

1 ВАРИАНТ ПРИМЕРНОЕ 24- ДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ Ноябрь 2023 г. – Февраль 2024 г.

Выход, гр. Эн.цен. (ккал) ПОНЕДЕ	ой лапшой 250 ой лапшой 250 аслом 180 каной 30/20 уктов и ягод 200 ник енте 100 со сметаной 250 морковью NEW 100 сс маслом 180 каной 20/20 рованный плодово 200	9H.ILEH.(KKAJ) 0,6/0,6/14,7/70,5 6,58/6,03/13,27/134,92 18,4/17,5/3,16/244 6,93/6,05/41,11/232,8 2,28/0,24/14,76/70,5/ 1,32/0,24/8,04/39,6 0,25/0/12,73/51,3 0,8/0,2/7,5/38 2,12/3,47/8,97/76,8 18,22/25,3/10,57/346,25 8,11/4,72/49,54/272,97 1,52/0,16/9,84/47/ 1,32//0,24/8,04/39,6 0/0/20/80,6
Фрукты в ассортименте 150 0,6/0,6/14,7/70,5 Фрукты в ассортиме IIIи с мясом и сметаной 250 7,5/7,85/8,9/137,17 Суп куриный с янчи Наов с мясом и куркумой 280 28,65/36,35/41,93/610,23 Гуляш Хлеб пшеничный/ржаной 20/20 1,52/0,16/9,84/47/ Булгур отварной с м 1,52/0,16/9,84/47/ 1,32/0,248,04/39,6 Компот из сухофруктов 200 0,37/0/14,85/59,48 Хлеб пшеничный/ря ВНОРНИК 80 Компот из сухофрукты в ассортиме Винетрет 100 5,27/8,41/22,78/204,44 Фрукты в ассортиме Суп рыбный с крупой (рыбные консервы) 250 6,227/5,91/5,915,88 Ши вететарианские консервы) Котлета из птицы 100 18,54/15,4/11,88/261,01 Запеканка мясная с з мясная с з мясная птицы Картофель отварной с маслом и зеленью 20/20 1,52/0,16/9,84/47/ 1,32/0,24/8,04/39,6 Компот из смеси фруктов и ягод 20/20 1,52/0,16/9,84/47/ 1,32/0,24/8,04/39,6 Компот из смеси фруктов и ягод 200 0,25/0/12,73/51,3 Кисель витаминизи (картофель, морковь зел. горошей, мясло (картофель, мясло мясло (картофель, мясло мясло (картофель, мясло мясло (картофель, мясло (картофель, мясло	ой лапшой 250 ой лапшой 250 аслом 180 каной 30/20 уктов и ягод 200 ник енте 100 со сметаной 250 морковью NEW 100 сс маслом 180 каной 20/20 рованный плодово 200	6,58/6,03/13,27/134,92 18,4/17,5/3,16/244 6,93/6,05/41,11/232,8 2,28/0,24/14,76/70,5/ 1,32/0,24/8,04/39,6 0,25/0/12,73/51,3 0,8/0,2/7,5/38 2,12/3,47/8,97/76,8 18,22/25,3/10,57/346,25 8,11/4,72/49,54/272,97 1,52/0,16/9,84/47/ 1,32//0,24/8,04/39,6
Плов с мясом и куркумой 280 28,65/36,35/41,93/610,23 Гуляш Хлеб пшеничный/ржаной 20/20 1,52/0,16/9,84/47/ Булгур отварной с м 1,32/0,24/8,04/39,6 Компот из сухофруктов 200 0,37/0/14,85/59,48 Хлеб пшеничный/рж Компот из сухофруктов 200 0,37/0/14,85/59,48 Хлеб пшеничный/рж Компот из смеси фр ВТОР В	аслом 100 аслом 180 каной 30/20 каной 30/20 муктов и ягод 200 ник ните 100 со сметаной 250 морковью NEW 100 с с маслом 180 каной 20/20 рованный плодово 200	18,4/17,5/3,16/244 6,93/6,05/41,11/232,8 2,28/0,24/14,76/70,5/ 1,32/0,24/8,04/39,6 0,25/0/12,73/51,3 0,8/0,2/7,5/38 2,12/3,47/8,97/76,8 18,22/25,3/10,57/346,25 8,11/4,72/49,54/272,97 1,52/0,16/9,84/47/ 1,32//0,24/8,04/39,6
Хлеб пшеничный/ржаной 20/20	аслом 180 каной 30/20 уктов и ягод 200 НИК ните 100 со сметаной 250 морковью NEW 100 с маслом 180 каной 20/20 рованный плодово 200	6,93/6,05/41,11/232,8 2,28/0,24/14,76/70,5/ 1,32/0,24/8,04/39,6 0,25/0/12,73/51,3 0,8/0,2/7,5/38 2,12/3,47/8,97/76,8 18,22/25,3/10,57/346,25 8,11/4,72/49,54/272,97 1,52/0,16/9,84/47/ 1,32//0,24/8,04/39,6
