



Льготное меню (2 неделя)

05 сентября 2022

осень-зима

ЗАВТРАК 1

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углевод ы		
Макаронник с мясом	200	5,51	5,1	20,5	157	55,03
Батон	25	2,736	0,216	18,83	83,88	1,97
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/15	0	0	15,2	60	4,65
Итого	447	8,246	5,216	24,53	300,88	61,65

ОБЕД 1

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, ру б
		белки	жиры	углеводы		
Суп картофельный с рисом на курином бульоне	250/15	2,5	3,0	18,3	113,0	15,22
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150/10	8,7	7,8	42,6	279,0	15,62
Куриное филе припущенное на пару	50	32,13	20,41	3,996	302,4	24,51
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/15	0,2	0	15,2	60,0	4,65
Хлеб йодированный	40	2,0	0,5	11,0	42,5	2,11
Итого	727	45,53	31,71	91,096	796,9	62,11

Итого за день

Завтраков 56,00 руб _____

Обедов 56,00 руб. _____

Заведующий производством _____ А.С. Ересенко



Льготное меню (2 неделя)

осень-зима

06 сентября 2022

ЗАВТРАК 2

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Каша жидкая молочная овсяная с маслом, с сахаром	200/10/15	7	13,00	33,00	287,50	13,91
Яйцо отварное	40	15,11	8,54	69,12	62,8	9,2
Масло сливочное	10	0,08	8,3	0,06	77,0	6,55
Батон	25	2,736	0,6	14,49	70,14	1,97
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/15	0,2	0	15,2	60,0	4,65
Фрукты свежие	150	0,6	0,6	13,4	174	10,5
Итого	672	25,726	31,04	145,27	731,04	46,78

ОБЕД 2

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Рассольник на курином бульоне со сметаной	250/15/10	3,0	4,5	20,1	135,0	16,69
Котлета из куриного филе	60	12,78	15,0	6,66	241	18,26
Макаронные изделия отварные	150/10	5,652	4,461	21,0	207,08	11,32
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/15	0,2	0	15,2	60,0	4,65
Хлеб йодированный	40	2,0	0,5	11,0	42,5	2,11
Итого	757	23,632	24,461	73,96	685,58	53,03

Итого за день

Завтраков 56,00 руб _____

Обедов 56,00руб. _____

Заведующий производством _____ А.С. Ересенко



Льготное меню (2 неделя)

осень-зима

ЗАВТРАК 3

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Нарезка из свежих овощей (огурец, помидор)	60	0,84	0,06	3,54	22,8	4,95
Пюре картофельное	150	2,2	5,8	18,9	134	15,23
Рыба тушеная в томате с овощами	70	18,72	15,9	8,96	159,8	14,04
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/15	0,2	0	15,2	60	4,65
Масло сливочное	10	0,08	8,3	0,06	77,0	6,55
Батон	25	2,736	0,6	14,49	70,14	1,97
Итого	577	24,776	30,66	61,15	523,74	47,39

ОБЕД 3

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	250/15	2,9	2,5	21,00	120,0	14,53
Капуста тушеная	150	5,8	5,7	34	210,0	15,25
Биточки мясные	60	14,31	12,96	14,41	234,9	23,76
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/15	0,2	0	15,2	60	4,65
Хлеб йодированный	40	2,0	0,5	11,0	42,5	2,11
Итого	737	25,21	21,66	95,61	667,4	60,30

Итого за день

Завтраков 56,00 руб _____

Обедов 56,00 руб. _____

Заведующий производством _____ А.С. Ересенко



Льготное меню (2 неделя)

осень-зима

ЗАВТРАК 4

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена,руб
		белки	жиры	углеводы		
Нарезка из свежих овощей (огурец, помидор)	60	0,84	0,06	3,54	22,8	4,95
Плов из куриного филе	200	15,2	13,0	36,2	333	45,23
Масло сливочное	10	0,08	8,3	0,06	77,0	6,55
Батон	30	2,736	0,6	14,49	70,14	1,97
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/1 5	0,2	0	15,2	60	4,65
Итого	517	19,056	21,96	69,49	562,94	63,35

ОБЕД 4

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена,руб
		белки	жиры	углеводы		
Суп гороховый	250	6,2	5,6	22,3	167,00	9,93
Рис отварной с маслом	150/10	3,75	6,15	38,55	228,0	11,57
Рыба тушеная с овощами	70	18,72	15,9	8,96	159,8	14,04
Компот изб сухофруктов с витамином С	200	0,6	0	31,40	124,00	6,29
Хлеб йодированный	40	2,0	0,5	11,0	42,5	2,11
Итого	830	34,11	28,31	125,75	802,06	43,94

Итого за день

Завтраков 56,00 руб _____

Обедов 56,00 руб. _____

Заведующий производством _____ А.С. Ерсенко



Льготное меню (2 неделя)

