

Общество с ограниченной ответственностью  
«МЕГАПОЛИС»  
Ростовская область, г. Кагальник, ул. Мухоморова, д. 20  
ОГРН 11461860067

Утверждаю:  
Директор ООО "Мегаполис"  
В.А.Лысенко

Согласовано:  
Директор МБОУ ООШ № 20  
г. Сальский, Кагальник  
Е.В.Бунечко

**МЕНЮ**  
**Понедельник**  
первая неделя

№ п/п	Наименование блюд	выход порции	Калорийность блюда	стоимость блюда
<b>Завтрак для льготников</b>				
1	Котлеты рубленные с белокочанной капустой	60	106,80	23,74
2	Макаронные изделия отварные	100	146,30	7,66
3	Икра кабачковая	25	25,80	4,41
4	Кофейный напиток	200	37,80	3,38
5	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,69
	<b>Итого завтрак</b>	<b>425</b>	<b>421,20</b>	<b>41,88</b>
<b>Завтрак</b>				
1	Пудинг из творога (запеченный) с молоком сгущенным	150/20	255,20	48,78
2	Чай с сахаром	200/12	43,90	2,43
3	Фрукты свежие (апельсины)	150	66,60	23,68
	<b>Итого завтрак</b>	<b>532</b>	<b>365,70</b>	<b>74,89</b>
<b>Обед</b>				
1	Капуста, тушеная с мясом птицы	60	54,89	31,49
2	Пюре картофельное	150	151,40	17,76
3	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	4,13
4	Хлеб пшеничный	39	104,50	2,62
	<b>Итого обед</b>	<b>449</b>	<b>423,47</b>	<b>56,00</b>
<b>Обед ОВЗ</b>				
1	Суп картофельный с клецками	250	116,93	12,52
2	Капуста тушеная с мясом птицы	60	54,89	31,49
3	Пюре картофельное	150	151,44	17,76
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	4,13
5	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,69
	<b>Итого обед</b>	<b>700</b>	<b>540,44</b>	<b>68,59</b>

Ст. повар А.А.Иванов / Мамикова /





Утверждаю:

Директор ООО "Мегаполис"

В.А.Лысенко

Согласовано:

Директор МБОУ ООШ № 20

г. Сальский Кагальник

Е.В.Бунечко

# МЕНЮ

Среда

первая неделя

№ п/п	Наименование блюд	выход порции	Калорийность блюда	стоимость блюда
<b>Завтрак для льготников</b>				
1	Сосиски отварные	50	126,40	22,50
2	Макаронные изделия отварные	120	175,60	8,51
3	Салат из квашеной капусты	25	28,40	5,38
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	2,43
5	Хлеб пшеничный	45	117,56	3,06
<b>Итого завтрак</b>		<b>452</b>	<b>491,86</b>	<b>41,88</b>
<b>Завтрак</b>				
1	Нагетсы куриные	90	186,00	43,68
2	Макаронные изделия отварные	150	219,50	10,59
3	Соус томатный с овощами	30	22,20	2,48
4	Салат из квашеной капусты с зеленым горошком	40	27,20	8,61
5	Кофейный напиток на молоке сгущенном	200	91,20	6,84
6	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,69
<b>Итого завтрак</b>		<b>550</b>	<b>650,60</b>	<b>74,89</b>
<b>Обед</b>				
1	Птица отварная	75	116,10	34,19
2	Картофель запеченный	100	98,00	10,89
3	Винегрет овощной	30	33,50	4,77
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	4,13
5	Хлеб пшеничный	30	78,38	2,02
<b>Итого обед</b>		<b>435</b>	<b>438,66</b>	<b>56,00</b>
<b>Обед ОВЗ</b>				
1	Суп картофельный с бобовыми (горохом)	250	166,43	12,75
2	Птица отварная	60	92,88	26,14
3	Картофель запеченный	100	98,00	10,89
4	Соус томатный	20	14,00	1,35
5	Овощи соленые (помидоры)	30	17,90	4,77
6	Сок фруктовый	200	82,80	10,00
7	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,69
<b>Итого обед</b>		<b>700</b>	<b>576,51</b>	<b>68,59</b>

