

Согласовано
 Директор общеобразовательной организации



Меню школьника
 Столовой общеобразовательной организации

02 октября 2023 г.
 Понедельник (7 день)

Наименование блюд	7 - 11 лет			12 - 18 лет		
	Масса порции, г	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции, г	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)

Завтрак (в т.ч. ОБЗ)

Фрикадельки куриные в соусе(филе куриное, лук, морковь, хлеб, яйцо, мука, томат.паста, сахар, сметана, масло раст.)	95		153,44	110		177,66
Макаронные изделия отварные(макаронные изд.,масло сл.)	160		235,2	200		294
Фруктовый чай с яблоком (яблоки, чай, сахар)	200		92,8	200		92,8
Хлеб пшеничный	45		105,75	50		117,5
Итого за завтрак	500	62,03	587,19	560	73,88	681,96

Дополнительное питание (ОБЗ)


Бутерброд с повидлом (хлеб,масло слив.,повидло)	25		77,5	-		-
Бутерброд с сыром (2-й вариант) (хлеб, масло слив.сыр)	-		-	32		111,72
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54	200		60
Итого за дополнительное питание	205	9,27	131,5	232	22,39	171,72

Обед (2 смена)(в т.ч. ОБЗ)

Винегрет овощной (2-й вариант) (картофель, свекла, морковь, огурцы, лук, зеленый горошек, масло раст.)	60		58	100		96,25
Щи из свежей капусты с картофелем (капуста, картофель, морковь, лук, масло слив., томатная паста)	200		66,4	250		83
Фрикадельки куриные в соусе(филе куриное, лук, морковь, хлеб, яйцо, мука, томат.паста, сахар, сметана, масло раст.)	100		161,52	100		161,51
Макаронные изделия отварные(макаронные изд.,масло сл.)	160		235,2	180		264,6
Чай апельсиновый (чай, апельсины, сахар)	200		94,08	200		94,08
Хлеб пшеничный	30		70,5	45		105,75
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20		36,2	30		54,3
Итого за обед	770	90,61	721,9	905	102,54	859,49

Дополнительное питание (ОБЗ)

Бутерброд с повидлом (хлеб,масло слив.,повидло)	25		77,5			
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54			
Итого за дополнительное питание	205	9,27	131,5			

Зав. Производством: Кудерова М.Н. 

Калькулятор: Вдовкина С.А. 

Согласовано
Директор общеобразовательной организации



Меню школьника
Столовой общеобразовательной организации

03 октября 2023 г.

Вторник (8 день)

Наименование блюд	7 - 11 лет			12 - 18 лет		
	Масса порции, г	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции, г	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)

Завтрак (в т.ч. ОВЗ)

Помидоры свежие (порциями)	35		8,4	60		14,4
Гуляш (мясо, лук, томат.паста, масло раст, мука)	90		118,8	110		145,2
Пюре из гороха с маслом (горох, масло сл.)	150		210	180		252
Чай с лимоном (чай, лимоны, сахар)	200		61,62	200		61,62
Хлеб пшеничный	30		70,5	50		117,5
Итого за завтрак	505	62,03	469,32	600	80,05	590,72

Дополнительное питание (ОВЗ)


Печенье	36		154,41	70		300,24
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54	200		60
Итого за дополнительное питание	216	9,27	208,41	270	16,22	360,24

Обед (2 смена)(в т.ч. ОВЗ)

Салат из свежих огурцов (огурцы, масло раст.)	60		61,2	100		102
Суп "Кудрявый"(картофель,морковь,лук,яйцо,масло сл.,сметана)	200		99,42	250		124,28
Гуляш (мясо, лук, томат.паста, масло раст, мука)	90		118,8	100		132
Пюре из гороха с маслом (горох, масло сл.)	150		210	180		252
Фруктовый чай с яблоком (яблоки, чай, сахар)	200		92,8	200		92,8
Хлеб пшеничный	30		70,5	40		94
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20		36,2	30		54,3
Итого за обед	750	90,61	688,92	900	113,91	851,38

Дополнительное питание (ОВЗ)

Печенье	36		154,41			
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54			
Итого за дополнительное питание	216	9,27	208,41			

Зав. Производством: Кудерова М.Н. 

Калькулятор: Вдовкина С.А. 

Согласовано

Директор общеобразовательной организации



Меню школьника
Столовой общеобразовательной организации

04 октября 2023 г.

Среда (9 день)

Наименование блюд	7 - 11 лет			12 - 18 лет		
	Масса порции, г	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции, г	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)

Завтрак (в т.ч. ОВЗ)

Фрикадельки рыбные с томатным соусом (филе минтая, морковь, лук, хлеб, яйцо, томатная паста, масло сл., сахар, мука)	96		107,35	120		135,6
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло слив.)	165		179,85	200		218
Кисель из концентрата плодового или ягодного (кисель, сахар)	200		122	200		122
Хлеб пшеничный	45		105,75	50		117,5
Итого за завтрак	506	62,03	514,95	570	75,27	593,1

Дополнительное питание (ОВЗ)


Бутерброд с сыром (2-й вариант) (хлеб, масло слив. сыр)	-		-	30		104,74
Бутерброд с маслом (хлеб, масло слив.)	25		85	-		-
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54	200		60
Итого за дополнительное питание	205	9,27	139	230	21,00	164,74

