

МЕНЮ ОБЕДА

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

Утверждаю:



	Наименование изделий (блюды)	Вы-ход, г	ЭЦ, ккал
12 мая 2026 г. Вторник			
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
46/3	Макаронные изделия отварные	150	185.88
27/10	Чай	200	37.80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	73.69
пром.	Хлеб ржаной	25	48.35
Итого за 'Обед'		810	765.30
13 мая 2026 г. Среда			
44/1	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом	60	68.63
14/2	Суп картофельный с крупой	250	151.27
41/2	Фрикадельки мясные	20	43.64
6/7	Рыба, запеченная в молочном соусе (горбуша)	120	143.11
1/3	Картофель отварной	150	135.49
29/10	Чай с лимоном	200	38.66
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	73.69
пром.	Хлеб ржаной	25	48.35
Итого за 'Обед'		840	702.84
14 мая 2026 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
27/10	Чай	200	95.20
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	73.69
пром.	Хлеб ржаной	25	48.35
Итого за 'Обед'		620	766.90
15 мая 2026 г. Пятница			
41/1	Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом	60	81.00
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
Итого за 'Обед'		840	717.95

Утверждаю:

МЕНЮ ОБЕДА

для всех категорий обучающихся, включая детей с ОВЗ и инвалидов

12-18 лет)

(возраст

№	Наименование блюда	Выход, г	ЭЦ, ккал
12 мая 2026 г. Вторник			
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
9/8	Печень по-строгановски	120	229.25
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	40	77.35
Итого за 'Обед'		930	1011.93

13 мая 2026 г. Среда

44/1	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом	100	114.39
14/2	Суп картофельный с крупой	250	151.27
41/2	Фрикадельки мясные	20.00	43.64
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
Итого за 'Обед'		920	999.16

14 мая 2026 г. Четверг

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
Итого за 'Обед'		910	818.59

15 мая 2026 г. Пятница

41/1	Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным	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
Итого за 'Обед'		920	729.66



Утверждаю:



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

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

12 мая 2026 г. Вторник

36/8	Тефтели из мяса говядины с рисом	100	219.86
46/3	Макаронные изделия отварные	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'		550	622.95

13 мая 2026 г. Среда

6/7	Рыба, запеченная в молочном соусе (горбуша)	120	171.34
1/3	Картофель отварной	180	162.59
29/10	Чай с лимоном	205	39.63
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	105.27
пром.	Хлеб ржаной	30	58.01
Итого за 'Завтрак'		575	536.84

14 мая 2026 г. Четверг

1/6	Яйцо отварное	40	62.78
4/9	Плов из мяса кур (филе)	250	338.59
пром.	Напиток с витаминами Витошка	200	70.71
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84.22
пром.	Хлеб ржаной	30	58.01
Итого за 'Завтрак'		560	551.53

15 мая 2026 г. Пятница

пром.	Яблоки	180	87.62
17/4	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	250	228.53
-	Какао с молоком и витаминами Витошка	200	96.54
пром.	Батон с каротином	60	167.39
пром.	Хлеб ржаной	30	58.01
Итого за 'Завтрак'		720	638.10