

# МЕНЮ ЗАВТРАКА

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



Утверждаю  
Директор МАОУ СОШ № 2  
Н.Н. Вибе

|                                       | Наименование изделий (блюд)                           | Вы-ход, г  | ЭЦ, ккал      |
|---------------------------------------|-------------------------------------------------------|------------|---------------|
| <b>17 февраля 2025 г. Понедельник</b> |                                                       |            |               |
| 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         |
| <b>Итого за 'Завтрак'</b>             |                                                       | <b>500</b> | <b>596,61</b> |
| <b>18 февраля 2025 г. Вторник</b>     |                                                       |            |               |
| 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         |
| 27/10                                 | Чай                                                   | 200        | 37,80         |
| пром.                                 | Батон с каротином                                     | 45         | 115,89        |
| пром.                                 | Хлеб ржаной                                           | 20         | 38,68         |
| <b>Итого за 'Завтрак'</b>             |                                                       | <b>505</b> | <b>680,15</b> |
| <b>19 февраля 2025 г. Среда</b>       |                                                       |            |               |
| 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        |
| <b>Итого за 'Завтрак'</b>             |                                                       | <b>630</b> | <b>547,52</b> |
| <b>20 февраля 2025 г. Четверг</b>     |                                                       |            |               |
| 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         |
| <b>Итого за 'Завтрак'</b>             |                                                       | <b>500</b> | <b>487,02</b> |
| <b>21 февраля 2025 г. Пятница</b>     |                                                       |            |               |
| 19/7                                  | Тефтели рыбные с рисом в соусе (минтай)               | 120        | 159,00        |
| 3/3                                   | Картофельное пюре                                     | 150        | 143,00        |
| пром.                                 | Напиток с витаминами Витошка                          | 200        | 70,71         |
| пром.                                 | Хлеб крестьянский с Валитек-8                         | 30         | 63,16         |
| пром.                                 | Хлеб ржаной                                           | 20         | 38,68         |
| <b>Итого за 'Завтрак'</b>             |                                                       | <b>520</b> | <b>474,55</b> |

Утверждаю:

Директор МАОУ СОШ № 2

Н.Н. Вибе

## МЕНЮ ЗАВТРАКА

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



| №                                     | Наименование блюда                                    | Выход, г   | ЭЦ, ккал      |
|---------------------------------------|-------------------------------------------------------|------------|---------------|
| <b>17 февраля 2025 г. Понедельник</b> |                                                       |            |               |
| 36/8                                  | Тефтели из мяса говядины с рисом                      | 100        | 219,86        |
| 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         |
| <b>Итого за 'Завтрак'</b>             |                                                       | <b>550</b> | <b>622,95</b> |
| <b>18 февраля 2025 г. Вторник</b>     |                                                       |            |               |
| 16/1                                  | Салат из моркови с растительным маслом                | 100        | 98,35         |
| 8/5                                   | Запеканка (сырники) из творога                        | 200        | 418,51        |
| -                                     | Молоко сгущенное                                      | 40         | 126,96        |
| 27/10                                 | Чай                                                   | 200        | 37,80         |
| пром.                                 | Батон с каротином                                     | 60         | 154,52        |
| пром.                                 | Хлеб ржаной                                           | 30         | 58,01         |
| <b>Итого за 'Завтрак'</b>             |                                                       | <b>630</b> | <b>894,15</b> |
| <b>19 февраля 2025 г. Среда</b>       |                                                       |            |               |
| 7/7                                   | Рыба, запеченная с сыром                              | 100        | 171,34        |
| 3/3                                   | Картофельное пюре                                     | 200        | 176,78        |
| 29/10                                 | Чай с лимоном                                         | 205        | 39,63         |
| пром.                                 | Хлеб крестьянский с Валитек-8                         | 40         | 105,27        |
| пром.                                 | Хлеб ржаной                                           | 40         | 58,01         |
| <b>Итого за 'Завтрак'</b>             |                                                       | <b>585</b> | <b>551,03</b> |
| <b>20 февраля 2025 г. Четверг</b>     |                                                       |            |               |
| 1/6                                   | Яйцо отварное                                         | 40         | 62,78         |
| 4/9                                   | Плов из мяса кур (филе)                               | 250        | 338,59        |
| 27/10                                 | Чай                                                   | 200        | 37,80         |
| пром.                                 | Хлеб крестьянский с Валитек-8                         | 40         | 84,22         |
| пром.                                 | Хлеб ржаной                                           | 30         | 58,01         |
| <b>Итого за 'Завтрак'</b>             |                                                       | <b>560</b> | <b>518,62</b> |
| <b>21 февраля 2025 г. Пятница</b>     |                                                       |            |               |
| 17/4                                  | Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным | 250        | 228,53        |
| пром.                                 | Какао с молоком и витаминами Витошка                  | 200        | 96,54         |
| пром.                                 | Батон с каротином                                     | 70         | 167,39        |
| пром.                                 | Хлеб ржаной                                           | 30         | 58,01         |
| <b>Итого за 'Завтрак'</b>             |                                                       | <b>550</b> | <b>550,48</b> |

