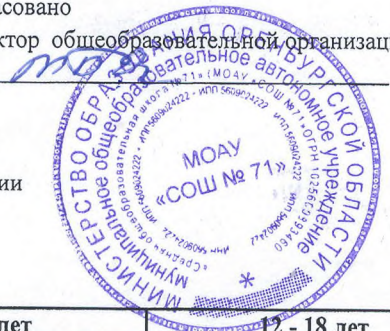


Согласовано
Директор общеобразовательной организации



Меню школьника
Столовой общеобразовательной организации

28 ноября 2022 г.
понедельник (7 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. ОВЗ, УСП) | | | (в т.ч. УСП) | | | |
| Фрикадельки куриные в соусе (2-й вариант) (филе куриное, мясо свинины, лук, морковь, хлеб, яйцо, мука, томат. паста, сахар, сметана, масло раст.) | 110 | | 177,66 | 110 | | 177,66 |
| Макаронные изделия отварные (макаронные изд., масло сл.) | 188 | | 276,36 | 195 | | 286,65 |
| Фруктовый чай с яблоком (яблоки, чай, сахар) | 200 | | 92,80 | 200 | | 92,80 |
| Хлеб пшеничный | 25 | | 58,75 | 50 | | 117,50 |
| Итого за завтрак | 523 | 61,53 | 605,57 | 555 | 63,61 | 674,61 |
| Обед | | | | | | |
| Винегрет овощной (2-й вариант) (картофель, свекла, морковь, огурцы, лук, зеленый горошек, масло раст.) | 60 | | 57,75 | 100 | | 96,25 |
| Суп "Кудрявый" (картофель, морковь, лук, яйцо, масло сл., сметана) | 200 | | 99,42 | 250 | | 124,28 |
| Гуляш (мясо свинины, лук, мука, томат. паста, масло раст.) | 90 | | 118,80 | 100 | | 132,00 |
| Каша вязкая (пшеничная) (крупа пшеничная, масло сл.) | 150 | | 178,50 | 180 | | 214,20 |
| Компот из свежих плодов (яблоки, сахар) | 200 | | 142,00 | 200 | | 142,00 |
| Хлеб пшеничный | 20 | | 47,00 | 30 | | 70,50 |
| Хлеб столовый (ржано-пшеничный) | 20 | | 36,20 | 20 | | 36,20 |
| Итого за обед | 740 | 77,96 | 679,67 | 880 | 94,21 | 815,43 |
| Обед (2 смена) (в т.ч. ОВЗ, УСП) | | | (в т.ч. УСП) | | | |
| Винегрет овощной (2-й вариант) (картофель, свекла, морковь, огурцы, лук, зеленый горошек, масло раст.) | 60 | | 57,75 | 100 | | 96,25 |
| Суп "Кудрявый" (картофель, морковь, лук, яйцо, масло сл., сметана) | 250 | | 124,28 | 250 | | 124,28 |
| Фрикадельки куриные в соусе (1-й вариант) (филе куриное, мясо свинины, лук, морковь, хлеб, яйцо, мука, томат. паста, сахар, сметана, масло раст.) | 110 | | 161,35 | 110 | | 177,66 |
| Макаронные изделия отварные (макаронные изд., масло сл.) | 160 | | 235,20 | 180 | | 264,60 |
| Компот из свежих плодов (яблоки, сахар) | 200 | | 142,00 | 200 | | 142,00 |
| Хлеб пшеничный | 20 | | 47,00 | 30 | | 70,50 |
| Хлеб столовый (ржано-пшеничный) | 20 | | 36,20 | 24 | | 43,44 |
| Итого за обед | 820 | 87,57 | 803,78 | 894 | 104,71 | 918,73 |
| Полдник | | | | | | |
| Молоко кипяченое | 180 | | 95,40 | | | |
| Булочка домашняя (мука, сахар, масло сл., яйцо, дрожжи, масло раст.) | 50 | | 194,17 | | | |
| Плоды свежие (яблоки) | 110 | | 51,70 | | | |
| Итого за полдник | 340 | 44,96 | 341,27 | | | |
| Дополнительное питание | | | | | | |
| Чай с сахаром (чай, сахар) | 190 | | 57,00 | | | |
| Сдоба обыкновенная (мука, сахар, масло сл., дрожжи, масло раст.) | 40 | | 124,67 | | | |
| Итого за дополнительное питание | 230 | 6,07 | 181,67 | | | |

Зав. Производством: Суслова А.А.

Калькулятор: Морозова А.В.

