай -0,5г	<b>хлеб ржаной - 30г</b>
томат -8г	сахар -15г	
вода -50	лимон -7г	
	аскарбиновая кислота -0,06г	<b>№Сок фруктовый - (200г)</b>
2 ДЕНЬ ( вторник )		
<b>№299 Котлеты мясные - (90г )</b>	<b>№354 Капуста тушеная (150г)</b>	<b>№377 Чай с лимоном - (200г)</b>
мясо-75г	капуста -215г	чай -0,5г
сухари-8г	морковь-10г	сахар -15г
яйцо - 3г	соль-0,5г	лимон -7г
хлеб -14	раст.масло-7г.	аскарбиновая кислота -0,06г
вода -10	зелень-2г	
соль - 0,7г	мука пшеничная -2г	
масло раст.-1г, лук-8г	лук репчатый -10г	<b>№14 Мало сливочное (порциями) - (10г )</b>
	томатное пюре - 6г	
		<b>№338 Бананы свежие - (100г)</b>
	<b>хлеб пшеничный - 30г</b>	банан - 180г
	<b>хлеб ржаной - 30г</b>	

3 ДЕНЬ ( среда )		
№290-Фрикадельки из птицы- (90/50г)	№413 Чай с молоком - (200г)	№312Пюре картофельное - (150г )
филе куриное - 98г	чай -0,5г	картофель-190г
хлеб -10г	молоко-100г	масло слив.-5г
молоко -15г	сахар -15г	соль-1г
раст.масло - 01г		молоко-30г
соль - 0,7г		
морковь-10г	хлеб пшеничный - 30г	№17 Салат из капусты с солеными огурцами- (60г)
яйцо -3г	хлеб ржаной - 30г	
соус ( 50г): слив.масло - 2г		капуста -55г
мука- 4г		огурцы соленые - 20г
сметана - 5г		зелень -1г
томат паста -3г		масло раст.-3г
соль- 03г		
лук -3г		
вода-45г		№338 Яблоки свежие - (100г)
4 ДЕНЬ ( четверг )		
№284 Запеканка картофельная с мясом- (200г)	№43 Салат из моркови с изюмом- (60г)	№413Кофейный напиток с молоком-- (200г)
	морковь -70г	
мясо б/к - 90г,	сахар -3г	кофейный напиток -2г
масло растительное - 5г	изюм-6г	молоко -100г
морковь -12г	масло раст.-3г	сахар-15г
лук репчатый -10г		
масло сливочное - 5г.	хлеб пшеничный - 30г	
картофель-180г	хлеб ржаной - 30г	
сухари понир.-3г		
зелень-3г		№338 Яблоки свежие - (100г)
соль-1г		
соус ( 50г): слив.масло - 2г		
мука- 4г,томат -3г,соль -0,3г,вода -45г,		
сметана - 5г		

5 День ( пятница )		
<b>№179 Каша рисовая рассыпчатая - (150г)</b>	<b>№229 Рыба тушеная с овощами - (90г)</b>	<b>№377 Чай с лимоном - (200г)</b>
		чай -0,5г
крупа рисовая - 56	рыба ( минтай)-110г	сахар -15г
масло слив.- 3г	лук -12г,	лимон -7г
соль - 0,5г	морковь -30г	аскарбиновая кислота -0,06г
	соль-1г	
хлеб пшеничный - 30г	масло раст.-4г	
хлеб ржаной - 30г	зелень-1г	<b>№ Сок фруктовый -(200г)</b>
	томат паста-5г	
<b>№21 Салат из капусты с маслом (60г)</b>		
капуста -60г, морковь - 12г,раст.масло -2г,		
соль -0,4г		
6 ДЕНЬ ( суббота )		
<b>№245 Бефстроганов из отварной</b>	<b>№377 Чай с лимоном - (200г)</b>	<b>№303 Каша пшенная вязкая - (150г)</b>
<b>говядины - (100г)</b>	чай -0,5г	
мясо б/к - 100г,	сахар -15г	крупа пшенная - 60г
морковь -3г	лимон -7г	масло слив.-3г
лук-6г	аскарбиновая кислота -0,06г	соль-0,5г
мука-3г		
соль-0,7г		
сметана -12г	хлеб пшеничный - 30г	<b>Бананы свежие -(100г)</b>
масло слив.-4г	хлеб ржаной - 30г	бананы - 180г
томат паста-3г		
вода -40г		
	<b>№ 41 Салат из моркови с яблоками - (60г)</b>	
	морковь-40г	
	яблоки-30г	
	масло раст. -3г	

