



Согласовано

Директор общеобразовательной организации



Меню школьника  
Столовой общеобразовательной организации

10 января 2024 г.

Среда (3 день)

Наименование блюд	7 - 11 лет			12 - 18 лет		
	Масса порции, г	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции, г	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)

**Завтрак (в т.ч. ОБЗ)**

"Ежики" с овощами (мясо говядины, крупа рисовая, лук, морковь, яйцо, масло раст.)	80		149,33	100		186,66
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло слив.)	175		190,75	200		218
Фруктовый чай с яблоком (яблоки, чай, сахар)	200		92,8	200		92,8
Хлеб пшеничный	45		105,75	50		117,5
<b>Итого за завтрак</b>	<b>500</b>	<b>64,63</b>	<b>538,63</b>	<b>550</b>	<b>77,94</b>	<b>614,96</b>

**Обед (2 смена)(в т.ч. ОБЗ)**

Салат "Здоровье" (морковь, свекла, зеленый горошек, масло раст.)	60		72,18			
Щи из свежей капусты с картофелем (капуста, картофель, морковь, лук, масло слив., томатная паста)	200		66,4			
"Ежики" с овощами(мясо говядины, крупа рисовая, лук, морковь, яйцо, масло раст.)	95		177,32			
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло слив.)	165		179,85			
Компот из свежих плодов (яблоки,сахар,лим.кисл)	200		142			
Хлеб пшеничный	35		82,25			
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20		36,2			
<b>Итого за обед</b>	<b>775</b>	<b>94,40</b>	<b>756,2</b>			

**Дополнительное питание (ОБЗ)**

Бутерброд с маслом (хлеб, масло слив.)	35		119			
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54			
<b>Итого за дополнительное питание</b>	<b>215</b>	<b>13,67</b>	<b>173</b>			

Зав. Производством: Кудерова М.Н. Калькулятор: Вдовкина С.А. 

Согласовано  
Директор общеобразовательной организации



Меню школьника  
Столовой общеобразовательной организации

11 января 2024 г.  
Четверг (4 день)

Наименование блюд	7 - 11 лет			12 - 18 лет		
	Масса порции, г	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции, г	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)

**Завтрак (в т.ч. ОБЗ)**

Яблоки	170		79,9	240		112,8
Каша "Дружба"(крупа рисовая, крупа пшеничная,молоко масл.слив.)	200		226,2	250		285,75
Чай с молоком (чай, молоко сгущенное, сахар)	200		89,32	200		89,32
Хлеб пшеничный	35		82,25	50		117,5
<b>Итого за завтрак</b>	<b>605</b>	<b>64,63</b>	<b>477,67</b>	<b>740</b>	<b>83,73</b>	<b>605,37</b>

**Обед (2 смена)(в т.ч. ОБЗ)**

Салат "Фантазия" (картофель, морковь, лук, огурцы, зеленый горошек, масло раст.)	60		78,89			
Рассольник Ленинградский (картофель, морковь, лук, перловая крупа, огурцы сол.)	200		97,04			
Котлеты "Клас-сные" (филе куриное, лук, морковь, хлеб, сухари, масло раст.)	95		190,54			
Макаронные изделия отварные(макаронные изд.,масло сл.)	160		235,2			
Фруктовый чай (чай, апельсины, лимоны, сахар)	200		92,8			
Хлеб пшеничный	35		82,25			
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	25		42,25			
<b>Итого за обед</b>	<b>775</b>	<b>94,40</b>	<b>818,97</b>			

**Дополнительное питание (ОБЗ)**

Вафли	35		122,5			
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54			
<b>Итого за дополнительное питание</b>	<b>215</b>	<b>13,67</b>	<b>176,5</b>			

Зав. Производством: Кудерова М.Н. 

Калькулятор: Вдовкина С.А. 

Согласовано  
Директор общеобразовательной организации

*С.А. Вдовкина*



Меню школьника  
Столовой общеобразовательной организации

12 января 2024 г.  
Пятница (5 день)

Наименование блюд	7 - 11 лет			12 - 18 лет		
	Масса порции, г	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции, г	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)

**Завтрак (в т.ч. ОБЗ)**

Куриное филе тушеное в соусе (филе куриное, морковь, лук, масло слив., томат.паста)	95		152	110		176
Каша вязкая (гречневая) (крупа гречневая, масло сл.)	170		193,8	200		228
Чай с сахаром (чай, сахар)	200		60	200		60
Хлеб пшеничный	50		117,5	50		117,5
<b>Итого за завтрак</b>	<b>515</b>	<b>64,63</b>	<b>523,3</b>	<b>560</b>	<b>74,33</b>	<b>581,5</b>

**Обед (2 смена)(в т.ч. ОБЗ)**

Салат из белокочанной капусты с морковью (капуста, морковь, масло раст., сахар, лимон.кисл.)	60		81,96			
Суп "Кудрявый"(картофель,морковь,лук,яйцо,масло сл.,сметана)	230		114,33			
Куриное филе тушеное в соусе (филе куриное, морковь, лук, масло слив., томат.паста)	100		160			
Каша вязкая (гречневая) (крупа гречневая, масло сл.)	170		193,8			
Фруктовый чай с яблоком (яблоки, чай, сахар)	200		92,8			
Хлеб пшеничный	30		70,5			
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30		54,3			
<b>Итого за обед</b>	<b>820</b>	<b>94,40</b>	<b>767,69</b>			

**Дополнительное питание (ОБЗ)**

Пряники	70		288,23			
Чай с сахаром (чай, сахар)	200		60			
<b>Итого за дополнительное питание</b>	<b>270</b>	<b>13,67</b>	<b>348,23</b>			

Зав. Производством: Кудерова М.Н. *М.Н. Кудерова*

Калькулятор: Вдовкина С.А. *С.А. Вдовкина*



Согласовано  
Директор общеобразовательной организации

*С.А. Вдовкина*



Меню школьника  
Столовой общеобразовательной организации

13 января 2024 г.  
Суббота

Наименование блюд	12 - 18 лет		
	Масса порции, г	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)

**Завтрак (в т.ч. ОБЗ)**

Гуляш (мясо говядины, масло раст., лук, томатная паста, мука)	100		132
Рис припущенный (крупа рисовая, масло сл.)	200		264,2
Чай с лимоном (чай, лимоны, сахар)	200		60
Хлеб пшеничный	50		117,5
<b>Итого за завтрак</b>	<b>550</b>	<b>87,39</b>	<b>573,7</b>

**Дополнительное питание (ОБЗ)**

Бутерброд с повидлом (хлеб, масло слив., повидло)	42		166,66
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54
<b>Итого за дополнительное питание</b>	<b>222</b>	<b>13,67</b>	<b>220,66</b>

Зав. Производством: Кудерова М.Н. *М.Н. Кудерова*

Калькулятор: Вдовкина С.А. *С.А. Вдовкина*