

МЕНЮ ЗАВТРАКА

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



	Наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	ЭЦ, ккал
25 ноября 2024 г. Понедельник			
9/8	Печень по-строгановски	100	191,04
40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	265,93
27/10	Чай	200	37,80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	63,16
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
Итого за 'Завтрак'		500	596,61
26 ноября 2024 г. Вторник			
16/1	Салат из моркови с растительным маслом	60	78,68
8/5	Запеканка (сырники) из творога	150	313,88
-	Молоко сгущенное	30	95,22
пром.	Кисель с витаминами Витошка	200	91,53
пром.	Батон с каротином	45	115,89
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
Итого за 'Завтрак'		505	733,88
27 ноября 2024 г. Среда			
17/4	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	150	137,12
6/10	Компот из изюма	200	88,91
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	63,16
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
пром.	Бананы	230	219,65
Итого за 'Завтрак'		630	547,52
28 ноября 2024 г. Четверг			
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)	100	137,99
32/3	Рагу из овощей	150	132,48
37/10	Напиток из шиповника (вариант 2)	200	74,32
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	84,22
пром.	Хлеб ржаной	20	58,01
пром.	Йогурт питьевой	310	263,50
Итого за 'Завтрак'		810	750,52
29 ноября 2024 г. Пятница			
19/7	Тефтели рыбные с рисом в соусе (минтай)	120	125,08
3/3	Картофельное пюре	150	132,59
пром.	Напиток с витаминами Витошка	200	70,71
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	63,16
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
пром.	Мандарины	115	93,38
Итого за 'Завтрак'		635	523,60

МЕНЮ ОБЕДА

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



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

25 ноября 2024 г. Понедельник

47/1	Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом	60,00	63,74
19/2	Суп картофельный с рыбой (минтай)	250,00	157,97
36/8	Тефтели из мяса говядины с рисом	90,00	197,88
47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	150,00	185,88
6/10	Компот из сухофруктов	200,00	87,60
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35,00	73,69
пром.	Хлеб ржаной	25,00	48,35
Итого за 'Обед'		810,00	815,10

26 ноября 2024 г. Вторник

20/1	Салат из свежих томатов с растительным маслом	60,00	46,05
28/2	Суп-пюре гороховый	250,00	134,13
40/2	Гренки (сухарики)	20,00	50,40
54-9м-2	Жаркое по-домашнему	200,00	306,96
пром.	Напиток с витаминами Витошка	200,00	70,71
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35,00	73,69
пром.	Хлеб ржаной	25,00	48,35
Итого за 'Обед'		790,00	730,30

27 ноября 2024 г. Среда

6/1	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	60,00	55,62
14/2	Суп картофельный с крупой	250,00	151,27
-	Мясо говядины отварное	20,00	55,99
7/7	Рыба, запеченная с сыром	100,00	171,34
3/3	Картофельное пюре	150,00	132,59
29/10	Чай с лимоном	200,00	38,66
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35,00	73,69
пром.	Хлеб ржаной	25,00	48,35
Итого за 'Обед'		840,00	727,50

28 ноября 2024 г. Четверг

40/1	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	60,00	63,06
22/2	Суп-лапша на курином бульоне	250,00	148,02
4/9	Плов из мяса кур (филе)	250,00	338,59
30/10	Чай с молоком	200,00	95,20
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35,00	73,69
пром.	Хлеб ржаной	25,00	48,35
Итого за 'Обед'		820,00	766,90

29 ноября 2024 г. Пятница

41/1	Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным	60,00	80,58
11/2	Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2)	250,00	131,57
48/8	Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)	120,00	159,29
1/3	Картофель отварной	150,00	135,49
14/10	Компот из чернослива	200,00	88,57
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35,00	73,69
пром.	Хлеб ржаной	25,00	48,35
Итого за 'Обед'		840,00	717,53