

Согласовано
Директор общеобразовательной организации



Меню школьника
Столовой общеобразовательной организации

16 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	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		57,75	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	40		94
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20		36,2	30		54,3
Итого за обед	770	90,61	721,65	900	102,48	847,74

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

17 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. ОБЗ)

Помидоры свежие (порциями)	42		10,08	60		14,4
Гуляш (мясо, лук, томат.паста, масло раст, мука)	90		118,8	120		158,4
Пюре из гороха с маслом (горох, масло сл.)	160		224	180		252
Чай с лимоном (чай, лимоны, сахар)	200		61,62	200		61,62
Хлеб пшеничный	35		82,25	50		117,5
Итого за завтрак	527	62,03	496,75	610	80,13	603,92

Дополнительное питание (ОБЗ)

Печенье	36		154,41	72		308,82
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54	180		54
Итого за дополнительное питание	216	9,27	208,41	252	16,14	362,82

Обед (2 смена)(в т.ч. ОБЗ)

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)	95		125,4	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	755	90,61	695,52	900	111,72	851,38

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

18 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		108,5	120		135,6
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло слив.)	165		179,85	200		218
Фруктовый чай с яблоком (яблоки, чай, сахар)	200		92,8	200		122
Хлеб пшеничный	40		94	50		117,5
Итого за завтрак	501	62,03	475,15	570	75,93	593,1

Дополнительное питание (ОВЗ)

Бутерброд с сыром (2-й вариант) (хлеб, масло слив. сыр)	-		-	30		104,74
Бутерброд с маслом (хлеб, масло слив.)	23		78,2	-		-
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54	180		54
Итого за дополнительное питание	203	9,27	132,2	230	20,34	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)	106		119,78	106		119,78
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло слив.)	150		163,5	180		196,2
Компот из свежих плодов (яблоки, сахар, лим.кисл.)	200		142	200		142
Хлеб пшеничный	30		70,5	45		105,75
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20		36,2	30		54,3
Итого за обед	766	90,61	715,24	911	104,93	878,55

Дополнительное питание (ОВЗ)

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

19 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)

Помидоры свежие (порциями)	60		14,4	100		24
Борщ с капустой и картофелем (свекла, капуста, картофель, морковь, лук, томатная паста, масло слив., сахар)	250		95	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	30		70,5	40		94
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20		36,2	25		45,25
Итого за обед	800	90,61	677,11	895	113,21	783,42

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

20 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. 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
Чай с сахаром (чай, сахар)	200		60	200		60
Хлеб пшеничный	30		70,5	50		117,5
Итого за завтрак	500	62,03	545,1	560	73,22	661,43

Дополнительное питание (ОБЗ)


Пряники	45		185,29	70		288,23
Бутерброд с повидлом (хлеб,масло слив.,повидло)				35		112
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54	200		60
Итого за дополнительное питание	225	9,27	239,29	305	23,05	460,23

Обед (2 смена)(в т.ч. ОБЗ)

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.)	150		171	180		205,2
Фруктовый чай (чай, лимоны, апельсины, сахар)	200		92,8	200		92,8
Хлеб пшеничный	30		70,5	45		105,75
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20		36,2	30		54,3
Итого за обед	750	90,61	759,3	905	107,25	949,47

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. 