1,32/0,24/8,04/39,6	жаной 30/20 уктов и ягод 200 НИК ните 100 со сметаной 250 морковью NEW 100 с маслом 180 жаной 20/20 рованный плодово 200	2,28/0,24/14,76/70,5/ 1,32/0,24/8,04/39,6 0,25/0/12,73/51,3 0,8/0,2/7,5/38 2,12/3,47/8,97/76,8 18,22/25,3/10,57/346,25 8,11/4,72/49,54/272,97 1,52/0,16/9,84/47/ 1,32//0,24/8,04/39,6
ВНОРНИК ВНОРНИВ ВНОРНИК ВНЕРНИК ВНЕРНИК ВНЕРНИК ВНОРНИК ВНЕРНИК ВНЕРНИК ВНЕРНИК ВНЕРНИК ВНЕРНИК ВНЕРНИК ВН	уктов и ягод 200 НИК HTE 100 со сметаной 250 морковью NEW 100 с маслом 180 каной 20/20 рованный плодово 200	1,32/0,24/8,04/39,6 0,25/0/12,73/51,3 0,8/0,2/7,5/38 2,12/3,47/8,97/76,8 18,22/25,3/10,57/346,25 8,,11/4,72/49,54/272,97 1,52/0,16/9,84/47/ 1,32//0,24/8,04/39,6
ВИОРНИК ВИНЕГРЕТ 100 5,27/8,41/22,78/204,44 Фрукты в ассортиме Сул рыбный с крупой (рыбные консервы) Сул рыбный с крупой (рыбные консервы) 250 6,22/7,59/15,9/15,6/88 Щи вегетарианские консервы) Котлета из птицы 100 18,54/15,4/11,88/261,01 Запеканка мясная с г. Картофель отварной с маслом и зеленью 180 3,99/4,57/31,25/181,35 Макароны отварные с картофель отварные с маслом и смеси фруктов и ягод 20/20 1,52/0,16/9,84/47/ 1,32/0,24/8,04/39,6 Хлеб пшеничный/ря Компот из смеси фруктов и ягод 200 0,25/0/12,73/51,3 Кисель витаминизир - ягодный СРЕДА СРЕДА Салат из моркови с сыром 100 4,44/19,48/5,07/215,14 Салат Оливье «Шко (картофель, морковь зел. горошек, масло (картофель, морковь зел. горошек, масло Свекольник с мясом и сметаной 250 7,35/11,02/12/177,75 Свекольник с мясом Свекольний с мясом осусе 100 15,49/17,98/5,79/249,12 Жаркое с мясом Спатетти отварные с маслом 180 8,11/4,72/49,54/272,97 Жаб в шеничный/ря Хлеб пшеничный/ржаной 20/20 1,52/0,16/9,84/47/ Сок фруктовый Нетв	ник 100 со сметаной 250 морковью NEW 100 е с маслом 180 каной 20/20 рованный плодово 200	0,8/0,2/7,5/38 2,12/3,47/8,97/76,8 18,22/25,3/10,57/346,25 8,,11/4,72/49,54/272,97 1,52/0,16/9,84/47/ 1,32//0,24/8,04/39,6
Винегрет 100 5,27/8,41/22,78/204,44 Фрукты в ассортиме консервы) Суп рыбный с крупой (рыбные консервы) 250 6,22/7,59/15,9/15,9/15,9/15,88 Щи вегетарианские консервы) Котлета из птицы 100 18,54/15,4/11,88/261,01 Запеканка мясная с г консервы) Картофель отварной с маслом и зеленью 180 3,99/4,57/31,25/181,35 Макароны отварные хлеб пшеничный/ря хлеб пшеничный/ря клеб пшеничный/ря (загод-4/8,04/39,6) Компот из смеси фруктов и ягод 200 0,25/0/12,73/51,3 Кисель витаминизир – ягодный (картофель, морковь зел. горошек, масло СРЕДА Салат из моркови с сыром 100 4,44/19,48/5,07/215,14 Салат Оливье «Шкк (картофель, морковь зел. горошек, масло Свекольник с мясом и сметаной 250 7,35/11,02/12/177,75 Свекольник с мясом Филе птицы в кисло – сладком соусе 100 15,49/17,98/5,79/249,12 Жаркое с мясом Спагетти отварные с маслом 180 8,11/4,72/49,54/272,97 Хлеб пшеничный/ря Хлеб пшеничный/ржаной 20/20 1,52/0,16/9,84/47/ Сок фруктовый Чай с сахаром 200 0/07,27/28,73 Икра свекольная Суп сливочно-сырный с гренками <td< td=""><td>ленте 100 со сметаной 250 морковью NEW 100 с с маслом 180 каной 20/20 оованный плодово 200</td><td>2,12/3,47/8,97/76,8 18,22/25,3/10,57/346,25 8,,11/4,72/49,54/272,97 1,52/0,16/9,84/47/ 1,32//0,24/8,04/39,6</td></td<>	ленте 100 со сметаной 250 морковью NEW 100 с с маслом 180 каной 20/20 оованный плодово 200	2,12/3,47/8,97/76,8 18,22/25,3/10,57/346,25 8,,11/4,72/49,54/272,97 1,52/0,16/9,84/47/ 1,32//0,24/8,04/39,6
