

Согласовано
Директор общеобразовательной организации



Меню школьника
Столовой общеобразовательной организации

09 октября 2023 г.
Понедельник (1 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
Котлета аппетитная (филе куриное, фарш говядины, лук, морковь, хлеб, сухари, сыр, масло раст., соль)	60		149,48	80		199,31
Макаронные изделия отварные(макаронные изд.,масло сл.)	160		235,2	180		264,6
Чай с лимоном (чай, лимоны, сахар)	200		61,62	200		61,62
Хлеб пшеничный	45		105,75	50		117,5
Итого за завтрак	500	62,03	560,45	570	81,79	657,43

Дополнительное питание (ОВЗ)

Бутерброд с повидлом (хлеб,масло слив.,повидло)	25		77,5	45		139,50
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54	180		54
Итого за дополнительное питание	205	9,27	131,5	180	14,48	193,5

Обед (2 смена)(в т.ч. ОВЗ)

Винегрет овощной (2-й вариант) (картофель, свекла, морковь, огурцы, лук, зеленый горошек, масло раст.)	60		58	100		96,25
Суп картофельный (картофель,морковь,лук,масло раст, соль)	200		158,72	250		124,28
Котлета аппетитная (филе куриное, фарш говядины, лук, морковь, хлеб, сухари, сыр, масло раст., соль)	90		224,22	100		249,13
Макаронные изделия отварные(макаронные изд.,масло сл.)	150		220,5	180		264,6
Чай с лимоном (чай, лимоны, сахар)	200		61,62	200		61,62
Хлеб пшеничный	30		70,5	40		94
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20		36,2	30		54,3
Итого за обед	750	90,61	829,76	900	110,14	944,18

Дополнительное питание (ОВЗ)

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



Мено школьника
 Столовой общеобразовательной организации

10 октября 2023 г.
 Вторник (2 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)

Огурцы свежие (порциями)	30		4,2	55		7,7
Плов (мясо, крупа рисовая, лук, морковь, масло раст., соль)	220		385	250		437,5
Чай с сахаром (чай, сахар)	200		60	200		60
Хлеб пшеничный	50		117,5	50		117,5
Итого за завтрак	500	62,03	566,70	555	80,71	622,7

Дополнительное питание (ОБЗ)


Печенье	36		154,41	70		300,24
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54	180		54
Итого за дополнительное питание	216	9,27	208,41	250	15,56	354,24

Обед (2 смена)(в т.ч. ОБЗ)

Салат из свежих огурцов (огурцы, масло раст.)	60		61,2	100		102
Борщ с капустой и картофелем (свекла, капуста, картофель, морковь, лук, томатная паста, масло слив., сахар)	200		76	250		95
Плов (мясо, крупа рисовая, лук, морковь, масло раст., соль)	220		385	250		437,53
Чай апельсиновый (чай, апельсины, сахар)	200		94,08	200		94,08
Хлеб пшеничный	30		70,5	30		70,5
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20		36,2	30		54,3
Итого за обед	730	90,61	722,98	860	118,23	853,41

Дополнительное питание (ОБЗ)

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

11 октября 2023 г.
 Среда (3 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)	30		7,2	55		13,2
"Ежики" с овощами (мясо говядины, крупа рисовая, лук, морковь, яйцо, масло раст.)	60		111,99	90		167,99
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло слив.)	160		174,4	180		196,2
Фруктовый чай с яблоком (яблоки, чай, сахар)	200		92,8	200		92,8
Хлеб пшеничный	50		117,5	50		117,5
Итого за завтрак	500	62,03	503,89	575	85,25	587,69

Дополнительное питание (ОБЗ)

Бутерброд с маслом (хлеб, масло слив.)	23		78,2	27		92
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54	200		60
Итого за дополнительное питание	203	9,27	132,2	227	11,02	151,8

Обед (2 смена)(в т.ч. ОБЗ)

Салат "Здоровье" (морковь, свекла, зеленый горошек, масло раст.)	60		72,18	100		120,3
Щи из свежей капусты с картофелем (капуста, картофель, морковь, лук, масло слив., томатная паста)	200		66,4	250		83
"Ежики" с овощами(мясо говядины, крупа рисовая, лук, морковь, яйцо, масло раст.)	90		167,99	100		186,66
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло слив.)	150		163,5	180		196,2
Лимонный напиток (лимоны,сахар)	200		89,6	200		89,6
Хлеб пшеничный	30		70,5	30		70,5
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20		36,2	30		54,3
Итого за обед	750	90,61	666,37	890	108,74	800,56

Дополнительное питание (ОБЗ)

Бутерброд с маслом (хлеб, масло слив.)	23		78,2			
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54			
Итого за дополнительное питание	203	9,27	132,2			

Зав. Производством: Кудерова М.Н. 

Калькулятор: Вдовкина С.А. 



Согласовано
Директор общеобразовательной организации

Меню школьника
Столовой общеобразовательной организации

12 октября 2023 г.
Четверг (4 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)

Яблоки	190		89,3	240		112,8
Каша "Дружба"(крупя рисовая, крупа пшенная,молоко масл.слив.)	200		182	250		227,5
Кисель из концентрата плодового или ягодного (кисель, сахар)	200		122	200		122
Хлеб пшеничный	35		82,25	50		117,5
Итого за завтрак	625	62,03	475,55	740	77,19	579,8

Дополнительное питание (ОВЗ)

Вафли	25		87,5	50		175
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54	200		60
Итого за дополнительное питание	205	9,27	141,5	250	19,08	235

Обед (2 смена)(в т.ч. ОВЗ)

Салат "Фантазия" (картофель, морковь, лук, огурцы, зеленый горошек, масло раст.)	60		78,89	100		131,48
Рассольник Ленинградский (картофель, морковь, лук, перловая крупа, огурцы сол.)	200		96,6	250		120,75
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
Кисель из концентрата плодового или ягодного (кисель, сахар)	200		122	200		122
Хлеб пшеничный	30		70,5	35		82,25
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30		54,3	30		54,3
Итого за обед	760	90,61	823,3	895	113,06	975,95

Дополнительное питание (ОВЗ)

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

13 октября 2023 г.
Пятница (5 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)

Огурцы свежие (порциями)	25		3,5	57		7,98
Куриное филе тушеное в соусе (филе куриное, морковь, лук, масло слив., томат.паста)	80		128	100		160
Каша вязкая (гречневая) (крупа гречневая, масло сл.)	150		171	180		205,2
Чай с сахаром (чай, сахар)	200		60	200		60
Хлеб пшеничный	45		105,75	50		117,5
Итого за завтрак	500	62,03	468,25	587	82,55	550,68

Дополнительное питание (ОБЗ)

Пряники	45		185,29	70		288,23
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54	200		54
Итого за дополнительное питание	225	9,27	239,29	270	13,72	342,23

Обед (2 смена)(в т.ч. ОБЗ)

Салат "Радуга" (капуста, морковь, свекла, яблоки, масло раст., сахар, лимон.кисл.)	60		75,46	100		125,77
Суп "Кудрявый"(картофель,морковь,лук,яйцо,масло сл.,сметана)	200		99,42	250		124,28
Куриное филе тушеное в соусе (филе куриное, морковь, лук, масло слив., томат.паста)	90		144	105		168
Каша вязкая (гречневая) (крупа гречневая, масло сл.)	160		182,4	180		205,2
Чай с сахаром (чай, сахар)	200		60	200		60
Хлеб пшеничный	30		70,5	40		94
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30		54,3	30		54,3
Итого за обед	770	90,61	686,08	905	111,82	831,55

Дополнительное питание (ОБЗ)

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. 