Согласовано
 Директор общеобразовательной организации



Меню школьника
 Столовой общеобразовательной организации

29 ноября 2022 г.
 вторник (8 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. ОВЗ, УСП) | | | | | | |
| Бутерброд горячий (батон, сметана, сыр) | 75 | | 162,28 | 75 | | 162,28 |
| Каша рисовая вязкая (крупа рисовая, молоко, сахар, масло сл.) | 200 | | 228,00 | 240 | | 273,60 |
| Чай апельсиновый (чай, апельсины, сахар) | 200 | | 94,08 | 200 | | 94,08 |
| Хлеб пшеничный | 45 | | 105,75 | 35 | | 82,25 |
| Итого за завтрак | 520 | 61,53 | 590,11 | 550 | 66,20 | 612,21 |
| Обед | | | | | | |
| Салат "Калейдоскоп" (капуста, морковь, кукуруза консер., сахар, лимон.кисл., масло раст.) | 60 | | 63,04 | 100 | | 105,06 |
| Борщ Сибирский (свекла, капуста, картофель, морковь, лук, фасоль, томатная паста, масло сл., сахар, лимон. кисл.) | 200 | | 94,40 | 250 | | 118,00 |
| Котлеты "Клас-сные" (филе куриное, мясо свинины, хлеб, лук, морковь, сухари, масло раст.) | 90 | | 180,51 | 100 | | 200,57 |
| Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сл.) | 150 | | 163,50 | 180 | | 196,20 |
| Кисель из концентрата плодового или ягодного (кисель, сахар) | 200 | | 122,00 | 200 | | 122,00 |
| Хлеб пшеничный | 30 | | 70,50 | 30 | | 70,50 |
| Хлеб столовый (ржано-пшеничный) | 30 | | 54,30 | 30 | | 54,30 |
| Итого за обед | 760 | 81,17 | 748,25 | 890 | 96,39 | 866,63 |
| Обед (2 смена)(в т.ч. ОВЗ, УСП) | | | | | | |
| Салат "Калейдоскоп" (капуста, морковь, кукуруза консер., сахар, лимон.кисл., масло раст.) | 63 | | 66,19 | 100 | | 105,06 |
| Борщ Сибирский (свекла, капуста, картофель, морковь, лук, фасоль, томатная паста, масло сл., сахар, лимон. кисл.) | 250 | | 118,00 | 250 | | 118,00 |
| Котлеты "Клас-сные" (филе куриное, мясо свинины, хлеб, лук, морковь, сухари, масло раст.) | 90 | | 180,51 | 100 | | 200,57 |
| Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сл.) | 172 | | 187,48 | 180 | | 196,20 |
| Чай апельсиновый (чай, апельсины, сахар) | 200 | | 94,08 | 200 | | 94,08 |
| Хлеб пшеничный | 20 | | 47,00 | 25 | | 58,75 |
| Хлеб столовый (ржано-пшеничный) | 25 | | 45,25 | 25 | | 45,25 |
| Итого за обед | 820 | 87,57 | 738,51 | 880 | 98,11 | 817,91 |
| Полдник | | | | | | |
| Ряженка | 200 | | 112,52 | | | |
| Булочка с маком (мука, сахар, масло сл., дрожжи, мак, масло раст.) | 60 | | 165,00 | | | |
| Плоды свежие (апельсины) | 100 | | 43,00 | | | |
| Итого за полдник | 360 | 57,56 | 320,52 | | | |
| Дополнительное питание | | | | | | |
| Чай с сахаром (чай, сахар) | 190 | | 57,00 | | | |
| Булочка с маком (мука, сахар, масло сл., дрожжи, мак, масло раст.) | 60 | | 165,00 | | | |
| Итого за дополнительное питание | 250 | 6,07 | 222,00 | | | |

Зав. Производством: Суслова А.А.

Калькулятор: Морозова А.В.