Суп рыбный с крупой (рыбные консервы) 250 6,22/7,59/15,9/156,88 Щи вегетарианские консервы) Котлета из птицы 100 18,54/15,4/11,88/261,01 Запеканка мясная с в маслом и зеленью Картофель отварной с маслом и зеленью 180 3,99/4,57/31,25/181,35 Макароны отварные хлеб пшеничный/ря хлеб пшеничный/ря Хлеб пшеничный/ржаной 20/20 1,52/0,16/9,84/477 Хлеб пшеничный/ря хлеб пшеничный/ря Компот из смеси фруктов и ягод 200 0,25/0/12,73/51,3 Кисель витаминизир – ягодный СРЕДА Салат из моркови с сыром 100 4,44/19,48/5,07/215,14 Салат Оливье «Шкс (картофель, морковь зел. горошек, масло дель из висло – сладком соусе 100 15,49/17,98/5,79/249,12 Жаркое с мясом Свекольник с мясом и сметаной 250 7,35/11,02/12/177,75 Свекольник с мясом Спагетти отварные с маслом 180 8,11/4,72/49,54/272,97 Хлеб пшеничный/ря Хлеб пшеничный/ржаной 20/20 1,52/0,16/9,84/47/ Сок фруктовый Чай с сахаром 200 0/0/7,27/28,73 Икра свекольная Суп сливочно-сырный с гренками 250/12 17,63/29,04/19,47/413,03 Суп гороховый с мяс бильный гренкам	со сметаной 250 морковью NEW 100 с с маслом 180 каной 20/20 рованный плодово 200	2,12/3,47/8,97/76,8 18,22/25,3/10,57/346,25 8,,11/4,72/49,54/272,97 1,52/0,16/9,84/47/ 1,32//0,24/8,04/39,6
консервы) Котлета из птицы Картофель отварной с маслом и зеленью Хлеб пшеничный/ржаной СРЕДА Салат из моркови с сыром Свекольник с мясом и сметаной Од. 100 18,54/15,4/11,88/261,01 3апеканка мясная с планичный/ря Середа Салат из моркови с сыром 100 4,44/19,48/5,07/215,14 Салат Оливье «Пик (картофель, морковь зел. горошек, масло Овекольник с мясом и сметаной Срекольник с мясом и сметаной Од. 15,49/17,98/5,79/249,12 Хлеб пшеничный/ржаной Од. 15,49/17,98/5,79/249,12 Хлеб пшеничный/ржаной Од. 15,2/0,16/9,84/47/ 1,32/0,24/8,04/39,6 Ок фруктовый Суп сливочно-сырный с гренками Каша гречневая рассыпчатая с маслом 180 8,71/5,95/38,11/238,6 Каша гречневая рассыпчатая с маслом 180 8,71/5,95/38,11/238,6 Каша гречневая рассыпчатая с маслом Скам оруктовый Сок фруктовый Сок фруктовый Сок фруктовый Од. 20/20 1,52/0,16/9,84/47/ 1,32/0,24/8,04/39,6 Каша гречневая рассыпчатая с маслом Скам оруктовый Сок фруктовый Од. 20/20 1,52/0,16/9,84/47/ 1,32/0,24/8,04/39,6 Каша гречневая рассыпчатая с маслом Скам оруктовый Сок фруктовый Од. 20/20 1,52/0,16/9,84/47/ 1,32/0,24/8,04/39,6 Каша гречневая рассыпчатая с маслом Сок фруктовый Од. 20/20 1,52/0,16/9,84/47/ 1,32/0,24/8,04/39,6 Каша гречневая рассыпчатая с маслом Сок фруктовый	морковью NEW 100 с маслом 180 каной 20/20 рованный плодово 200	18,22/25,3/10,57/346,25 8,,11/4,72/49,54/272,97 1,52/0,16/9,84/47/ 1,32//0,24/8,04/39,6
