

Согласовано
 Директор общеобразовательной организации



Меню школьника
 Столовой общеобразовательной организации

04 сентября 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.)	90		145,36	110		177,66
Макаронные изделия отварные(макаронные изд.,масло сл.)	180		264,6	200		294
Фруктовый чай (чай, апельсины,лимоны, сахар)	200		91	200		
Хлеб пшеничный	35		82,25	50		117,5
Итого за завтрак	505	62,03	583,21	560	76,10	589,16

Дополнительное питание (ОБЗ)

Бутерброд с повидлом (хлеб,масло слив.,повидло)	30		93	-		-
Бутерброд с сыром (2-й вариант) (хлеб, масло слив.сыр)	-		-	30		104,74
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54	200		60
Итого за дополнительное питание	210	9,27	147	230	20,17	164,74

Обед (2 смена)(в т.ч. ОБЗ)

Винегрет овощной (2-й вариант) (картофель, свекла, морковь, огурцы, лук, зеленый горошек, масло раст.)	60		58			
Суп "Кудрявый"(картофель,морковь,лук,яйцо,масло сл.,сметана)	200		99,42			
Фрикадельки куриные в соусе(филе куриное, лук, морковь, хлеб, яйцо, мука, томат.паста, сахар, сметана, масло раст.)	90		145,36			
Макаронные изделия отварные(макаронные изд.,масло сл.)	150		220,5			
Чай апельсиновый (чай, апельсины, сахар)	200		94,08			
Хлеб пшеничный	30		70,5			
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	25		45,25			
Итого за обед	755	90,61	733,11			

Дополнительное питание (ОБЗ)

Бутерброд с повидлом (хлеб,масло слив.,повидло)	30		93			
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54			
Итого за дополнительное питание	210	9,27	147			

Обед

Винегрет овощной (2-й вариант) (картофель, свекла, морковь, огурцы, лук, зеленый горошек, масло раст.)	60		58			
Суп "Кудрявый"(картофель,морковь,лук,яйцо,масло сл.,сметана)	200		99,42			
Гуляш (мясо свинины, масло слив., лук, томатная паста, мука)	100		132			
Каша вязкая (пшеничная) (крупа пшеничная, масло сл.)	150		178,5			
Компот из свежих плодов (яблоки,сахар,лим.кисл)	200		142			
Хлеб пшеничный	30		70,5			
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	25		45,25			
Итого за обед	765	90,02	725,67			

Зав. Производством: Кудерова М.Н.

Калькулятор: Вдовкина С.А.

Согласовано
Директор общеобразовательной организации



Меню школьника
Столовой общеобразовательной организации

05 сентября 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. ОБЗ)

Помидоры свежие (порциями)	60		14,4	60		14,4
Плов (филе куриное, крупа рисовая, лук, морковь, масло раст., соль)	190		402,5	240		420,27
Чай с сахаром (чай, сахар)	200		60	200		60
Хлеб пшеничный	50		117,5	50		117,5
Итого за завтрак	500	62,03	594,40	550	78,98	612,17

Дополнительное питание (ОБЗ)

Печенье	40		171,57	80		343,14
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54	200		60
Итого за дополнительное питание	220	9,27	225,57	280	17,29	403,14

Обед (2 смена)(в т.ч. ОБЗ)

Салат из свежих огурцов (огурцы, масло раст.)	60		61,2			
Щи из свежей капусты с картофелем (капуста, картофель, морковь, лук, масло слив., томатная паста)	200		66,4			
Плов (филе куриное, крупа рисовая, лук, морковь, масло раст., соль)	225		394			
Фруктовый чай с яблоком (яблоки, чай, сахар)	200		92,8			
Хлеб пшеничный	30		70,5			
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30		54,3			
Итого за обед	745	90,61	739,2			

Дополнительное питание (ОБЗ)

Печенье	40		171,57			
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54			
Итого за дополнительное питание	220	9,27	225,57			

Обед

Салат из свежих огурцов (огурцы, масло раст.)	60		61,2			
Щи из свежей капусты с картофелем (капуста, картофель, морковь, лук, масло слив., томатная паста)	200		66,4			
Шницель детский (филе куриное, мясо говядины, лук, масло раст., сухари панировочные, хлеб, соль.)	90		206,96			
Пюре из гороха с маслом (горох, масло сл.)	150		240,15			
Чай апельсиновый (чай, апельсины, сахар)	200		94,08			
Хлеб пшеничный	30		70,5			
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30		54,3			
Итого за обед	760	98,67	793,59			

Зав. Производством: Кудерова М.Н. 

Калькулятор: Вдовкина С.А. 

Согласовано
 Директор общеобразовательной организации



Меню школьника
 Столовой общеобразовательной организации

06 сентября 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. ОБЗ)

Фрикадельки рыбные с томатным соусом (филе минтая, морковь, лук, хлеб, яйцо, томатная паста, масло сл., сахар, мука)	96		108,48	120		135,6
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло слив.)	165		179,85	200		218
Чай с лимоном (чай, лимоны, сахар)	200		61,62	200		61,62
Хлеб пшеничный	50		94	50		117,5
Итого за завтрак	511	62,03	443,95	570	74,41	532,72

Дополнительное питание (ОБЗ)

Бутерброд с маслом (хлеб, масло слив.)	25		85	-		-
Бутерброд с сыром (2-й вариант) (хлеб, масло слив. сыр)	-		-	35		122,2
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54	180		54
Итого за дополнительное питание	205	9,27	139	215	21,86	176,2