Согласовано
 Директор общеобразовательной организации

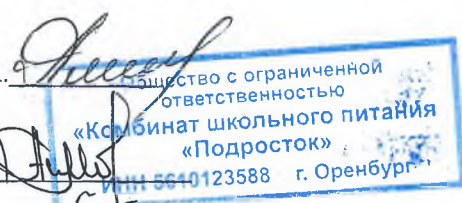


Меню школьника
 Столовой общеобразовательной организации

30 ноября 2022 г.
 среда (9 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. ОВЗ, УСП) | | | (в т.ч. УСП) | | | |
| Тефтели (1-й вариант) (мясо говядины, хлеб, лук, морковь, масло сл., мука, сахар, томат паста, масло раст.) | 83 | | 193,11 | 110 | | 255,93 |
| Каша вязкая (гречневая) (крупа гречневая, масло сл.) | 180 | | 205,20 | 190 | | 216,60 |
| Фруктовый чай (чай, апельсины, лимоны, сахар) | 200 | | 92,80 | 200 | | 92,80 |
| Хлеб пшеничный | 37 | | 86,95 | 50 | | 117,50 |
| Итого за завтрак | 500 | 61,53 | 578,06 | 550 | 76,40 | 682,83 |
| Обед | | | | | | |
| Салат витаминный (капуста, морковь, яблоки, сахар, лимон. кисл., масло раст.) | 60 | | 82,80 | 100 | | 138,00 |
| Суп картофельный с макаронными изделиями (лапша домашняя, картофель, лук, морковь, масло сл.) | 200 | | 89,04 | 250 | | 111,30 |
| Фрикадельки рыбные с томатным соусом (филе горбуши, хлеб, яйцо, лук, морковь, мука, масло сл., томат паста, сахар, масло раст.) | 90 | | 101,70 | 100 | | 113,00 |
| Пюре из гороха с маслом (горох, масло сл.) | 150 | | 210,00 | 180 | | 252,00 |
| Масло сливочное | 7 | | 52,36 | 7 | | 52,36 |
| Лимонный напиток (лимоны, сахар) | 200 | | 89,60 | 200 | | 89,60 |
| Хлеб пшеничный | 20 | | 47,00 | 20 | | 47,00 |
| Хлеб столовый (ржано-пшеничный) | 20 | | 36,20 | 18 | | 32,58 |
| Итого за обед | 747 | 76,23 | 708,70 | 875 | 88,55 | 835,84 |
| Обед (2 смена)(в т.ч. ОВЗ, УСП) | | | (в т.ч. УСП) | | | |
| Салат витаминный (капуста, морковь, яблоки, сахар, лимон. кисл., масло раст.) | 60 | | 82,80 | 100 | | 138,00 |
| Суп картофельный с макаронными изделиями (лапша домашняя, картофель, лук, морковь, масло раст.) | 220 | | 97,94 | 250 | | 111,30 |
| Тефтели (1-й вариант) (мясо говядины, хлеб, лук, морковь, масло сл., мука, сахар, томат паста, масло раст.) | 105 | | 244,30 | 105 | | 244,30 |
| Каша вязкая (гречневая) (крупа гречневая, масло сл.) | 155 | | 176,70 | 180 | | 205,20 |
| Фруктовый чай (чай, апельсины, лимоны, сахар) | 200 | | 92,80 | 200 | | 92,80 |
| Хлеб пшеничный | 32 | | 75,20 | 20 | | 47,00 |
| Хлеб столовый (ржано-пшеничный) | 30 | | 54,30 | 20 | | 36,20 |
| Итого за обед | 802 | 87,57 | 824,04 | 875 | 93,51 | 874,80 |
| Полдник | | | | | | |
| Молоко кипяченое | 200 | | 106,00 | | | |
| Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом (мука, масло сл., дрожжи, сахар, масло раст., яйцо, повидло) | 50 | | 158,33 | | | |
| Плоды свежие (яблоки) | 100 | | 47,00 | | | |
| Итого за полдник | 350 | 45,96 | 311,33 | | | |
| Дополнительное питание | | | | | | |
| Чай с сахаром (чай, сахар) | 190 | | 57,00 | | | |
| Булочка молочная (мука, масло раст., молоко, дрожжи) | 55 | | 140,25 | | | |
| Итого за дополнительное питание | 245 | 6,07 | 197,25 | | | |

Зав. Производством: Суслова А.А.



Калькулятор: Морозова А.В.

Согласовано

Директор общеобразовательной организации



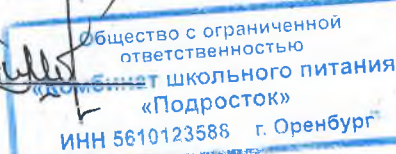
Меню школьника
Столовой общеобразовательной организации