Картофель отварной с маслом и зеленью 180 3,99/4,57/31,25/181,35 Макароны отварные Хлеб пшеничный/ржаной 20/20 1,52/0,16/9,84/47/ 1,32/0,24/8,04/39,6 Хлеб пшеничный/рх Компот из смеси фруктов и ягод 200 0,25/0/12,73/51,3 Кисель витаминизир – ягодный СРЕДА СРЕДА Салат из моркови с сыром 100 4,44/19,48/5,07/215,14 Салат Оливье «Шкс (картофель, морковь зел. горошек, масло (картофель, морковь зел. горошек, масло Филе птицы в кисло – сладком соусе 100 15,49/17,98/5,79/249,12 Жаркое с мясом Опагетти отварные с маслом Спагетти отварные с маслом 180 8,11/4,72/49,54/272,97 Хлеб пшеничный/рх Хлеб пшеничный/ржаной 20/20 1,52/0,16/9,84/47/ (Сок фруктовый Сок фруктовый Чай с сахаром 200 0/0/7,27/28,73 ЧЕТВЕРГ Фрукты в ассортименте 100 0,8/0,2/7,5/38 Икра свекольная Суп сливочно-сырный с тренками 250/12 17,63/29,04/19,47/413,03 Суп гороховый с мя Каша гречневая рассыпчатая с маслом 180 8,71/5,95/38,11/238,6 Каша гречневая рассыпчаная с маслом Каша гречневая рассыпчатая с маслом 180 8,71/5,	с с маслом 180 каной 20/20 рованный плодово 200	8,,11/4,72/49,54/272,97 1,52/0,16/9,84/47/ 1,32//0,24/8,04/39,6
Хлеб пшеничный/ржаной 20/20 1,52/0,16/9,84/47/ 1,32/0,24/8,04/39,6 Кисель витаминизираторов 200 0,25/0/12,73/51,3 Кисель витаминизиратор 200 0,25/0/12,73/51,3 Кисель витаминизиратор 200 0,25/0/12,73/51,3 Кисель витаминизиратор 200 0,25/0/12,73/51,3 Кисель витаминизиратор 200 2,44/19,48/5,07/215,14 Салат Оливье «Шко (картофель, морковь зел. горошек, масло Свекольник с мясом и сметаной 250 7,35/11,02/12/177,75 Свекольник с мясом Филе птицы в кисло – сладком соусе 100 15,49/17,98/5,79/249,12 Жаркое с мясом Спагетти отварные с маслом 180 8,11/4,72/49,54/272,97 Хлеб пшеничный/рж Хлеб пшеничный/рж 20/20 1,52/0,16/9,84/47/ 1,32/0,24/8,04/39,6 Сок фруктовый 200 0/0/7,27/28,73 Икра свекольная Суп сливочно-сырный с гренками 250/12 17,63/29,04/19,47/413,03 Суп гороховый с мяс Котлета мясная (говядина, курица) 100 19,16/16,64/8,74/261,98 Биточек из птицы зо 19,16/16,64/8,74/261,98 Биточек из птицы зо Каша гречневая рассыпчатая с маслом 180 8,71/5,95/38,11/238,6 Каша гречневая рассыпчатая с маслом 180 8,71/5,95/38,11/238,6 Каша гречневая рассыпчатая с маслом 20/20 1,52/0,16/9,84/47/ 1,32//0,24/8,04/39,6 Каша гречневая рассыпчатая с маслом 20/20 1,52/0,24/8,04/39,6 Каша гречневая рассыпчатая с маслом 20/20 1	каной 20/20 рованный плодово 200	1,52/0,16/9,84/47/ 1,32//0,24/8,04/39,6
1,32/0,24/8,04/39,6	рованный плодово 200	1,32//0,24/8,04/39,6
СРЕДА Салат из моркови с сыром 100 4,44/19,48/5,07/215,14 Салат Оливье «Пик (картофель, морковь зал. горошек, масло Овекольник с мясом и сметаной 250 7,35/11,02/12/177,75 Свекольник с мясом Филе птицы в кисло – сладком соусе 100 15,49/17,98/5,79/249,12 Жаркое с мясом Спагетти отварные с маслом 180 8,11/4,72/49,54/272,97 Хлеб пшеничный/ржаной 20/20 1,52/0,16/9,84/47/ 1,32/0,24/8,04/39,6 Чай с сахаром 200 0/0/7,27/28,73 ЧЕТВЕРГ Фрукты в ассортименте 100 0,8/0,2/7,5/38 Икра свекольная Суп сливочно-сырный с гренками 250/12 17,63/29,04/19,47/413,03 Суп гороховый с мяс Котлета мясная (говядина, курица) 100 19,16/16,64/8,74/261,98 Биточек из птицы зо Каша гречневая рассыпчатая с маслом 180 8,71/5,95/38,11/238,6 Каша гречневая рассыпчатая с маслом 180 1,52/0,16/9,84/47/ 1,32//0,24/8,04/39,6 Сок фруктовый 20/20 1,52/0,16/9,84/47/ 1,32//0,24/8,04/39,6 