

МЕНЮ ЗАВТРАКА

для всех категорий обучающихся, включая детей с ОВЗ и инвалидов
(возраст 7-11 лет)

Утверждаю
Директор МАОУ СОШ № 2
Н.Н. Висс
Ивановская обл., Гореловский район
Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 2»
ИНН 6614004850
ОГРН 1026601101625

Наименование изделий (блюд)	Выход, г	ЭЦ, ккал
-----------------------------	-------------	-------------

2 октября 2023 г. Понедельник

Гуляш из мяса говядины	100	221,17
Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	265,93
Чай	200	37,80
Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	63,16
Хлеб ржаной	20	38,68
Итого за 'Завтрак'		626,73

3 октября 2023 г. Вторник

Салат из моркови с растительным маслом	80	78,68
Запеканка (сырники) из творога	150	313,88
Молоко сгущенное	30	95,22
Кисель с витаминами Витошка	200	91,53
Батон	45	115,89
Итого за 'Завтрак'		695,20

4 октября 2023 г. Среда

Тефтели из мяса говядины	100	235,66
Рагу из овощей	150	110,40
Компот из изюма	200	88,91
Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	63,16
Хлеб ржаной	20	38,68
Итого за 'Завтрак'		536,81

5 октября 2023 г. Четверг

Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)	100	137,99
Макаронные изделия отварные с сыром	150	185,88
Напиток из шиповника (вариант 2)	200	74,32
Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	63,16
Хлеб ржаной	20	38,68
Яблоко	180	61,34
Итого за 'Завтрак'		561,37

6 октября 2023 г. Пятница

Рыба, тушенная с овощами (минтай)	120	170,00
Картофельное пюре	150	132,59
Напиток с витаминами Витошка	200	70,71
Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	63,16
Хлеб ржаной	20	38,68
Итого за 'Завтрак'		475,14

МЕНЮ ЗАВТРАКА

для всех категорий обучающихся, включая детей с ОВЗ и инвалидов
(возраст 12-18 лет)

Утверждаю
Директор МАОУ СОШ № 2
Н.Н. Виб
Исх. № 2
МАОУ
ИНН 6614004858
ОГРН 1026601101673

Наименование изделий (блюд)	Выход, г	ЭЦ, ккал
-----------------------------	-------------	-------------

2 октября 2023 г. Понедельник

Биточки (котлеты) из мяса говядины с морковью	100	215,11
Соус красный основной	50	21,09
Макаронные изделия отварные	180	220,73
Чай	200	37,80
Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
Хлеб ржаной	25	48,35

Итого за 'Завтрак'

627,30

3 октября 2023 г. Вторник

Салат из моркови с растительным маслом	100	98,35
Запеканка (сырники) из творога	200	418,51
Молоко сгущенное	40	126,96
Кисель с витаминами Витошка	200	91,53
Батон	60	154,52

Итого за 'Завтрак'

889,87

4 октября 2023 г. Среда

Зразы или рулет из рыбы (минтай)	100	144,83
Рис припущенный с овощами	180	285,63
Чай с лимоном	200/5	39,63
Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
Хлеб ржаной	25	48,35

Итого за 'Завтрак'

602,65

5 октября 2023 г. Четверг

Яблоки	180	87,62
Плов из мяса кур	250	338,59
Компот из сухофруктов	200	87,60
Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
Хлеб ржаной	25	48,35

Итого за 'Завтрак'

646,37

6 октября 2023 г. Пятница

Яйцо отварное	40	62,78
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250	260,56
Какао с молоком и витаминами Витошка	200	96,54
Батон	60	154,52

Итого за 'Завтрак'

574,40

МЕНЮ ОБЕДА

для всех категорий обучающихся, включая детей с ОВЗ и инвалидов
(возраст 7-11 лет)

Наименование изделий (блюд)	Выход, г	ЭЦ, ккал
-----------------------------	----------	----------

