

«Утверждаю»
Директор МОБУ «Цвиллингская СОШ»
К.К.Кураисова



МЕНЮ
Понедельник

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Обед	1.Суп вермишелевый с мясом.	250	98
	3.Чай с сахаром	200	48,64
	4.Хлеб	40	97,35
	5.фрукты	100	57
	Итого за обед:		545,64
	Итого на обед		13 рублей

Повар: Сухова М.Е.

« Утверждаю»
Директор МОБУ «Цвиллингская СОШ»
К.К. Кураисова



МЕНЮ

Вторник

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	калорийность
Обед	1.Салат из свежей капусты «Витаминный»	150	28,6
	2.Гуляш, гарнир гороховое пюре	250	431,8
	3.Хлеб	40	97,35
	4. Компот	200	54
	5. Фрукты	100	57
	Итого за обед:		668,75
Итого на обед:		13 рублей	

Повар: Сухова М.Е

«Утверждаю»
Директор МОБУ «Цвиллинская СОШ»
К. К. Кураисова



МЕНЮ

Среда

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	калорийность
Обед	1.Жаркое по-домашнему	250	273,34
	2.Хлеб пшеничный	40	97,35
	3.Кисель	200	116,19
	4.фрукты	100	57
	Итого за обед:		543,68
	Итого на обед		13рублей

Повар: Сухова М.Е.

«Утверждаю»
Директор МОБУ «Цвиллингская СОШ»
К.К. Кураисова



МЕНЮ

Четверг

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	калорийность
Обед	1. Салат из свежих овощей	150	56,6
	2. Рыба тушеная. гарнир-макаронны	250	321
	4. Хлеб	40	97,35
	Итого за обед:		526,59
	Итого на обед		13 рублей

Повар: Сухова М.Е

«Утверждаю»
 Директор МОБУ «Цвиллингская СОШ»
 К.К. Кураисова



МЕНЮ

Пятница

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	калорийность
Обед	1.Винегрет	150	90,6
	2.Булочка домашняя	100	135
	3.Чай с сахаром	200	48,64
	4.Йогурт	100	50
	Итого за обед:		324,24
	Итого на обед		13 рублей

Повар: Сухова М.Е

«Утверждаю»
Директор МОБУ «Цвиллинская СОШ»



К.К. Кураисова

МЕНЮ

Понедельник

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	калорийность
Обед	1. Рассольник с мясом	250	84,62
	2. чай с сахаром и лимоном	200	61,62
	3. Хлеб	40	97,35
	4. Фрукты	100	57
	Итого на обед		300,59
	Итого на обед		13 рублей

Повар: Сухова М.Е

Директор МОБУ «Цивилинговская СОШ»
К.К. Кураисова



МЕНЮ

Вторник

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	калорийность
Обед	1.Салат из свежей капусты и моркови	150	56,6
	2.Гуляш,гарнир-макароны	250	475,32
	3.Хлеб	40	97,35
	4.Чай с сахаром	200	61,62
	5. фрукты	100	57
	Итого за обед:		747,89
	Итого на обед		13 рублей

Повар: Сухова М.Е.



«Утверждаю»
Директор МСБУ «Цивилиннская СОШ»
К. К. Кураисова

МЕНЮ

Среда

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	калорийность
Обед	1.Салат из свежих овощей	150	56,6
	2.Плов	250	328,8
	3.Компот	200	94
	4.Хлеб пшеничный	40	97,35
	5. фрукты	100	57
	Итого за обед:		633,75
Итого на обед:		13 рублей	

Повар: Сухова М.Е

«Утверждаю»
Директор МОБУ «Цвиллингская СОШ»
К.К. Кураисова



МЕНЮ

Четверг

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порций	калорийность
Обед	1. Борщ с мясом	250	145,5
	2. Чай с сахаром	200	48,64
	3. Хлеб пшеничный	40	97,35
	4. фрукты	100	57
	Итого за обед:		348,49
	Итого на обед:		13 рублей

Повар: Сухова М.Е

«Утверждаю»
Директор МОБУ «Цвиллингская СОШ»
К.К. Кураисова



МЕНЮ

Пятница

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	калорийность
Обед	1.Салат из свежих овощей	150	56,6
	2.Гуляш.гарнир-гречка	250	535,92
	3.Компот	200	61,62
	4.Хлеб	40	97,35
	5.Йогурт	100	50
	Итого на обед:		801,48
	Итого на обед:		13 рублей

Повар: Сухова М.Е