Ст. повар

*В.И.*

*Мамыкина*



Утверждаю:

Директор ООО "Мегаполис"

В.А.Лысенко

Согласовано:

Директор МБОУ ООШ № 20

х. Сальский Кагальник

Е.В.Бунечко

**МЕНЮ**  
**Четверг**  
первая неделя

№ п/п	Наименование блюд	выход порции	Каллорийность блюда	стоимость блюда
<b>Завтрак для льготников</b>				
1	Каша вязкая молочная "Дружба"	200	208,00	20,46
2	Пирожок с повидлом (собст.производство)	75	275,00	18,99
3	Чай с сахаром	200/12	43,90	2,43
<b>Итого завтрак</b>		<b>487</b>	<b>526,90</b>	<b>41,88</b>
<b>Завтрак</b>				
1	Каша вязкая молочная "Дружба"	200	208,00	20,46
2	Яйца вареные	40	77,00	10,50
3	Пирожок с повидлом (собст.производство)	100	275,00	24,00
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	2,43
5	Фрукты свежие	150	66,60	17,50
<b>Итого завтрак</b>		<b>702</b>	<b>670,50</b>	<b>74,89</b>
<b>Обед</b>				
1	Жаркое по-домашнему	220	248,27	44,95
2	Овощи соленые (огурцы)	20	4,90	3,83
3	Чай с лимоном	200/12/7	60,00	5,20
4	Хлеб пшеничный	30	78,38	2,02
<b>Итого обед</b>		<b>489</b>	<b>391,55</b>	<b>56,00</b>
<b>Обед ОВЗ</b>				
1	Борщ с капустой и картофелем	250	218,75	15,21
2	Жаркое по-домашнему	220	248,27	44,95
3	Овощи соленые (огурцы)	25	5,00	3,98
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	2,43
5	Хлеб пшеничный	30	78,38	2,02
<b>Итого обед</b>		<b>737</b>	<b>594,30</b>	<b>68,59</b>

Ст. повар ММ / Мамылова /



ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ  
ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ

Утверждаю:

Директор ООО "Мегаполис"

В.А.Лысенко

Согласовано:

Директор МБОУ ООШ № 20

г. Сальский Кагальник

Е.В.Бунечко

**МЕНЮ**

Пятница

первая неделя

№ п/п	Наименование блюд	выход порции	Калорийность блюда	стоимость блюда
<b>Завтрак для льготников</b>				
1	Котлеты рубленые из птицы	60	115,19	24,84
2	Пюре картофельное	100	92,93	11,57
3	Кофейный напиток	200	37,80	3,38
4	Хлеб пшеничный	31	80,99	2,09
<b>Итого завтрак</b>		<b>391</b>	<b>326,91</b>	<b>41,88</b>
<b>Завтрак</b>				
1	Котлеты рубленые из птицы	90	232,78	36,65
2	Пюре картофельное	150	151,40	17,76
3	Винегрет овощной	50	55,92	9,34
4	Кофейный напиток на молоке	200	86,00	8,45
5	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,69
<b>Итого завтрак</b>		<b>530</b>	<b>630,60</b>	<b>74,89</b>
<b>Обед</b>				
1	Плов из птицы	200	361,00	36,92
2	Салат из квашеной капусты	35	39,70	6,72
3	Сок фруктовый	200	82,80	10,00
4	Хлеб пшеничный	35	91,44	2,36
<b>Итого обед</b>		<b>470</b>	<b>574,94</b>	<b>56,00</b>
<b>Обед ОВЗ</b>				
1	Суп картофельный с крупой (пшено)	250	168,60	12,59
2	Плов из птицы	220	386,24	40,30
3	Зеленый горошек консервированный	25	20,88	7,30
4	Напиток яблочный	200	64,00	5,71
5	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,69
<b>Итого обед</b>		<b>735</b>	<b>744,22</b>	<b>68,59</b>

Ст. повар

*В.В.*

*Малькова*



Утверждаю:

Директор ООО "Мегаполис"

В.А.Лысенко

Согласовано:

Директор МБОУ ООШ № 20

Сальский Кагальник

Е.В.Бунечко

# МЕНЮ

Понедельник

вторая неделя

№ п/п	Наименование блюд	выход порции	Калорийность блюда	стоимость блюда
<b>Завтрак для льготников</b>				
1	Тефтели из птицы с соусом	60/30	126,40	26,54
2	Картофель запеченный	100	98,00	10,89
3	Чай с сахаром	200/12	43,90	2,43
4	Хлеб пшеничный	30	78,38	2,02
<b>Итого завтрак</b>		<b>432</b>	<b>346,68</b>	<b>41,88</b>
<b>Завтрак</b>				
1	Хлопья из круп сладкие с молоком	200	124,00	29,39
2	Круассан с начинкой	80	389,90	22,80
3	Чай с лимоном	200/12/7	60,00	5,20
4	Фрукты свежие (яблоки)	150	66,60	17,50
<b>Итого завтрак</b>		<b>649</b>	<b>640,50</b>	<b>74,89</b>
<b>Обед</b>				
1	Котлеты мясо-картофельные по-хлыновски	80	135,57	30,07
2	Пюре картофельное	150	151,40	17,76
3	Соус томатный	20	14,00	1,35
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	4,13
5	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,69
<b>Итого обед</b>		<b>490</b>	<b>518,15</b>	<b>56,00</b>
<b>Обед ОВЗ</b>				
1	Свекольник со сметаной	250	110,38	12,04
2	Нагетсы куриные	80	186,00	38,83
3	Пюре картофельное	100	92,93	11,57
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	4,13
5	Хлеб пшеничный	30	78,38	2,02
<b>Итого обед</b>		<b>660</b>	<b>580,37</b>	<b>68,59</b>

Ст. повар

ДМ

/ Мамкина /



Утверждаю:

Директор ООО "Метapolis"

В.А.Лысенко

Согласовано:

Директор МБОУ ООШ № 20

г. Сальский Кагальник

Е.В.Бунечко

## МЕНЮ

Вторник

вторая неделя

№ п/п	Наименование блюд	выход порции	Калорийность блюда	стоимость блюда
<b>Завтрак для льготников</b>				
1	Биточки рубленые из птицы	60	118,63	22,91
2	Рис припущенный	100	179,30	7,52
3	Соус томатный с овощами	20	22,20	2,28
4	Салат из свеклы	30	22,80	3,43
5	Кофейный напиток	200	37,80	3,38
6	Хлеб пшеничный	35	91,44	2,36
	<b>Итого завтрак</b>	<b>445</b>	<b>472,17</b>	<b>41,88</b>
<b>Завтрак</b>				
1	Котлеты мясо-картофельные по-хлыновски	90	169,46	35,08
2	Рис припущенный	150	196,90	11,28
3	Соус томатный с овощами	30	22,20	2,48
4	Салат из свеклы	40	30,40	4,37
5	Кофейный напиток на молоке сгущенном	200	91,20	6,84
6	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,69
7	Сыр "Российский" (порциями)	15	53,75	12,15
	<b>Итого завтрак</b>	<b>565</b>	<b>668,41</b>	<b>74,89</b>
<b>Обед</b>				
1	Гуляш	50/50	115,85	41,40
2	Каша вязкая ячневая	100	154,00	4,18
3	Салат из свеклы	30	22,80	3,43
4	Кисель плодово-ягодный	200	142,20	4,97
5	Хлеб пшеничный	30	78,38	2,02
	<b>Итого обед</b>	<b>460</b>	<b>513,23</b>	<b>56,00</b>
<b>Обед ОВЗ</b>				
1	Суп картофельный с клецками	250	116,93	12,52
2	Гуляш	40/40	92,68	37,18
3	Каша вязкая пшеничная	120	123,86	5,39
4	Зеленый горошек консервированный	20	16,70	5,84
5	Кисель плодово-ягодный	200	142,20	4,97
6	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,69
	<b>Итого обед</b>	<b>710</b>	<b>596,87</b>	<b>68,59</b>