Каша гречневая рассыпчатая с маслом 180 Каша гречневая рассыпчатая с маслом 180 8,71/5,95/38,11/238,6 Каша гречневая рассыпчатая с маслом 180 8,71/5,95/38,11/238,6 Каша гречневая рассыпчатая с маслом Каша гречневая рассыпчатая с маслом 180 8,71/5,95/38,11/238,6 Каша гречневая рассыпчатая с маслом Каша гречневая рассыпчатая с маслом 180 8,71/5,95/38,11/238,6 Каша гречневая рассыпчатая с маслом Каша гречневая рассыпчатая с маслом Каша гречневая рассыпчатая с маслом 180 8,71/5,95/38,11/238,6 Каша гречневая рассыпчатая с маслом		0/0/20/80,6
Салат из моркови с сыром 100 4,44/19,48/5,07/215,14 Салат Оливье «Шкс (картофель, морковь зел. горошек, масло сременник с мясом и сметаной 250 7,35/11,02/12/177,75 Свекольник с мясом и сметаной 250 7,35/11,02/12/177,75 Свекольник с мясом масло офиле птицы в кисло – сладком соусе 100 15,49/17,98/5,79/249,12 Жаркое с мясом 20 Спагетти отварные с маслом 180 8,11/4,72/49,54/272,97 Хлеб пшеничный/ря Хлеб пшеничный/ржаной 20/20 1,52/0,16/9,84/47/ 1,32/0,24/8,04/39,6 Сок фруктовый Сок фруктовый Чай с сахаром 200 0/0/7,27/28,73 Икра свекольная Суп сливочно-сырный с гренками 250/12 17,63/29,04/19,47/413,03 Суп гороховый с мяс Котлета мясная (говядина, курица) 100 19,16/16,64/8,74/261,98 Биточек из птицы зо Каша гречневая рассыпчатая с маслом 180 8,71/5,95/38,11/238,6 Каша гречневая рассыпчатая с маслом Хлеб пшеничный/ржаной 20/20 1,52/0,16/9,84/47/ 1,32//0,24/8,04/39,6 Хлеб пшеничный/ря Сок фруктовый 200 1/0,2/20,2/92 Компот из сухофрук	TLA	
Свекольник с мясом и сметаной 250 7,35/11,02/12/177,75 Свекольник с мясом и сметаной 250 100 15,49/17,98/5,79/249,12 Жаркое с мясом Спагетти отварные с маслом 180 8,11/4,72/49,54/272,97 Хлеб пшеничный/рж Хлеб пшеничный/рж 20/20 1,52/0,16/9,84/47/ 1,32/0,24/8,04/39,6 Чай с сахаром 200 0/0/7,27/28,73 ЧЕТВЕРГ Фрукты в ассортименте 100 0,8/0,2/7,5/38 Икра свекольная Суп сливочно-сырный с гренками 250/12 17,63/29,04/19,47/413,03 Суп гороховый с мяс Котлета мясная (говядина, курица) 100 19,16/16,64/8,74/261,98 Биточек из птицы зо Каша гречневая рассыпчатая с маслом 180 8,71/5,95/38,11/238,6 Каша гречневая рассыпчатая с хасом 20/20 1,52/0,16/9,84/47/ 1,32//0,24/8,04/39,6 Сок фруктовый 20/20 1,52/0,16/9,84/47/ Хлеб пшеничный/рж 20/20 1,52/0,16/9,84/47/ Хлеб пшеничный/рж 20/20 1/0,2/20,24/8,04/39,6 Компот из сухофрук Сок фруктовый 20/20 1/0,2/20,2/92 Компот из сухофрук	ДА	
Филе птицы в кисло – сладком соусе 100 15,49/17,98/5,79/249,12 Жаркое с мясом Спагетти отварные с маслом 180 8,11/4,72/49,54/272,97 Хлеб пшеничный/ря Хлеб пшеничный/ржаной 20/20 1,52/0,16/9,84/47/ 1,32/0,24/8,04/39,6 Сок фруктовый Чай с сахаром 200 0/0/7,27/28,73 ЧЕТВЕРГ Фрукты в ассортименте 100 0,8/0,2/7,5/38 Икра свекольная Суп сливочно-сырный с гренками 250/12 17,63/29,04/19,47/413,03 Суп гороховый с мяс Котлета мясная (говядина, курица) 100 19,16/16,64/8,74/261,98 Биточек из птицы зо Каша гречневая рассыпчатая с маслом 180 8,71/5,95/38,11/238,6 Каша гречневая рассыпчатая с маслом Хлеб пшеничный/ржаной 20/20 1,52/0,16/9,84/47/ 1,32//0,24/8,04/39,6 Хлеб пшеничный/ря Сок фруктовый 200 1/0,2/20,2/92 Компот из сухофрук	, соленый огурец,	7,18/8,41/24,62/224,02