1 декабря 2022 г.
четверг (10 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. ОВЗ, УСП) | | | (в т.ч. УСП) | | | |
| Куриное филе тушеное в соусе (филе куриное, морковь, лук, масло сл., томат) | 100 | | 160,00 | 120 | | 192,00 |
| Рис припущенный (крупа рисовая, масло сл.) | 162 | | 214,00 | 180 | | 237,78 |
| Чай с сахаром (чай, сахар) | 200 | | 60,00 | 200 | | 60,00 |
| Хлеб пшеничный | 40 | | 94,00 | 50 | | 117,50 |
| Итого за завтрак | 502 | 61,53 | 528 | 550 | 72,35 | 607,28 |
| Обед | | | | | | |
| Салат "Солнечный" (картофель, кукуруза, морковь, огурцы, масло раст.) | 60 | | 78,22 | 100 | | 130,37 |
| Щи из свежей капусты с картофелем (капуста, картофель, морковь, лук, масло раст., томатная паста) | 200 | | 66,40 | 250 | | 83,00 |
| Шницель детский (филе куриное, мясо говядины, мясо свинины, хлеб, лук, сухари, масло раст.) | 90 | | 206,96 | 100 | | 229,95 |
| Макаронные изделия отварные (макаронные изд., масло сл.) | 150 | | 220,50 | 180 | | 264,60 |
| Чай апельсиновый (чай, апельсины, сахар) | 200 | | 94,08 | 200 | | 94,08 |
| Хлеб пшеничный | 20 | | 47,00 | 20 | | 47,00 |
| Хлеб столовый (ржано-пшеничный) | 20 | | 36,20 | 20 | | 36,20 |
| Итого за обед | 740 | 91,47 | 749,36 | 870 | 110,54 | 885,20 |
| Обед (2 смена)(в т.ч. ОВЗ, УСП) | | | (в т.ч. УСП) | | | |
| Салат "Солнечный" (картофель, кукуруза, морковь, огурцы, масло раст.) | 60 | | 78,22 | 100 | | 130,37 |
| Щи из свежей капусты с картофелем (капуста, картофель, морковь, лук, масло раст., томатная паста) | 250 | | 83,00 | 250 | | 83,00 |
| Куриное филе тушеное в соусе (филе куриное, морковь, лук, масло сл., томат) | 100 | | 160,00 | 120 | | 192,00 |
| Рис припущенный (крупа рисовая, масло сл.) | 165 | | 217,97 | 180 | | 237,78 |
| Чай апельсиновый (чай, апельсины, сахар) | 200 | | 94,08 | 200 | | 94,08 |
| Хлеб пшеничный | 20 | | 47,00 | 30 | | 70,50 |
| Хлеб столовый (ржано-пшеничный) | 18 | | 32,58 | 30 | | 54,30 |
| Итого за обед | 813 | 87,57 | 712,85 | 910 | 108,92 | 862,03 |
| Полдник | | | | | | |
| Соки овощные, фруктовые и ягодные | 200 | | 92,00 | | | |
| Корж молочный (мука, сахар, масло сл., яйцо, разрыхлитель, молоко, ванилин) | 57 | | 227,05 | | | |
| Плоды свежие (яблоки) | 100 | | 47,00 | | | |
| Итого за полдник | 357 | 40,77 | 366,05 | | | |
| Дополнительное питание | | | | | | |
| Чай с сахаром (чай, сахар) | 180 | | 54,00 | | | |
| Булочка российская (мука, сахар, масло раст., яйцо) | 50 | | 174,00 | | | |
| Итого за дополнительное питание | 230 | 6,07 | 228,00 | | | |

Зав. Производством: Сулова А.А.

Калькулятор: Морозова А.В.



Согласовано
 Директор общеобразовательной организации



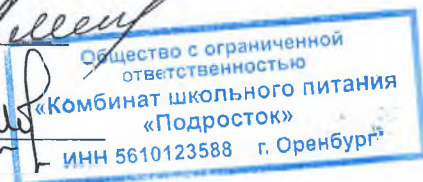
Меню школьника
 Столовой общеобразовательной организации