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



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

**17 февраля 2025 г. Понедельник**

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

**18 февраля 2025 г. Вторник**

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

**19 февраля 2025 г. Среда**

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

**20 февраля 2025 г. Четверг**

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

**21 февраля 2025 г. Пятница**

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



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

| №                                     | Наименование блюда                                                                   | Выход, г   | ЭЦ, ккал       |
|---------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|------------|----------------|
| <b>17 февраля 2025 г. Понедельник</b> |                                                                                      |            |                |
| 47/1                                  | Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом         | 100        | 106,23         |
| 19/2                                  | Суп картофельный с рыбой (минтай)                                                    | 250        | 157,97         |
| 40/3                                  | Каша гречневая рассыпчатая с овощами                                                 | 180        | 319,11         |
| 9/8                                   | Печень по-строгановски                                                               | 120        | 229,25         |
| пром.                                 | Напиток с витаминами Витошка                                                         | 200        | 70,71          |
| пром.                                 | Хлеб крестьянский с Валитек-8                                                        | 40         | 84,22          |
| пром.                                 | Хлеб ржаной                                                                          | 40         | 77,35          |
| <b>Итого за 'Обед'</b>                |                                                                                      | <b>930</b> | <b>1044,84</b> |
| <b>18 февраля 2025 г. Вторник</b>     |                                                                                      |            |                |
| 20/1                                  | Салат из свежих томатов с растительным маслом                                        | 100        | 76,75          |
| 28/2                                  | Суп-пюре гороховый                                                                   | 250        | 134,13         |
| 40/2                                  | Гренки (сухарики)                                                                    | 20         | 50,40          |
| 54-9м-2                               | Жаркое по-домашнему                                                                  | 250        | 383,70         |
| 30/10                                 | Чай с молоком                                                                        | 200        | 95,20          |
| пром.                                 | Хлеб крестьянский с Валитек-8                                                        | 40         | 84,22          |
| пром.                                 | Хлеб ржаной                                                                          | 40         | 77,35          |
| <b>Итого за 'Обед'</b>                |                                                                                      | <b>900</b> | <b>901,76</b>  |
| <b>19 февраля 2025 г. Среда</b>       |                                                                                      |            |                |
| 6/1                                   | Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом                       | 100        | 92,69          |
| 14/2                                  | Суп картофельный с крупой                                                            | 250        | 151,27         |
| -                                     | Мясо говядины отварное                                                               | 20         | 55,99          |
| 42/8                                  | Тефтели из мяса говядины                                                             | 100        | 235,66         |
| 47/3                                  | Макаронные изделия отварные с сыром                                                  | 180        | 223,05         |
| 6/10                                  | Компот из изюма                                                                      | 200        | 88,91          |
| пром.                                 | Хлеб крестьянский с Валитек-8                                                        | 40         | 84,22          |
| пром.                                 | Хлеб ржаной                                                                          | 30         | 58,01          |
| <b>Итого за 'Обед'</b>                |                                                                                      | <b>920</b> | <b>989,80</b>  |
| <b>20 февраля 2025 г. Четверг</b>     |                                                                                      |            |                |
| 40/1                                  | Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом                               | 100        | 105,10         |
| 22/2                                  | Суп-лапша на курином бульоне                                                         | 250        | 207,13         |
| 32/3                                  | Рагу из овощей                                                                       | 180        | 132,48         |
| 5/9                                   | Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)                                            | 100        | 137,99         |
| 37/10                                 | Напиток из шиповника (вариант 2)                                                     | 200        | 74,32          |
| пром.                                 | Хлеб крестьянский с Валитек-8                                                        | 40         | 84,22          |
| пром.                                 | Хлеб ржаной                                                                          | 40         | 77,35          |
| <b>Итого за 'Обед'</b>                |                                                                                      | <b>910</b> | <b>818,59</b>  |
| <b>21 февраля 2025 г. Пятница</b>     |                                                                                      |            |                |
| 41/1                                  | Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом | 100        | 100,96         |
| 11/2                                  | Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2)                                           | 250        | 131,57         |
| 19/7                                  | Тефтели рыбные с рисом в соусе (минтай)                                              | 120        | 125,08         |
| 3/3                                   | Картофельное пюре                                                                    | 180        | 159,10         |
| пром.                                 | Напиток с витаминами Витошка                                                         | 200        | 70,71          |
| пром.                                 | Хлеб крестьянский с Валитек-8                                                        | 40         | 84,22          |
| пром.                                 | Хлеб ржаной                                                                          | 30         | 58,01          |
| <b>Итого за 'Обед'</b>                |                                                                                      | <b>920</b> | <b>729,66</b>  |