Спагетти отварные с маслом 180 8,11/4,72/49,54/272,97 Хлеб пшеничный/ри Хлеб пшеничный/ржаной 20/20 1,52/0,16/9,84/47/ 1,32/0,24/8,04/39,6 Сок фруктовый Чай с сахаром 200 0/0/7,27/28,73 ЧЕТВЕРГ Фрукты в ассортименте 100 0,8/0,2/7,5/38 Икра свекольная Суп сливочно-сырный с гренками 250/12 17,63/29,04/19,47/413,03 Суп гороховый с мяс Котлета мясная (говядина, курица) 100 19,16/16,64/8,74/261,98 Биточек из птицы зо Каша гречневая рассыпчатая с маслом 180 8,71/5,95/38,11/238,6 Каша гречневая расс Хлеб пшеничный/ржаной 20/20 1,52/0,16/9,84/47/ 1,32//0,24/8,04/39,6 Хлеб пшеничный/ря Сок фруктовый 200 1/0,2/20,2/92 Компот из сухофрук		7,35/11,02/12/177,75
Хлеб пшеничный/ржаной 20/20 1,52/0,16/9,84/47/ Сок фруктовый 1,32/0,24/8,04/39,6 200 0/0/7,27/28,73	280	18,29/28,47/28,69/446,42
Чай с сахаром 200 0/0/7,27/28,73 ЧЕТВЕРГ Фрукты в ассортименте 100 0,8/0,2/7,5/38 Икра свекольная Суп сливочно-сырный с гренками 250/12 17,63/29,04/19,47/413,03 Суп гороховый с мя Котлета мясная (говядина, курица) 100 19,16/16,64/8,74/261,98 Биточек из птицы зо Каша гречневая рассыпчатая с маслом 180 8,71/5,95/38,11/238,6 Каша гречневая расс Хлеб пшеничный/ржаной 20/20 1,52/0,16/9,84/47/ 1,32//0,24/8,04/39,6 Хлеб пшеничный/рх Сок фруктовый 200 1/0,2/20,2/92 Компот из сухофрук	каной 20/20	1,52/0,16/9,84/47/ 1,32//0,24/8,04/39,6
ЧЕТВЕРГ Фрукты в ассортименте 100 0,8/0,2/7,5/38 Икра свекольная Суп сливочно-сырный с гренками 250/12 17,63/29,04/19,47/413,03 Суп гороховый с мяс Котлета мясная (говядина, курица) 100 19,16/16,64/8,74/261,98 Биточек из птицы зо Каша гречневая рассыпчатая с маслом 180 8,71/5,95/38,11/238,6 Каша гречневая расс Хлеб пшеничный/ржаной 20/20 1,52/0,16/9,84/47/ 1,32//0,24/8,04/39,6 Хлеб пшеничный/рж Сок фруктовый 200 1/0,2/20,2/92 Компот из сухофрук	200	0/0/24/100
Фрукты в ассортименте 100 0,8/0,2/7,5/38 Икра свекольная Суп сливочно-сырный с гренками 250/12 17,63/29,04/19,47/413,03 Суп гороховый с мяс Котлета мясная (говядина, курица) 100 19,16/16,64/8,74/261,98 Биточек из птицы зо Каша гречневая рассыпчатая с маслом 180 8,71/5,95/38,11/238,6 Каша гречневая расс Хлеб пшеничный/ржаной 20/20 1,52/0,16/9,84/47/ 1,32//0,24/8,04/39,6 Хлеб пшеничный/рж Сок фруктовый 200 1/0,2/20,2/92 Компот из сухофрук		
Суп сливочно-сырный с гренками 250/12 17,63/29,04/19,47/413,03 Суп гороховый с мяс Котлета мясная (говядина, курица) 100 19,16/16,64/8,74/261,98 Биточек из птицы зо Виточек из птиц		
Котлета мясная (говядина, курица) 100 19,16/16,64/8,74/261,98 Биточек из птицы зо Каша гречневая рассыпчатая с маслом 180 8,71/5,95/38,11/238,6 Каша гречневая рассыпчатая с маслом Хлеб пшеничный/ржаной 20/20 1,52/0,16/9,84/47/ 1,32//0,24/8,04/39,6 Сок фруктовый 200 1/0,2/20,2/92 Компот из сухофрук	100	2,16/7,11/11,61/21,24
Хлеб пшеничный/ржаной 20/20 1,52/0,16/9,84/47/ Хлеб пшеничный/рж 1,32//0,24/8,04/39,6 Сок фруктовый 200 1/0,2/20,2/92 Компот из сухофрук		11,49/7,05/17,04/176,48 23,32/22,71/5,13/321,63