Обед (2 смена)(в т.ч. ОБЗ)

Салат "Радуга" (капуста, морковь, свекла, яблоки, масло раст., сахар, лимон.кисл.)	60		75,46			
Суп картофельный с бобовыми (картофель, горох, лук, морковь, масло раст.)	200		107,8			
Фрикадельки рыбные с томатным соусом (филе минтая, морковь, лук, хлеб, яйцо, томатная паста, масло сл., сахар, мука)	106		119,78			
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло слив.)	150		163,5			
Компот из свежих плодов (яблоки, сахар, лим.кисл.)	200		142			
Хлеб пшеничный	30		70,5			
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	25		45,25			
Итого за обед	771	90,61	724,29			

Дополнительное питание (ОБЗ)

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

Обед

Салат "Радуга" (капуста, морковь, свекла, яблоки, масло раст., сахар, лимон.кисл.)	60		75,46			
Суп картофельный с бобовыми (картофель, горох, лук, морковь, масло раст.)	200		107,8			
Каша перловая с мясом и овощами(крупа перловая, мясо свинины, морковь, лук, масло раст.)	200		381,7			
Компот из смеси сухофруктов (сухофрукты, сахар)	200		113,79			
Хлеб пшеничный	30		70,5			
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	25		45,25			
Итого за обед	715	77,23	794,5			

Зав. Производством: Кудерова М.Н. _____

Калькулятор: Вдовкина С.А. _____

Согласовано
Директор общеобразовательной организации



Меню школьника
Столовой общеобразовательной организации

07 сентября 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)	65		140,64	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	35		82,25	45		105,75
Итого за завтрак	500	62,03	540,21	570	74,73	642,35

Дополнительное питание (ОБЗ)

Вафли	30		105	80		280
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54	200		60
Итого за дополнительное питание	210	9,27	159	280	21,54	340

Обед (2 смена)(в т.ч. ОБЗ)

Салат из свеж помидоров (помидоры свежие, масло раст., соль)	60		66			
Борщ с капустой и картофелем (свекла, капуста, картофель, морковь, лук, томатная паста, масло слив., сахар)	200		76			
Котлеты "Клас-сные" (филе куриное, лук, морковь, хлеб, сухари, масло раст.)	90		180,51			
Макаронные изделия отварные(макаронные изд.,масло сл.)	150		220,5			
Чай апельсиновый (чай, апельсины, сахар)	200		94,08			
Хлеб пшеничный	25		58,75			
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20		36,2			
Итого за обед	745	90,61	732,04			

Дополнительное питание (ОБЗ)

Вафли	30		105			
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54			
Итого за дополнительное питание	210	9,27	159			

Обед

Салат из свеж помидоров (помидоры свежие, масло раст., соль)	60		66			
Борщ с капустой и картофелем (свекла, капуста, картофель, морковь, лук, томатная паста, масло слив., сахар)	200		76			
Котлеты "Клас-сные" (филе куриное, лук, морковь, хлеб, сухари, масло раст.)	90		180,51			
Макаронные изделия отварные(макаронные изд.,масло сл.)	150		220,5			
Чай апельсиновый (чай, апельсины, сахар)	200		94,08			
Хлеб пшеничный	25		58,75			
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20		36,2			
Итого за обед	745	90,61	732,04			

Зав. Производством: Кудерова М.Н.

Калькулятор: Вдовкина С.А.

Согласовано
 Директор общеобразовательной организации



Меню школьника
 Столовой общеобразовательной организации

08 сентября 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. ОБЗ)

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.)	180		205,2	200		228
Фруктовый чай с яблоком (яблоки, чай, сахар)	200		92,8	200		92,8
Хлеб пшеничный	35		82,25	50		117,5
Итого за завтрак	505	62,03	589,65	560	76,24	694,23

Дополнительное питание (ОБЗ)

Пряники	45		185,29	60		247,05
Бутерброд с повидлом (хлеб, масло слив., повидло)				30		96
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54	200		54
Итого за дополнительное питание	225	9,27	239,29	290	20,03	397,05

Обед (2 смена)(в т.ч. ОБЗ)

Салат витаминный (капуста, морковь, яблоки, сахар, масло растительное, лимонная кислота, соль)	60		82,8			
Рассольник Ленинградский (картофель, морковь, лук, перловая крупа, огурцы сол.)	200		96,6			
Тефтели (1-й вариант) (мясо говядины, хлеб, лук, морковь, масло сл., мука, сахар, томатная паста)	90		209,4			
Каша вязкая (гречневая) (крупа гречневая, масло сл.)	150		171			
Сок фруктовый	200		32,4			
Хлеб пшеничный	30		70,5			
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30		54,3			
Итого за обед	760	90,61	717			

Дополнительное питание (ОБЗ)

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

Обед

Салат витаминный (капуста, морковь, яблоки, сахар, масло растительное, лимонная кислота, соль)	60		82,8			
Рассольник Ленинградский (картофель, морковь, лук, перловая крупа, огурцы сол.)	200		96,6			
Рагу из птицы (картофель, лук, морковь, филе куриное, мука в/с, томат паста, масло раст.)	230		296,31			
Кисель с витаминами «Киселек детский Витошка»	200		74			
Хлеб пшеничный	30		70,5			
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30		54,3			
Итого за обед	750	94,36	674,51			

Зав. Производством: Кудерова М.Н.

Калькулятор: Вдовкина С.А.