осень-зима

ЗАВТРАК 5

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена,руб
		белки	жиры	углеводы		
Каша молочная рисовая с маслом, сахаром	250/10	18,28	4,5	5,5	150,0	19,27
Батон	25	2,736	0,6	14,49	70,14	1,97
Масло сливочное	10	0,08	8,3	0,06	77,0	6,55
Яйцо отварное	40	15,11	8,54	96,12	62,8	9,2
Сыр	15	3,8	3,8	4,9	60	8,8
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/15	0,2	0	15,20	60	4,65
Итого	572	40,206	26,28	136,23	479,94	50,44

ОБЕД 5

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическа я ценность, ккал	Цена,руб
		белки	жиры	углеводы		
Нарезка из свежих овощей (огурец, помидор)	60	0,84	0,06	3,54	22,8	4,95
Суп картофельный с рисовой крупой на курином бульоне	250/15	2,5	3,00	18,3	113,0	15,22
Тефтели мясные с соусом	60	8,64	7,65	7,65	135,9	20,73
Каша рассыпчатая пшеничная с маслом	150/10	6,6	7,5	38,40	327,50	10,37
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/15	0,2	0	15,20	60	4,65
Хлеб йодированный	40	2,0	0,5	11,0	42,5	2,11
Итого	807	20,78	18,71	94,09	701,7	58,03

Итого за день

Завтраков 56,00 руб. _____

Обедов 56,00 руб. _____

Заведующий производством _____ А.С. Ересенко



МЕНЮ ОБЗ 1-4 классы (2 неделя)

осень-зима

05 сентября 2022

ЗАВТРАК 1

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена,руб
		белки	жиры	углевод ы		
Макаронник с мясом	200	5,51	5,1	20,5	157	55,03
Батон	25	2,736	0,216	18,83	83,88	1,97
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/15	0	0	15,2	60	4,65
Итого	447	8,246	5,216	24,53	300,88	61,65

ОБЕД 1

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена,ру б
		белки	жиры	углеводы		
Суп картофельный с рисом на курином бульоне	250/15	2,5	3,0	18,3	113,0	15,22
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150/10	8,7	7,8	42,6	279,0	15,62
Куриное филе припущенное на пару	50	32,13	20,41	3,996	302,4	24,51
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/15	0,2	0	15,2	60,0	4,65
Хлеб йодированный	40	2,0	0,5	11,0	42,5	2,11
Итого	727	45,53	31,71	91,096	796,9	62,11

Итого за день

Завтраков 56,00 руб _____

Обедов 56,00 руб. _____

Заведующий производством _____ А.С. Ересенко



МЕНЮ ОБЗ 1-4 классы (2 неделя)

осень-зима

06 сентября 2022

ЗАВТРАК 2

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Каша жидкая молочная овсяная с маслом, с сахаром	200/10/15	7	13,00	33,00	287,50	13,91
Яйцо отварное	40	15,11	8,54	69,12	62,8	9,2
Масло сливочное	10	0,08	8,3	0,06	77,0	6,55
Батон	25	2,736	0,6	14,49	70,14	1,97
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/15	0,2	0	15,2	60,0	4,65
Фрукты свежие	150	0,6	0,6	13,4	174	10,5
Итого	672	25,726	31,04	145,27	731,04	46,78

ОБЕД 2

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Рассольник на курином бульоне со сметаной	250/15/10	3,0	4,5	20,1	135,0	16,69
Котлета из куриного филе	60	12,78	15,0	6,66	241	18,26
Макароны отварные	150/10	5,652	4,461	21,0	207,08	11,32
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/15	0,2	0	15,2	60,0	4,65
Хлеб йодированный	40	2,0	0,5	11,0	42,5	2,11
Итого	757	23,632	24,461	73,96	685,58	53,03

Итого за день

Завтраков **56,00 руб** _____

Обедов **56,00руб.** _____

Заведующий производством _____

А.С. Ересенко



МЕНЮ ОБЗ 1-4 классы (2 неделя)

осень-зима

ЗАВТРАК 3

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углевод ы		
Нарезка из свежих овощей (огурец, помидор)	60	0,84	0,06	3,54	22,8	4,95
Пюре картофельное	150	2,2	5,8	18,9	134	15,23
Рыба тушеная в томате с овощами	70	18,72	15,9	8,96	159,8	14,04
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/15	0,2	0	15,2	60	4,65
Масло сливочное	10	0,08	8,3	0,06	77,0	6,55
Батон	25	2,736	0,6	14,49	70,14	1,97
Итого	577	24,776	30,66	61,15	523,74	47,39