1,32//0,24/8,04/39,6 Сок фруктовый 200 1/0,2/20,2/92 Компот из сухофрук	сыпчатая с маслом 180	8,71/5,95/38,11/238,6
117	каной 20/20	1,52/0,16/9,84/47/ 1,32//0,24/8,04/39,6
Патини	тов 200	0,37//0/14,85/59,48
·	ИЦА	
Фрукты в ассортименте 150 0,6/0,6/14,7/70,5 Фрукты в ассортиме		0,6/0,6/14,7/70,5
Суп картофельный с мясом 250 7,23/6,88/13,5/144,62 Борщ с мясом и сме		7,19/10,98/10,93/172,55
Рыба тушенная с овощами 100 14,03/1,84/4,88/90,74 Запеканка из рыбы	100	12,9/7,53/6,59/145,47
Рис отварной с маслом 180 4,01/5,89/40,72/229,79 Картофельное пюре		3,94/9,37/25,88/204,26
Хлеб пшеничный/ржаной 60/50 4,56/0,48/29,52/141/ Хлеб пшеничный/рж 3,3/0,6/20,1/99		3,42/0,36/22,14/105,75/ 3,3/0,6/20,1/99
Напиток плодово – ягодный 200 0/0/14,16/55,48 Чай с сахаром витаминизированный ————————————————————————————————————	200	0/0//7,227/28,73
СУББОТТА СУББО	OTTA	
Икра свекольная 100 2,16/7,11/11,61/121,24 Салат из свеклы с сы		4,99/12,96/6,41/162,64
Суп куриный овощной 250 6,09/5,96/13,63/132,14 Суп картофельный с		7,23/6,88/13,5/144,62
Бефстроганов 100 18,91/19,04/3,84/263,23 Курица запеченная	100	26,45/22,03/0,8/305,07
Пюре из гороха с маслом 180 18,98/5,06/38,41/271,43 Каша пшенная вязка		4,72/5,08/26,21/168,66
Хлеб пшеничный/ржаной 20/20 1,52/0,16/9,84/47/ Хлеб пшеничный/рж 1,32//0,24/8,04/39,6	каной 45/25	3,42/0,36/22,14/105,75/ 1,65/0,3/10,05/49,5
Отвар из шиповника 200 0,64/0,25/16,06/79,85 Компот фруктово-яг		0,11/0,04/15,02/61,6

1 ВАРИАНТ ПРИМЕРНОЕ 24- ДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ Ноябрь 2023 г. – Февраль 2024 г.



ш неделя			IV НЕДЕЛЯ		
понедельник	Выход, гр.	Пищевая/энергетич еская ценность Б/Ж/У/ Эн.цен.(ккал)	понедельник	Выход, гр.	Пищевая/энергетичес кая ценность Б/Ж/У/ Эн.цен.(ккал)
Фрукты в ассортименте	150	0,6/0,6/14,7/70,5	Фрукты в ассортименте	150	0,6/0,6/14,7/70,5
Суп картофельный с фасолью	250	8,33/6,89/10,94/139,47	Суп –пюре с фрикадельками	250	18,35/25,97/7,63/339,34
Плов с курицей	280	29,55/27,55/44,77/544,14	Филе птицы тушеное с овощами (филе птицы, лук, морковь, томатная паста, сметана)	100	17,52/14,84/1,79/211,63/
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	1,52/0,16/9,84/47/ 1,32/0,24/8,04/39,6	Каша перловая рассыпчатая с маслом	180	4,26/5,82/29,15/186,05
Компот из сухофруктов	200	0,37/0/14,85/59,48	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	1,52/0,16/9,84/47/ 1,32/0,24/8,04/39,6
			Напиток плодово – ягодный витаминизированный	200	0/0/14,16/55,48
ВТОРНИК			вторник		
Фрукты в ассортименте	100	0,8/0,2/7,5/38	Салат Оливье «Школьный» (картофель, морковь, соленый огурец, зел. горошек, масло подсолнечное)	100	7,18/8,41/24,62/224,02
Борщ с мясом и сметаной	250	7,19/10,98/10,93/172,55	Суп томатный с курицей, фасолью и овощами	250	7,09/8,02/10,58/147,96
Запеканка куриная под сырной шапкой	100	22,42/22,57/2,33/304,45	Пельмени отварные с маслом//	200/5	17,09/22,27/32,26/398,78
Спагетти отварные с маслом	180	8,11/4,72/49,54/272,97	Гуляш	100	18,4/17,5/3,16/244
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	1,52/0,16/9,84/47/	Varya province manay vivorage a Manayay	180	0 71/5 05/20 11/220 6