7 ДЕНЬ ( понедельник )		
<b>№322 Котлеты рубленые из птицы (90г)</b>	<b>№350 Кисель - (200г)</b>	<b>№332 Соус сметанный с луком - (50г)</b>
филе куриное -90г	кисель-30г	сметана-7г
хлеб -14г	аскарбиновая кислота -0,06г	томат -2г
морковь-10г		мука-4г
лук-7г		масло слив.-2г
яйцо-3г	хлеб пшеничный - 30г	вода-45г
сухари понир.-8г	хлеб ржаной - 30г	лук-7г
соль- 0,7г		соль-0,4г
масло раст.-1г	<b>№42 Салат из моркови - (60г)</b>	
	морковь- 80г.	
<b>№203 Макароны отварные с соусом (100/50г)</b>	сахар - 1г	<b>Яблоки свежие -(100г)</b>
	раст.масло - 2г	
Вермишель - 35г,масло слив.-3г		
соль-07г		
8 ДЕНЬ ( вторник )		
<b>№272Котлеты рыбные любительские ( 90г)</b>	<b>№179Каша гречневая рассыпчатая-(150г)</b>	<b>№377 Чай с лимоном - (200г)</b>
рыба ( минтай )-110г	крупа гречневая - 65г	чай -0,5г
соль-0,7г	слив.масло- 3г	сахар -15г
яйцо-5г	соль -0,5г	лимон - 7г
лук -7г		аскарбиновая кислота -0,06г
морковь-10г	<b>№332 Соус сметанный с луком - (50г)</b>	
хлеб10г	сметана-7г	хлеб пшеничный - 30г
масло раст.-1г	томат -2г	хлеб ржаной - 30г
сухари понир.-8г	мука-4г	
	масло слив.-2г	
	вода-45г	<b>Сок фруктовый - (200г)</b>
<b>№21 Салат из капусты с маслом (60г)</b>	лук-7г	
капуста -60г, морковь - 12г,раст.масло -2г,	соль-0,4г	
соль -0,4г		

9 ДЕНЬ ( среда )		
<b>№246 Гуляш из отварной говядины (90г)</b>	<b>№413 Чай с молоком - (200г)</b>	<b>№179 Каша перловая рассыпчатая -(150г)</b>
мясо б/к - 100г,	чай -0,5г	
морковь -3г	молоко-100г	крупа перловая-50г
лук-4г	сахар -15г	масло слив. - 3г
мука-3г		соль-0,5г
соль-0,7г		
томат паста-2г		
масло слив.-4г	<b>№17 Салат из капусты с солеными огурцами- (60г)</b>	
сметана-7г		<b>Яблоки свежие -(100г)</b>
вода -45г	капуста -55г	
	огурцы соленые - 20г	хлеб пшеничный - 30г
	зелень -1г	хлеб ржаной - 30г
	масло раст.-3г	
10 ДЕНЬ ( четверг )		
<b>№290 Птица в сметанном соусе - (100г)</b>	<b>№413 Чай с молоком - (200г)</b>	<b>№125 Картофель отварной - (150г)</b>
филе птицы - 100г,	чай -0,5г	
сметана -13г	молоко-100г	картофель - 210
лук-3г	сахар -15г	соль-1г
мука- 4г		
соль-1г		
масло слив.- 3г		<b>№14 Масло сливочное порциями - (10г )</b>
томат паста-2г	<b>№43 Салат из моркови с изюмом- (60г)</b>	
	морковь -70г	
	сахар -3г	
хлеб пшеничный - 30г	изюм-6г	<b>Бананы свежие -(100г)</b>
хлеб ржаной - 30г	масло раст.-3г	бананы - 180

11 ДЕНЬ ( пятница )		
<b>№263 Рыба запеченная в омлете - (100г )</b>	<b>№139 Капуста тушеная - (150г)</b>	<b>№377 Чай с лимоном - (200г)</b>
рыба -100г	капуста свежая -215г	чай -0,5г
мука -3г	морковь-10г	сахар -15г
яйцо - 20г	масло раст.-2г	лимон - 7г
молоко - 8г	зелень-2г	аскарбиновая кислота -0,06г
масло слив. -5г	соль-0,5г	
соль - 0,7г	лук-10г	
	мука-2г	хлеб пшеничный - 30г
	томат-6г	хлеб ржаной - 30г
<b>№14 Масло сливочное порциями - (10г )</b>		<b>Яблоки свежие -(100г)</b>
12 ДЕНЬ ( суббота )		
<b>№319 Птица тушеная с овощами (230г)</b>	<b>№377 Чай с лимоном - (200г)</b>	<b>хлеб пшеничный - 30г</b>
Филе курицы -100г	чай -0,5г	<b>хлеб ржаной - 30г</b>
соль-1г	сахар -15г	
масло раст.- 4г	лимон -7г	
сметана-10г	аскарбиновая кислота -0,06г	<b>№14 Масло сливочное порциями - (10г )</b>
картофель-135г		
лук-10г		
мука-2г		
морковь-40г		<b>Сок фруктовый - (200г)</b>
томат паста-6г	<b>№ 41 Салат из моркови с яблоками - (60г)</b>	
	морковь-40г	
	яблоки-30г	
	масло раст. -3г	

50,87р

12 - дневное меню для организации питания детей в возрастных группах 7 - 11 лет 01.01.2021г.