Обед (2 смена) (в т.ч. ОВЗ)

Салат "Радуга" (капуста, морковь, свекла, яблоки, масло раст., сахар, лимон.кисл.)	60		75,46	100		125,77
Суп картофельный с бобовыми (картофель, горох, лук, морковь, масло раст.)	200		107,8	250		134,75
Фрикадельки рыбные с томатным соусом (филе минтая, морковь, лук, хлеб, яйцо, томатная паста, масло сл., сахар, мука)	100		113	106		119,78
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло слив.)	170		185,3	180		196,2
Сок фруктовый	200		92	200		92
Хлеб пшеничный	35		82,25	45		105,75
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	25		45,25	30		54,3
Итого за обед	790	90,61	701,06	911	109,35	828,55

Дополнительное питание (ОВЗ)

Бутерброд с маслом (хлеб, масло слив.)	25		85			
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54			
Итого за дополнительное питание	205	9,27	139			

Зав. Производством: Кудерова М.Н. Калькулятор: Вдовкина С.А. 



Согласовано

Директор общеобразовательной организации

Меню школьника
Столовой общеобразовательной организации

05 октября 2023 г.

Четверг (10 день)

Наименование блюд	7 - 11 лет			12 - 18 лет		
	Масса порции, г	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции, г	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)

Завтрак (в т.ч. ОБЗ)

Бутерброд горячий (батон, масло слив., сыр, сметана)	60	129,82	75	162,28
Каша рисовая вязкая (крупа рисовая, молоко, сахар, масло сл.)	200	228	250	285
Чай с молоком (молоко цельное, чай)	200	89,32	200	89,32
Хлеб пшеничный	40	94	45	105,75
Итого за завтрак	500	62,03	541,14	570 76,28 642,35

Дополнительное питание (ОБЗ)

Вафли	25	87,5	55	192,5
Чай с сахаром (чай, сахар)	180	54	180	54
Итого за дополнительное питание	205	9,27	141,5	235 19,99 246,5

Обед (2 смена)(в т.ч. ОБЗ)

Салат из свеж помидоров (помидоры свежие, масло раст., соль)	60	66	100	110
Борщ с капустой и картофелем (свекла, капуста, картофель, морковь, лук, томатная паста, масло слив., сахар)	200	76	250	95
Котлеты "Клас-сные" (филе куриное, лук, морковь, хлеб, сухари, масло раст.)	90	180,51	100	200,57
Макаронные изделия отварные(макаронные изд., масло сл.)	150	220,5	180	264,6
Чай с сахаром (чай, сахар)	200	60	200	60
Хлеб пшеничный	25	58,75	35	92,53
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	36,2	25	45,25
Итого за обед	745	90,61	697,96	890 117,32 867,95

Дополнительное питание (ОБЗ)

Вафли	25	87,5		
Чай с сахаром (чай, сахар)	180	54		
Итого за дополнительное питание	205	9,27	141,5	

Зав. Производством: Кудерова М.Н. _____

Калькулятор: Вдовкина С.А. _____

Согласовано

Директор общеобразовательной организации



Меню школьника
Столовой общеобразовательной организации

06 октября 2023 г.

Пятница (11 день)

Наименование блюд	7 - 11 лет			12 - 18 лет		
	Масса порции, г	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции, г	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)

Завтрак (в т.ч. ОВЗ)

Тефтели (1-й вариант) (мясо говядины, хлеб, лук, морковь, масло сл., мука, сахар, томатная паста)	90		209,4	110		255,93
Каша вязкая (гречневая) (крупа гречневая, масло сл.)	170		193,8	200		228
Чай с лимоном (чай, лимоны, сахар)	200		61,62	200		61,62
Хлеб пшеничный	40		94	50		117,5
Итого за завтрак	500	62,03	558,82	560	75,90	663,05

Дополнительное питание (ОВЗ)

Пряники	45		185,29	45		185,29
Бутерброд с повидлом (хлеб, масло слив., повидло)				40		128
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54	200		60
Итого за дополнительное питание	225	9,27	239,29	285	20,37	373,29

Обед (2 смена)(в т.ч. ОВЗ)

Салат витаминный (капуста, морковь, яблоки, сахар, масло растительное, лимонная кислота, соль)	60		82,8	100		138
Рассольник Ленинградский (картофель, морковь, лук, перловая крупа, огурцы сол.)	200		96,6	250		120,75
Тефтели (1-й вариант) (мясо говядины, хлеб, лук, морковь, масло сл., мука, сахар, томатная паста)	90		209,4	100		232,67
Каша вязкая (гречневая) (крупа гречневая, масло сл.)	160		182,4	180		205,2
Компот из смеси сухофруктов (сухофрукты, сахар)	200		113,79	200		113,79
Хлеб пшеничный	35		82,25	45		105,75
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30		54,3	30		54,3
Итого за обед	775	90,61	821,54	905	107,70	970,46

Дополнительное питание (ОВЗ)

Пряники	45		185,29			
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54			
Итого за дополнительное питание	225	9,27	239,29			

Зав. Производством: Кудерова М.Н. _____

Калькулятор: Вдовкина С.А. _____