

МЕНЮ ЗАВТРАКА

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



Наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	ЭЦ, ккал
-----------------------------	-----------	----------

15 января 2024 г. Понедельник

Завтрак

18/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины с крупой (геркулес)	90	182,39
8/11	Соус красный основной	50	21,09
46/3	Макаронные изделия отварные	150	183,94
27/10	Чай	200	37,80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68

Итого за 'Завтрак'

516,53

16 января 2024 г. Вторник

Завтрак

40/1	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	60	63,06
54-9м-2020	Жаркое по-домашнему	250	383,70
37/10	Напиток из шиповника (вариант 2)	200	74,32
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68

Итого за 'Завтрак'

612,39

17 января 2024 г. Среда

Завтрак

2/13	Хлеб с сыром	30/10	104,07
2/6	Омлет запеченный или паровой	150	211,23
-	Какао с молоком и витаминами Витошка	200	96,54
пром.	Батон с каротином	45	115,89
пром.	Пряники	80	293,39

Итого за 'Завтрак'

821,12

18 января 2024 г. Четверг

Завтрак

2/9	Бедро куриное отварное в соусе (вар 2)	130	228,25
40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	265,93
27/10	Чай	200	37,80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68

Итого за 'Завтрак'

623,29

19 января 2024 г. Пятница

Завтрак

6/7	Рыба, запеченная в молочном соусе	100	121,53
38/3	Рис припущенный с овощами	150	238,03
29/10	Чай с лимоном	200/5	39,63
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
пром.	Мандарины	115	46,69

Итого за 'Завтрак'

537,19



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

№	Наименование блюда	Выход, г	ЭЦ, ккал
15 января 2024 г. Понедельник			
Завтрак			
12/8	Гуляш из мяса говядины	120	265,40
40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180	319,11
27/10	Чай	200	37,80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
Итого за 'Завтрак'			754,88
16 января 2024 г. Вторник			
Завтрак			
16/7	Кнели из рыбы паровые (минтай)	100	142,88
43/3	Каша рисовая рассыпчатая	180	236,10
29/10	Чай с лимоном	200/5	39,63
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
Итого за 'Завтрак'			551,16
17 января 2024 г. Среда			
Завтрак			
39/8	Фрикадельки из мяса говядины припущенные	100	197,30
3/3	Картофельное пюре	180	159,10
пром.	Напиток с витаминами Витошка	200	70,71
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	45	94,74
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
Итого за 'Завтрак'			570,20
18 января 2024 г. Четверг			
Завтрак			
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)	100	137,99
47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	180	223,05
27/10	Чай	200	37,80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	30	58,01
Итого за 'Завтрак'			541,08
19 января 2024 г. Пятница			
Завтрак			
3/13	Хлеб с маслом и сыром	40	121,87
7/4	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	250	262,73
30/10	Чай с молоком	200	95,20
пром.	Батон с каротином	65	167,39
Итого за 'Завтрак'			647,20

МЕНЮ ОБЕДА

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



Наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	ЭЦ, ккал
-----------------------------	-----------	----------

15 января 2024 г. Понедельник

Обед

44/1	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом	60	68,63
18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	127,39
41/2	Фрикадельки мясные	20	43,64
12/8	Гуляш из мяса говядины	90	199,05
40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	265,93
6/10	Компот из сухофруктов	200	87,60
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
Итого за 'Обед'			883,56

16 января 2024 г. Вторник

Обед

-	Огурец свежий	60	9,37
7/2	Щи из свежей капусты со сметаной (вариант 2)	250	71,50
16/7	Кнели из рыбы паровые (минтай)	100	142,88
43/3	Каша рисовая рассыпчатая	150	196,75
29/10	Чай с лимоном	200/5	39,63
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
Итого за 'Обед'			551,43

17 января 2024 г. Среда

Обед

4/1	Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом	60	55,53
16/2	Суп картофельный с бобовыми	250	164,06
-	Мясо говядины отварное	20	55,99
39/8	Фрикадельки из мяса говядины припущенные	90	177,57
3/3	Картофельное пюре	150	132,59
пром.	Напиток с витаминами Витошка	200	70,71
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
Итого за 'Обед'			747,75

18 января 2024 г. Четверг

Обед

6/1	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	60	55,52
29/2	Суп-пюре из картофеля	250	111,34
40/2	Гренки (сухарики)	20	50,40
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)	100	137,99
47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	150	185,88
6/10	Компот из сухофруктов	200	87,60
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
Итого за 'Обед'			720,14

19 января 2024 г. Пятница

Обед

40/1	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	60	63,06
4/2	Борщ с картофелем	250	121,45
-	Мясо говядины отварное	20	55,99
7/8	Бефстроганов из отварного мяса говядины	90	220,46
11/3	Капуста тушеная	150	101,12
37/10	Напиток из шиповника (вариант 2)	200	74,32
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
Итого за 'Обед'			727,70



МЕНЮ ОБЕДА

для всех категорий обучающихся, включая детей с ОВЗ и инвалидов

№	Наименование блюда	Выход, г	ЭЦ, ккал
---	--------------------	----------	----------

15 января 2024 г. Понедельник

Обед

44/1	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом	100	114,39
18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	127,39
41/2	Фрикадельки мясные	20	43,64
18/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины с крупой (геркулес)	100	202,66
8/11	Соус красный основной	50	21,09
46/3	Макаронные изделия отварные	180	220,73
6/10	Компот из сухофруктов	200	87,60
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35

Итого за 'Обед'

950,06

16 января 2024 г. Вторник

Обед

-	Огурец свежий	100	15,61
7/2	Щи из свежей капусты со сметаной (вариант 2)	250	71,50
54-9м-202	Жаркое по-домашнему	250	383,70
37/10	Напиток из шиповника (вариант 2)	200	74,32
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35

Итого за 'Обед'

677,70

17 января 2024 г. Среда

Обед

4/1	Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом	100	92,55
16/2	Суп картофельный с бобовыми	250	164,06
-	Мясо говядины отварное	20	55,99
2/6	Омлет запеченный или паровой	180	253,47
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
12/10	Компот из чернослива и изюма	200	88,66

Итого за 'Обед'

736,43

18 января 2024 г. Четверг

Обед

6/1	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	100	92,69
29/2	Суп-пюре из картофеля	250	111,34
40/2	Гренки (сухарики)	20	50,40
2/9	Бедро куриное отварное в соусе	130	203,86
40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180	319,11
6/10	Компот из сухофруктов	200	87,60
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35

Итого за 'Обед'

997,56

19 января 2024 г. Пятница

Обед

40/1	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	105,10
4/2	Борщ с картофелем	250	121,45
-	Мясо говядины отварное	20	55,90
7/8	Бефстроганов из отварного мяса говядины	100	244,90
11/3	Капуста тушеная	180	121,35
37/10	Напиток из шиповника (вариант 2)	200	74,30
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,20
пром.	Хлеб ржаной	25	48,30

Итого за 'Обед'

855,70

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 487335726471474211034024297916462361476713766764

Владелец Вибе Наталья Николаевна

Действителен с 14.08.2023 по 13.08.2024