<b>ОБЕД</b>		
<b>1 день ( понедельник )</b>		
<b>№102 Суп гороховый (200г)</b>	<b>№304 Тефтели мясные - (90г)</b>	<b>№21 Салат из белокочанной капусты с морковью - ( 60г)</b>
горох -20г	мясо -70г	
картофель - 46г	лук - 8г	морковь-12г
морковь -10г	рис-7г, мука-5г	капуста -60г
соль-2г	соль -1г,	раст.масло-3г.
зелень -0,5г, лук-8г,	масло раст.- 1г	соль-0,4г
раст.масло-4г	морковь -8г, вода -8г	
сметана - 7г	соус -мука-4г, соль-0,2г, масло слив.-2г,	
	томат-2г, лук-3г.	
<b>№14 Масло сливочное ( порциями )- (10г)</b>	<b>№128 Пюре картофельное - (150г )</b>	<b>№349 Компот из сухофруктов - (200г)</b>
	картофель-170г	сухие фрукты-15г
<b>№ Сок фруктовый - (200г)</b>	молоко-30г	сахар-12г
( в индивидуальной упаковке)	соль-1г	аскарбиновая кислота - 0,06г
	<b>Хлеб пшеничный -30г</b>	
	<b>Хлеб ржаной - 30г</b>	



2 день ( вторник )		
№82 Рассольник ленинградский-(250г)	№322 Котлеты куриные (80г)	№203Макаронны отварные с соусом
крупa перловая-10г	филе куриное-76г	(100/50г)
картофель-40г	хлеб-15г	вермишель -35г
морковь-10г.	соль-0,7г	слив.масло -2г
лук-7г	раст.масло-1г	соль-1г
срленные огурцы -15г	яйцо-3г,вода -10г,	
раст.масло -4г	сухари пониров.-7г	
соль-2г,вода-190г	морковь-10г	
сметана-7г		
зелень-0,5г		
№342 Компот из свежих плодов (200г)	№ 52 Салат из свеклы отварной с изюмом ( 60г)	№332 Соус сметанный с луком и томатом (50г)
яблоки -25г	свекла - 70г	сметана-5г
сахар-12г	изюм -5г	мука-4г
аскарбиновая кислота - 0,06г	масло раст.- 2г	соль - 0,4г
		лук-3г
		томат-2г
		сл.масло-1,5г
		вода 35г
Хлеб пшеничный -30г	№338 Яблоки свежие - (100г)	
Хлеб ржаной - 30г		

**3 день ( среда )**

<b>3 день ( среда )</b>		
<b>№245 Бефстроганов из говядины- (100 г)</b>	<b>№82 Борщ с капустой и картофелем (200г)</b>	<b>№342 Компот из свежих плодов (200г)</b>
мясо говяжье (б/к)-80г	капуста-25г,свекла -40г,морковь-10г,	яблоки -25г
морковь-3г	картофель-30г,томат -4г,раст.масло-4г,	сахар-12г
сметана-10г	соль-2г,лук -8г,сметана -7г,вода-200г.	аскарбиновая кислота - 0,06г
мука-4г	зелень-0,5г	
соль - 0,7г		
лук-7г		
томат-2г		
сл.масло-1,5г		
<b>№42Салат из моркови -(60г)</b>	<b>№303 Каша пшенная вязкая -(150г)</b>	<b>№ 219 Сыр российский - ( 10г)</b>
морковь -70г	крупа пшенная -40г	
масло раст.-2г	слив.масло -2г	
	соль-1г	
<b>Хлеб пшеничный -30г</b>	<b>№ 338 Бананы свежие - (100г)</b>	
<b>Хлеб ржаной - 30г</b>	банан - 180г	