ОБЕД 3

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	250/15	2,9	2,5	21,00	120,0	14,53
Капуста тушеная	150	5,8	5,7	34	210,0	15,25
Биточки мясные	60	14,31	12,96	14,41	234,9	23,76
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/15	0,2	0	15,2	60	4,65
Хлеб йодированный	40	2,0	0,5	11,0	42,5	2,11
Итого	737	25,21	21,66	95,61	667,4	60,30

Итого за день

Завтраков 56,00 руб _____

Обедов 56,00 руб. _____



МЕНЮ ОБЗ 1-4 классы (2 неделя)

осень-зима

ЗАВТРАК 4

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена,руб
		белки	жиры	углеводы		
Нарезка из свежих овощей (огурец, помидор)	60	0,84	0,06	3,54	22,8	4,95
Плов из куриного филе	200	15,2	13,0	36,2	333	45,23
Масло сливочное	10	0,08	8,3	0,06	77,0	6,55
Батон	30	2,736	0,6	14,49	70,14	1,97
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/1 5	0,2	0	15,2	60	4,65
Итого	517	19,056	21,96	69,49	562,94	63,35

ОБЕД 4

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена,руб
		белки	жиры	углеводы		
Суп гороховый	250	6,2	5,6	22,3	167,00	9,93
Рис отварной с маслом	150/10	3,75	6,15	38,55	228,0	11,57
Рыба тушеная с овощами	70	18,72	15,9	8,96	159,8	14,04
Компот изб сухофруктов с витамином С	200	0,6	0	31,40	124,00	6,29
Хлеб йодированный	40	2,0	0,5	11,0	42,5	2,11
Итого	830	34,11	28,31	125,75	802,06	43,94

Итого за день

Завтраков 56,00 руб _____

Обедов 56,00 руб. _____



МЕНЮ ОВЗ 1-4 классы (2 неделя)

осень-зима

ЗАВТРАК 5

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена,руб
		белки	жиры	углеводы		
Каша молочная рисовая с маслом, сахаром	250/10	18,28	4,5	5,5	150,0	19,27
Батон	25	2,736	0,6	14,49	70,14	1,97
Масло сливочное	10	0,08	8,3	0,06	77,0	6,55
Яйцо отварное	40	15,11	8,54	96,12	62,8	9,2
Сыр	15	3,8	3,8	4,9	60	8,8
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/15	0,2	0	15,20	60	4,65
Итого	572	40,206	26,28	136,23	479,94	50,44

ОБЕД 5

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическа я ценность, ккал	Цена,руб
		белки	жиры	углеводы		
Нарезка из свежих овощей (огурец, помидор)	60	0,84	0,06	3,54	22,8	4,95
Суп картофельный с рисовой крупой на курином бульоне	250/15	2,5	3,00	18,3	113,0	15,22
Тефтели мясные с соусом	60	8,64	7,65	7,65	135,9	20,73
Каша рассыпчатая пшеничная с маслом	150/10	6,6	7,5	38,40	327,50	10,37
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/15	0,2	0	15,20	60	4,65
Хлеб йодированный	40	2,0	0,5	11,0	42,5	2,11
Итого	807	20,78	18,71	94,09	701,7	58,03

Итого за день

Завтраков 56,00 руб. _____

Обедов 56,00 руб. _____



МЕНЮ ОБЗ 5-11 классы (2 неделя)

осень-зима

05 сентября 2022

ЗАВТРАК 1

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена,руб
		белки	жиры	углевод ы		
Макаронник с мясом	200	5,51	5,1	20,5	157	55,03
Батон	25	2,736	0,216	18,83	83,88	1,97
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/15	0	0	15,2	60	4,65
Итого	447	8,246	5,216	24,53	300,88	61,65

ОБЕД 1

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена,ру б
		белки	жиры	углеводы		
Суп картофельный с рисом на курином бульоне	250/15	2,5	3,0	18,3	113,0	15,22
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150/10	8,7	7,8	42,6	279,0	15,62
Куриное филе припущенное на пару	50	32,13	20,41	3,996	302,4	24,51
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/15	0,2	0	15,2	60,0	4,65
Хлеб йодированный	40	2,0	0,5	11,0	42,5	2,11
Итого	727	45,53	31,71	91,096	796,9	62,11

Итого за день

Завтраков 56,00 руб _____

Обедов 56,00 руб. _____



МЕНЮ ОБЗ 5-11 классы (2 неделя)

осень-зима

06 сентября 2022

ЗАВТРАК 2

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Каша жидкая молочная овсяная с маслом, с сахаром	200/10/15	7	13,00	33,00	287,50	13,91
Яйцо отварное	40	15,11	8,54	69,12	62,8	9,2
Масло сливочное	10	0,08	8,3	0,06	77,0	6,55
Батон	25	2,736	0,6	14,49	70,14	1,97
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/15	0,2	0	15,2	60,0	4,65
Фрукты свежие	150	0,6	0,6	13,4	174	10,5
Итого	672	25,726	31,04	145,27	731,04	46,78