Компот из смеси фруктов и ягод	200	1,32/0,24/8,04/39,6 0,25/0//12,73/51,3	Каша гречневая рассыпчатая с маслом Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	8,71/5,95/38,11/238,6 2,28/0,24/14,76/70, 50/
			Компот из смеси фруктов и ягод	200	1,32/0,24/8,04/39,6 0,25/0/12,73/51,3
СРЕДА			СРЕДА	200	0,23/0/12,73/31,3
Винегрет	100	5,27/8,41/22,78/204,44	Фрукты в ассортименте	100	0,8/0,2/7,5/38
Щи с мясом и сметаной	250	7,5/7,85/8,9/137,17	Борщ с мясом и сметаной	250	7,19/10,98/10,93/172,55
Минтай под сырно-картофельной шубкой NEW	100	14,84/5,16/6,47/130,81	Фрикадельки куриные с красным соусом	100	14,47/9,82/9,1/173,67
Картофельное пюре с маслом	180	3,94/9,37/25,88/204,26	Картофельное пюре с маслом	180	3,94/9,37/25,88/204,26
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	1,52/0,16/9,84/47/ 1,32/0,24/8,04/39,6	Хлеб пшеничный/ржаной	20/25	1,52/0,16/9,84/47/ 1,65/0,3/10,05/49,5
Сок фруктовый	200	0,6/0,2/23,6/104	Сок фруктовый	200	0,6/0/33/136
ЧЕТВЕРГ			ЧЕТВЕРГ		
Фрукты в ассортименте	150	0,6/0,6/14,7/70,5	Икра свекольная	100	2,16/7,11/11,61/21,24
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	6.89/6.04/18.09/154.23	Суп-пюре овощной с цветной капустой и гренками NEW	250/12	4,31/7,87/21,02/173,16
Биточек мясной под сырной шапкой NEW	100	17,92/16,39/7,98/252,36	Мясо тушеное	100	18,23/17,03/2,13/234,89
Рис отварной с маслом	180	4,01/5,89/40,72/229,79	Макароны отварные с маслом	180	8,11/4,72/49,54/272,97
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	1,52/0,16/9,84/47/ 1,32/0,24/8,04/39,6	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	1,52/0,16/9,84/47/ 1,32/0,24/8,04/39,6
Отвар из шиповника	200	0,64/0,25/16,06/79,85	Компот из сухофруктов	200	0,37/0/14,85/59,48
ПЯТНИЦА			ПЯТНИЦА		
Салат из капусты с морковью Суп гороховый с мясом	100 250	1,42/8,41/12,6/132,67 11,49/7,05/17,04/176,48	Фрукты в ассортименте Суп куриный с булгуром, помидорами и	150 250	0,6/0,6/14,7/70,5 5,82//9,14/8,85/140,65
· .		21,57/20,26/1,09/274,43	болгарским перцем Зраза мясная ленивая	100	20,99/21,48/8,59/312,86
Филе птицы ароматное Картофель запеченный	100 180	3,98/6,68/31,19/200,49	Зраза мясная ленивая Картофель отварной с маслом и зеленью	180	3,99/4,57/31,25/181,35
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	1,52/0,16/9,84/47/	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	1,52/0,16/9,84/47/
Чай с сахаром	200	1,32/0,24/8,04/39,6 0,/0/7,27/28,73	Чай с сахаром	200	1,32/0,24/8,04/39,6 0/0/7,27/28,73
			CVEROTE		
CVERCETA		2/9/8,54/122	СУББОТТА Маринад из моркови	100	1,86/7,12/10,04/114,37
СУББОТТА	100		тугаринад из моркови		
Икра овощная	100 250		Суп, картофельный с фасолью	250	8 33/6 89/10 94/139 47
	100 250 100	6,14/12,45/11,28/183,01 18,23/17,03/2,13/234,89	Суп картофельный с фасолью Медальоны куриные с томатным соусом	250 105	8,33/6,89/10,94/139,47 12,39/10,59/16,84/167,46
Икра овощная Суп куриный с вермишелью	250	6,14/12,45/11,28/183,01			
Икра овощная <u>Суп куриный с вермишелью</u> Мясо тушеное	250 100	6,14/12,45/11,28/183,01 18,23/17,03/2,13/234,89	Медальоны куриные с томатным соусом	105	12,39/10,59/16,84/167,46