**4 день ( четверг )**

<b>№104 Суп картофельный с мясными фрикадельками - (200г)</b>	<b>№272 Котлеты рыбные любительские - (100г)</b>	<b>№332 Соус сметанный с луком (50г)</b>
	рыба (минтай)-100г	сметана-5г
картофель-105г	морковь-20г	мука-4г
морковь-10г.	хлеб-10г	соль - 0,4г
лук-7г	лук-8г	лук-3г
раст.масло -3г	яйцо-3г	томат-2г
соль-2г	раст.масло-1г	сл.масло-1,5г
вода -140г	сухари пониров -8г	вода 35г
зелень-0,5г	соль-1г	
<b>Фрикадельки мясные - мясо б/к - 30г</b>	вода -10г	
рис-3г, морковь - 3г		
<b>№302Каша гречневая рассыпчатая-(150г)</b>	<b>№21Салат из белокочанной капусты(60г)</b>	<b>№350 Кисель (200г)</b>
крупа гречневая - 71г	капуста -60г	Кисель- 30г
слив.масло- 2г, соль-0,5г.	морковь-10г	Аскорбиновая кислота- 0,06г
	соль-0,3г	
<b>Хлеб пшеничный -30г</b>	раст.масло-2г.	<b>Яблоки свежие - (100г)</b>
<b>Хлеб ржаной - 30г</b>		

**5 день ( пятница )**

<b>5 день ( пятница )</b>		
<b>№87 Суп картофельный с фасолью- (200г )</b>	<b>№244Плов из отварной говядины- (150г)</b>	<b>№ 34 Салат из свеклы отварной - (60г)</b>
фасоль -16г	мясо говяжье б/к - 70г	свекла - 75г
картофель - 56г	крупа рисовая -35г	раст.масло -2г
морковь - 10г	морковь-17г	
раст.масло -4г	лук-7г	
соль - 2г	раст.масло - 6г	
лук -7г	соль -1,5г	
томат -3г		
<b>№349 Компот из сухофруктов - (200г)</b>	<b>№ Сок фруктовый - (200г)</b>	<b>Хлеб пшеничный -30г</b>
сухие фрукты-15г	( в индивидуальной упаковке)	<b>Хлеб ржаной - 30г</b>
сахар-12г		
аскарбиновая кислота - 0,06г		

**6 день ( суббота )**

<b>№82 Рассольник ленинградский со сметаной-(200г)</b>	<b>№290 Птица тушонная в сметанном соусе (100г)</b>	<b>№42 Салат из моркови с маслом - (60г)</b>
крупя перловая-10г	Филе куриное- 100г	морковь -75г
картофель-40г	сметана-10г	масло раст.-2г
морковь-10г.	мука-4г	
лук-7г, зелень -0,5г	соль - 1г	
срленные огурцы -15г	лук-5г	
раст.масло -4г,	томат-2г	
соль-2г, вода-190г	сл.масло-1,5г	<b>Хлеб ржаной - 30г</b>
сметана-7г	вода 35г	<b>Хлеб пшеничный -30г</b>
<b>№303 Каша пшенная вязкая -(150г)</b>	<b>№342 Компот из свежих плодов - (200г )</b>	<b>№14 Масло сливочное порциями - (10г)</b>
крупя пшенная -40г	яблоки -25г	
слив.масло -2г	сахар-12г	
соль-0,5г	аскарбиновая кислота - 0,06г	
		<b>Яблоки свежие - (100г)</b>

7 день ( понедельник )		
<b>№104 Суп картофельный с крупой - (200г)</b>	<b>№304 Тефтели мясные - (90г)</b>	<b>№45 Салат из белокочанной капусты(60г)</b>
картофель-105г	мясо -70г	морковь-10г
морковь-10г.	лук - 8г	капуста -60г
лук-7г	рис-7г,мука-5г	раст.масло-3г.
раст.масло -3г	соль -0,8г,яйцо -3г,	соль-0,4г
соль-2г	масло раст.- 1г	
пшено -7г, томат - 2г	морковь -8г,вода -8г	
зелень-0,5г,сметана -7г	соус -мука-4г,соль-0,2г,масло слив.-2г,	
	томат-2г,лук-3г.	
<b>№125 Картофель отварной (150г)</b>		<b>№15 Сыр порциями -(10г.)</b>
Картофель-200г		
Соль - 1г		
	<b>№350 Кисель (200г)</b>	<b>№338 Бананы свежие -(100г)</b>
	Кисель- 30г	банан-180г
Хлеб пшеничный -30г	Аскорбиновая кислота- 0,06г	
Хлеб ржаной - 30г		