2 октября 2023 г. Понедельник

Горошек зеленый	60	50,52
Суп картофельный с рыбой (минтай)	250	157,97
Биточки (котлеты) из мяса говядины с морковью	90	193,60
Соус красный основной	50	21,09
Макаронные изделия отварные	150	183,94
Компот из сухофруктов	200	87,60
Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
Хлеб ржаной	20	38,68

Итого за 'Обед'

786,03

3 октября 2023 г. Вторник

Салат из свежих томатов с растительным маслом	60	46,05
Суп-пюре гороховый	250	134,13
Гренки (сухарики)	20	50,40
Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины (вариант 2)	200	327,77
Компот из чернослива и изюма	200	88,66
Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
Хлеб ржаной	20	38,68

Итого за 'Обед'

738,32

4 октября 2023 г. Среда

Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	60	55,62
Суп картофельный с крупой	250	151,27
Мясо говядины отварное	20	55,99
Зразы или рулет из рыбы (минтай)	100	144,83
Рис припущенный с овощами	150	238,03
Чай с лимоном	200/5	39,63
Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
Хлеб ржаной	20	38,68

Итого за 'Обед'

776,67

5 октября 2023 г. Четверг

Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	60	63,06
Суп-лапша на курином бульоне	250	148,02
Плов из мяса кур	250	338,59
Компот из сухофруктов	200	87,60
Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
Хлеб ржаной	20	38,68

Итого за 'Обед'

728,58

6 октября 2023 г. Пятница

Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом	100	100,96
Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2)	250	131,57
Мясо говядины отварное	20	55,99
Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)	100	107,74
Картофель отварной	150	135,49
Компот из чернослива	200	88,57
Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
Хлеб ржаной	20	38,68

Итого за 'Обед'

711,63

МЕНЮ ОБЕДА

для всех категорий обучающихся, включая детей с ОВЗ и инвалидов
(возраст 12-18 лет)



	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Выход, г	ЭЦ, ккал
--	---	----------	----------

2 октября 2023 г. Понедельник

	Горошек зеленый	100	84,21
	Суп картофельный с рыбой (минтай)	250	157,97
	Гуляш из мяса говядины	100	221,17
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180	319,11
	Компот из сухофруктов	200	87,60
	Хлеб крестьянский с Валетек-8	40	84,22
	Хлеб ржаной	25	48,35

Итого за 'Обед'

1002,62

3 октября 2023 г. Вторник

	Салат из свежих томатов с растительным маслом	100	76,75
	Суп-пюре гороховый	250	134,13
	Гренки (сухарики)	20	50,40
	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины (вариант 2)	250	409,71
	Компот из чернослива и изюма	200	88,66
	Хлеб крестьянский с Валетек-8	40	84,22
	Хлеб ржаной	25	48,35

Итого за 'Обед'

892,22

4 октября 2023 г. Среда

	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	100	92,69
	Суп картофельный с крупой	250	151,27
	Мясо говядины отварное	20	55,99
	Тефтели из мяса говядины	100	235,66
	Рагу из овощей	180	132,48
	Компот из изюма	200	88,91
	Хлеб крестьянский с Валетек-8	40	84,22
	Хлеб ржаной	25	48,35

Итого за 'Обед'

889,56

5 октября 2023 г. Четверг

	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	105,10
	Суп-лапша на курином бульоне	250	148,02
	Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)	100	137,99
	Макаронные изделия отварные с сыром	180	223,05
	Напиток из шиповника (вариант 2)	200	74,32
	Хлеб крестьянский с Валетек-8	40	84,22
	Хлеб ржаной	25	48,35

Итого за 'Обед'

821,05

6 октября 2023 г. Пятница

	Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом	100	100,96
	Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2)	250	131,57
	Мясо говядины отварное	20	55,99
	Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)	100	107,74
	Картофель отварной	180	162,59
	Напиток с витаминами Витошка	200	70,71
	Хлеб крестьянский с Валетек-8	40	84,22
	Хлеб ржаной	25	48,35

Итого за 'Обед'

762,12

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 487335726471474211034024297916462361476713766764

Владелец Вибе Наталья Николаевна

Действителен с 14.08.2023 по 13.08.2024