Ст. повар

*Лы*

*Малыкова*



Утверждаю:

Директор ООО "Мегаполис"

В.А.Лысенко

Согласовано:

Директор МБОУ ООШ № 20

г. Сальский Кагальник

Е.В.Бунечко

# МЕНЮ

Среда

вторая неделя



№ п/п	Наименование блюд	выход порции	Каллорийность блюда	стоимость блюда
<b>Завтрак для льготников</b>				
1	Мясо тушеное с овощами	40/40	123,90	29,43
2	Макаронные изделия отварные	100	146,30	7,66
3	Чай с сахаром	200/12	43,90	2,43
4	Хлеб пшеничный	35	91,44	2,36
<b>Итого завтрак</b>		<b>427</b>	<b>405,54</b>	<b>41,88</b>
<b>Завтрак</b>				
1	Мясо тушеное с овощами	50/50	154,88	38,59
2	Макаронные изделия отварные	150	219,50	10,59
3	Салат из квашеной капусты	35	39,70	7,53
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	2,43
5	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,60
6	Печенье "Галюня" с какао-молочной начинкой	40	174,80	13,06
<b>Итого завтрак</b>		<b>577</b>	<b>737,28</b>	<b>74,80</b>
<b>Обед</b>				
1	Оладьи с молоком сгущенным	130/20	209,70	27,12
2	Чай с лимоном	200/12/7	60,00	5,20
3	Фрукты свежие (апельсины)	150	66,60	23,68
<b>Итого обед</b>		<b>519</b>	<b>336,30</b>	<b>56,00</b>
<b>Обед ОВЗ</b>				
1	Борщ с капустой и картофелем	250	218,75	15,21
2	Оладьи с молоком сгущенным	150/20	242,00	28,56
3	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	4,13
4	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,69
5	Сок "Диас" т/п 0,2	1/200	86,60	18,00
<b>Итого обед</b>		<b>860</b>	<b>764,53</b>	<b>68,59</b>

Ст. повар

Иван | Малыкова |





Утверждаю:

директор ООО "Мегалполис"

В.А.Лысенко

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ № 20

Х.Сальский Кагальник

Е.В.Бунечко

## МЕНЮ

Четверг

вторая неделя

№ п/п	Наименование блюда	выход порции	Калорийность блюда	стоимость блюда
<b>Завтрак для льготников</b>				
1	Каша боярская (из пшена с изюмом)	200	145,00	23,73
2	Блинчики с фруктовой начинкой	60	167,50	15,72
3	Чай с сахаром	200/12	43,90	2,43
<b>Итого завтрак</b>		<b>472</b>	<b>356,40</b>	<b>41,88</b>
<b>Завтрак</b>				
1	Плов из птицы	230	415,04	45,51
2	Винегрет овощной	50	55,92	9,34
3	Чай с лимоном	200/12/7	60,00	5,20
4	Хлеб пшеничный	40	104,50	2,69
5	Сыр "Российский" (порциями)	15	53,75	12,15
<b>Итого завтрак</b>		<b>554</b>	<b>689,21</b>	<b>74,89</b>
<b>Обед</b>				
1	Котлеты рубленые из птицы	90	232,78	36,65
2	Каша рассыпчатая гречневая	100	155,80	11,08
3	Соус томатный с овощами	25	18,50	2,12
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	4,13
5	Хлеб пшеничный	30	78,38	2,02
<b>Итого обед</b>		<b>445</b>	<b>598,14</b>	<b>56,00</b>
<b>Обед ОВЗ</b>				
1	Суп-лапша домашняя	250	149,50	11,54
2	Котлеты рубленые из птицы	80	206,90	33,95
3	Каша рассыпчатая гречневая	100	155,80	11,08
4	Сок фруктовый	200	82,80	10,00
5	Хлеб пшеничный	30	78,38	2,02
<b>Итого обед</b>		<b>660</b>	<b>673,38</b>	<b>68,59</b>

Ст. повар

М

Малькова

