

Согласовано
Директор общеобразовательной организации



Меню школьника
Столовой общеобразовательной организации

25 сентября 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. ОБЗ)

Помидоры свежие (порциями)	35		8,4	52		12,48
Котлета аппетитная (филе куриное, фарш говядины, лук, морковь, хлеб, сухари, сыр, масло раст., соль)	60		115,77	80		154,36
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	526,74	562	80,36	610,56

Дополнительное питание (ОБЗ)

Бутерброд с повидлом (хлеб,масло слив.,повидло)	25		77,5	50		139,50
Чай с сахаром (чай, сахар)	200		60	200		60
Итого за дополнительное питание	225	9,27	137,5	200	15,91	199,5

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
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		173,66	100		192,96
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	779,2	900	109,77	888,01

Дополнительное питание (ОБЗ)

Бутерброд с повидлом (хлеб,масло слив.,повидло)	25		77,5			
Чай с сахаром (чай, сахар)	200		60			
Итого за дополнительное питание	225	9,27	137,5			

Зав. Производством: Кудерова М.Н. М.Н. Кудерова

Калькулятор: Вдовкина С.А. С.А. Вдовкина

Согласовано
Директор общеобразовательной организации



Меню школьника
Столовой общеобразовательной организации

26 сентября 2023 г.
Вторник (2 день)

Наименование блюда	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)

Огурцы свежие (порциями)	35		4,9	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	45		105,75	50		117,5
Итого за завтрак	500	62,03	555,65	555	79,83	622,7

Дополнительное питание (ОВЗ)

Печенье	36		154,41	72		308,82
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54	200		60
Итого за дополнительное питание	216	9,27	208,41	272	16,44	368,82

Обед (2 смена)(в т.ч. ОВЗ)

Салат "Калейдоскоп" (капуста, морковь, кукуруза, масло растительное, сахар, лимонная кислота, соль)	60		78,8	100		131,33
Борщ Сибирский (свекла, капуста, картофель, морковь, лук, фасоль, томатная паста, масло слив., сахар)	200		94,4	250		118
Плов (мясо, крупа рисовая, лук, морковь, масло раст., соль)	220		385	250		437,53
Фруто-чай (чай, апельсины, лимоны, курага, сахар)	200		91,04	200		91,04
Хлеб пшеничный	35		82,25	30		70,5
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30		54,3	30		54,3
Итого за обед	745	90,61	785,79	860	113,32	902,7

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

27 сентября 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)	25		6	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.)	165		179,85	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	508,14	575	86,41	587,69

Дополнительное питание (ОБЗ)

Бутерброд с маслом (хлеб, масло слив.)	25		85	25		85
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54	200		60
Итого за дополнительное питание	205	9,27	139	225	9,86	145

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
Фруктовый чай с яблоком (яблоки, чай, сахар)	200		92,8	200		92,8
Хлеб пшеничный	35		82,25	30		70,5
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30		54,3	30		54,3
Итого за обед	765	90,61	699,42	890	107,80	803,76

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			

Зав. Производством: Кудерова М.Н. 

Калькулятор: Вдовкина С.А. 

Согласовано
Директор общеобразовательной организации



Меню школьника
Столовой общеобразовательной организации

28 сентября 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. ОБЗ)

Яблоки	185		86,95	235		110,45
Каша "Дружба" (крупа рисовая, крупа пшеничная, молоко масл. слив.)	200		182	250		227,5
Кисель из концентрата плодового или ягодного (кисель, сахар)	200		122	200		122
Хлеб пшеничный	40		94	50		117,5
Итого за завтрак	625	62,03	484,95	735	77,62	577,45

Дополнительное питание (ОБЗ)

Вафли	25		87,5	50		175
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54	180		54
Итого за дополнительное питание	205	9,27	141,5	230	18,65	229

Обед (2 смена) (в т.ч. ОБЗ)

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)	25		45,25	30		54,3
Итого за обед	755	90,61	814,25	895	113,22	975,95

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

29 сентября 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.)	150		171	180		205,2
Чай с сахаром (чай, сахар)	200		60	200		60
Хлеб пшеничный	35		82,25	40		94
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	25		45,25	30		54,3
Итого за обед	760	90,61	677,38	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. _____