**8 день ( вторник )**

<b>№88 Суп картофельный с вермишелью (200г)</b>	<b>№299 Котлеты рубленые из говядины (100 г)</b>	<b>№332 Соус сметанный с луком (50г)</b>
	мясо говяжье (б/к)-85г	сметана-5г
картофель -56г	морковь-10г	мука-4г
вермишель - 10г	хлеб-15г	соль - 0,4г
морковь - 10г	лук -7г	лук-3г
раст.масло -4г	соль -1г,сухари пониров.-7г,	томат-2г
соль - 2г	яйцо-3г,вода -15г,	сл.масло-1,5г
лук -7г	раст.масло-1г.	вода 35г
томат -3г		
сметана -7г.		
зелень - 0,5г		
<b>№ 52 Салат из свеклы отварной с изюмом - (60г)</b>	<b>№179 Каша перловая рассыпчатая(150г)</b>	<b>№349 Компот из сухофруктов - (200г)</b>
свекла - 70г	крупа перловая - 50г	сухие фрукты-15г
изюм -5г	слив.масло- 2г, соль-0,5г.	сахар-12г
масло раст. - 2г		аскарбиновая кислота - 0,06г
	<b>№ Сок фруктовый - (200г) ( в индивидуальной упаковке)</b>	
<b>Хлеб пшеничный -30г</b>		
<b>Хлеб ржаной - 30г</b>		

**9 день ( среда )**

<b>9 день ( среда )</b>		
<b>№82 Борщ с капустой и картофелем (200г)</b>	<b>№319 Птица тушеная в соусе с овощами (230г)</b>	<b>№441 Ватрушка с творогом (60г)</b>
капуста-25г,свекла -40г,морковь-10г,	филе куринное - 100г	мука-пшенич.-40г
картофель-30г,томат -4г,раст.масло-4г,	картофель - 135г	мука на подпыл-2г
соль-2г,лук -8г,сметана -7г,вода-200г.	соль-2г,морковь -17г,лук -10г,мука-2г,	сахар - 8г, творог -30г
зелень-0,5г	раст.масло -4г, томат паста-3г,	слив.масло -1,5г
		соль - 0,3г
	<b>Хлеб ржаной - 30г</b>	молоко - 15г
	<b>Хлеб пшеничный -30г</b>	дрожжи - 0,7г
		яйцо - 4г
		раст.масло- 0,9г.
<b>№42 Салат из моркови -(60г)</b>	<b>№342 Компот из свежих плодов (200г)</b>	<b>Яблоки свежие - (100г)</b>
морковь -75г	яблоки -25г	
масло раст.-2г	сахар-12г	
	аскарбиновая кислота - 0,06г	



**10 день ( четверг )**

<b>№102 Суп гороховый (200г)</b>	<b>№272 Котлеты рыбные любительские - (100г)</b>	<b>№45 Салат из белокочанной капусты(60г)</b>
горох -20г	рыба (минтай)-100г	морковь-12г
картофель - 46г	морковь-20г	капуста -60г
морковь -10г	хлеб-10г	раст.масло-3г.
соль-2г	лук-8г	соль-0,4г
зелень -0,5г	яйцо-3г	
раст.масло-4г	раст.масло-0,5г	
лук -8г	сухари пониров -8г	
сметана - 7г	соль-1г	
	вода -10г	
<b>№332 Соус сметанный с луком (50г)</b>	<b>№128 Пюре картофельное - (150г )</b>	<b>№349 Компот из сухофруктов - (200г)</b>
сметана-5г	картофель-170г	сухие фрукты-15г
мука-4г	молоко-30г	сахар-12г
соль - 0,4г	соль-0,5г	аскарбиновая кислота - 0,06г
лук-3г		
томат-2г	<b>Хлеб ржаной - 30г</b>	
сл.масло-1,5г	<b>Хлеб пшеничный -30г</b>	
вода 35г		
	<b>№ Сок фруктовый - (200г)</b>	
	( в индивидуальной упаковке)	



**12 день ( суббота )**

№87 Суп картофельный с фасолью- (200г )	№246 Гуляш из отварной говядины(100г)	№203 Макароны отварные с маслом (150г)
фасоль -16г	мясо говяжье (б/к) -80г,	Вермишель-54г
картофель - 56г	морковь-5г, лук -5г, мука -2,5г,	сл. масло -2г
морковь - 10г	раст.масло-3г, томат- 4г, соль-1г	соль- 0,5г
раст.масло -4г		
соль - 2г		
лук -7г		
томат -3г		
	<b>№ 42 Салат из моркови с изюмом (60г)</b>	
Хлеб пшеничный -30г	морковь-75г	<b>№ Яблоки свежие - (100г)</b>
Хлеб ржаной - 30г	масло раст.-2г	
	изюм - 5г	
	<b>№350 Кисель (200г)</b>	
	Кисель- 30г	
	Аскорбиновая кислота- 0,06г	