2 декабря 2022 г.
 пятница (11 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. ОВЗ, УСП) | | | | | | |
| <i>(в т.ч. УСП)</i> | | | | | | |
| Мясные шарики с овощами (филе куриное, мясо говядины, мясо свинины, крупа рисовая, лук, морковь, яйцо, масло раст.) | 85 | | 187,94 | 110 | | 243,22 |
| Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сл.) | 165 | | 179,85 | 190 | | 207,10 |
| Чай с лимоном (чай, лимоны, сахар) | 200 | | 61,62 | 200 | | 61,62 |
| Хлеб пшеничный | 50 | | 117,50 | 50 | | 117,50 |
| Итого за завтрак | 500 | 61,53 | 546,91 | 550 | 75,06 | 629,44 |
| Обед | | | | | | |
| Салат "Радуга" (капуста, свекла, морковь, яблоки, сахар, лимон. кисл., масло раст.) | 60 | | 75,46 | 100 | | 125,77 |
| Суп картофельный с бобовыми (картофель, горох, лук, морковь, масло раст.) | 200 | | 107,80 | 250 | | 134,75 |
| Каша перловая с мясом, овощами (крупа перловая, мясо свинины, лук, морковь, масло раст.) | 200 | | 381,70 | 220 | | 419,87 |
| Компот из смеси сухофруктов (сухофрукты, сахар) | 200 | | 113,79 | 200 | | 113,79 |
| Хлеб пшеничный | 25 | | 58,75 | 30 | | 70,50 |
| Хлеб столовый (ржано-пшеничный) | 25 | | 45,25 | 30 | | 54,30 |
| Итого за обед | 710 | 63,69 | 782,75 | 830 | 74,45 | 918,98 |
| Обед (2 смена)(в т.ч. ОВЗ, УСП) | | | | | | |
| <i>(в т.ч. УСП)</i> | | | | | | |
| Салат "Радуга" (капуста, свекла, морковь, яблоки, сахар, лимон. кисл., масло раст.) | 60 | | 75,46 | 100 | | 125,77 |
| Суп картофельный с бобовыми (картофель, горох, лук, морковь, масло раст.) | 230 | | 123,97 | 250 | | 134,75 |
| Мясные шарики с овощами (филе куриное, мясо говядины, мясо свинины, крупа рисовая, лук, морковь, яйцо, масло раст.) | 100 | | 221,11 | 100 | | 221,11 |
| Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сл.) | 170 | | 185,30 | 180 | | 196,20 |
| Компот из смеси сухофруктов (сухофрукты, сахар) | 200 | | 113,79 | 200 | | 113,79 |
| Хлеб пшеничный | 28 | | 65,80 | 20 | | 47,00 |
| Хлеб столовый (ржано-пшеничный) | 25 | | 45,25 | 20 | | 36,20 |
| Итого за обед | 813 | 87,57 | 830,68 | 870 | 93,28 | 874,82 |
| Полдник | | | | | | |
| Ряженка | 200 | | 112,52 | | | |
| Ватрушки с творожным фаршем (творог, мука, сахар, масло слив., яйцо, дрожжи, масло раст.) | 100 | | 196,67 | | | |
| Итого за полдник | 300 | 59,30 | 309,19 | | | |
| Дополнительное питание | | | | | | |
| Чай с сахаром (чай, сахар) | 190 | | 57,00 | | | |
| Булочка школьная (мука, сахар, масло раст., дрожжи, масло сл.) | 55 | | 157,30 | | | |
| Итого за дополнительное питание | 245 | 6,07 | 214,30 | | | |

Зав. Производством: Сулова А.А.

Калькулятор: Морозова А.В.



Согласовано
Директор общеобразовательной организации



Меню школьника
Столовой общеобразовательной организации

3 декабря 2022 г.
суббота (12 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. ОВЗ, УСП) | | | (в т.ч. УСП) | | | |
| Сыр (порциями) | 12 | | 43,68 | 12 | | 43,68 |
| Каша пшенная вязкая (крупа пшенная, молоко, сахар, масло сл.) | 195 | | 243,75 | 250 | | 312,50 |
| Кисель с витаминами "Витошка" | 200 | | 74,00 | 200 | | 74,00 |
| Булочка молочная (мука, масло раст., молоко, дрожжи) | 100 | | 255,00 | 100 | | 255,00 |
| Итого за завтрак | 507 | 61,53 | 616,43 | 562 | 67,86 | 685,18 |
| Обед (2 смена)(в т.ч. ОВЗ) | | | | | | |
| Салат из моркови и яблок (морковь, яблоки, масло раст.) | 60 | | 74,40 | 100 | | 124,00 |
| Суп из овощей (капуста, картофель, морковь, лук, зеленый горошек, масло раст.) | 200 | | 76,20 | 250 | | 95,25 |
| Фрикадельки в соусе (мясо говядины, морковь, лук, хлеб, масло сл., томат. паста, мука, сахар) | 105 | | 230,40 | 105 | | 230,40 |
| Каша вязкая (гречневая) (крупа гречневая, масло сл.) | 165 | | 188,10 | 180 | | 205,20 |
| Компот из свежих плодов (яблоки, сахар) | 200 | | 142,00 | 200 | | 142,00 |
| Хлеб пшеничный | 35 | | 82,25 | 30 | | 70,50 |
| Хлеб столовый (ржано-пшеничный) | 30 | | 54,30 | 30 | | 54,30 |
| Итого за обед | 795 | 87,57 | 847,65 | 895 | 95,68 | 921,65 |
| Дополнительное питание | | | | | | |
| Чай | 180 | | 2,70 | | | |
| Печенье | 30 | | 125,10 | | | |
| Итого за дополнительное питание | 210 | 6,07 | 127,80 | | | |

Зав. Производством: Сулова А.А.

Калькулятор: Морозова А.В.