ОБЕД 2

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Рассольник на курином бульоне со сметаной	250/15/10	3,0	4,5	20,1	135,0	16,69
Котлета из куриного филе	60	12,78	15,0	6,66	241	18,26
Макароны отварные	150/10	5,652	4,461	21,0	207,08	11,32
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/15	0,2	0	15,2	60,0	4,65
Хлеб йодированный	40	2,0	0,5	11,0	42,5	2,11
Итого	757	23,632	24,461	73,96	685,58	53,03

Итого за день

Завтраков **56,00 руб** _____

Обедов **56,00руб.** _____

Заведующий производством _____ А.С. Ересенко



МЕНЮ ОВЗ 5-11 классы (2 неделя)

осень-зима

ЗАВТРАК 3

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углевод ы		
Нарезка из свежих овощей (огурец, помидор)	60	0,84	0,06	3,54	22,8	4,95
Пюре картофельное	150	2,2	5,8	18,9	134	15,23
Рыба тушеная в томате с овощами	70	18,72	15,9	8,96	159,8	14,04
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/15	0,2	0	15,2	60	4,65
Масло сливочное	10	0,08	8,3	0,06	77,0	6,55
Батон	25	2,736	0,6	14,49	70,14	1,97
Итого	577	24,776	30,66	61,15	523,74	47,39

ОБЕД 3

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	250/15	2,9	2,5	21,00	120,0	14,53
Капуста тушеная	150	5,8	5,7	34	210,0	15,25
Биточки мясные	60	14,31	12,96	14,41	234,9	23,76
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/15	0,2	0	15,2	60	4,65
Хлеб йодированный	40	2,0	0,5	11,0	42,5	2,11
Итого	737	25,21	21,66	95,61	667,4	60,30

Итого за день

Завтраков 56,00 руб _____

Обедов 56,00 руб. _____

Заведующий производством _____ А.С. Ересенко



МЕНЮ ОБЗ 5-11 классы (2 неделя)

осень-зима

ЗАВТРАК 4

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Нарезка из свежих овощей (огурец, помидор)	60	0,84	0,06	3,54	22,8	4,95
Плов из куриного филе	200	15,2	13,0	36,2	333	45,23
Масло сливочное	10	0,08	8,3	0,06	77,0	6,55
Батон	30	2,736	0,6	14,49	70,14	1,97
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/1 5	0,2	0	15,2	60	4,65
Итого	517	19,056	21,96	69,49	562,94	63,35

ОБЕД 4

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Суп гороховый	250	6,2	5,6	22,3	167,00	9,93
Рис отварной с маслом	150/10	3,75	6,15	38,55	228,0	11,57
Рыба тушеная с овощами	70	18,72	15,9	8,96	159,8	14,04
Компот изб сухофруктов с витамином С	200	0,6	0	31,40	124,00	6,29
Хлеб йодированный	40	2,0	0,5	11,0	42,5	2,11
Итого	830	34,11	28,31	125,75	802,06	43,94

Итого за день

Завтраков 56,00 руб _____

Обедов 56,00 руб. _____

Заведующий производством _____ А.С. Ересенко



МЕНЮ ОВЗ 5-11 классы (2 неделя)

Льготное меню (2 неделя)

осень-зима

ЗАВТРАК 5

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена,руб
		белки	жиры	углеводы		
Каша молочная рисовая с маслом, сахаром	250/10	18,28	4,5	5,5	150,0	19,27
Батон	25	2,736	0,6	14,49	70,14	1,97
Масло сливочное	10	0,08	8,3	0,06	77,0	6,55
Яйцо отварное	40	15,11	8,54	96,12	62,8	9,2
Сыр	15	3,8	3,8	4,9	60	8,8
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/15	0,2	0	15,20	60	4,65
Итого	572	40,206	26,28	136,23	479,94	50,44

ОБЕД 5

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическа я ценность, ккал	Цена,руб
		белки	жиры	углеводы		
Нарезка из свежих овощей (огурец, помидор)	60	0,84	0,06	3,54	22,8	4,95
Суп картофельный с рисовой крупой на курином бульоне	250/15	2,5	3,00	18,3	113,0	15,22
Тефтели мясные с соусом	60	8,64	7,65	7,65	135,9	20,73
Каша рассыпчатая пшеничная с маслом	150/10	6,6	7,5	38,40	327,50	10,37
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/15	0,2	0	15,20	60	4,65
Хлеб йодированный	40	2,0	0,5	11,0	42,5	2,11
Итого	807	20,78	18,71	94,09	701,7	58,03

Итого за день

Завтраков 56,00 руб _____

Обедов 56,00 руб. _____

