

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор школы

Карпенко И.А.

МЕНЮ 01.03.2025 г.

	Выход блюдов(г) 7-11 лет	Энергет. ценность (ккал) 7-11 лет	Выход блюдов(г) 12 лет и старше	Энергет. ценность (ккал) 12 лет и старше
Завтрак				
Масло сливочное 72,5 %	10	75	10	75
Лапшевник с творогом	150/5	212	200/10	283
Чай с молоком	150/50/15	83	150/50/15	83
Хлеб пшеничный	50	158	60	158
Хлеб ржаной	20	66	50	66
2 завтрак				
Конфеты шоколадные	25	127	25	190,17
Какао с молоком	200	145,2	200	145,2
Обед				
Огурцы соленые	60	6,7	100	10,12
Суп картофельный с горохом	250	71,7	250	71,7
Жаркое по-домашнему	90/180	329	100/250	365
Компот из свежих яблок	200	55,5	200	55,5
Хлеб пшеничный	60	79	80	79
Хлеб ржаной	40	128	50	128
Полдник				
Яблоки свежие	130/1 шт	72,92	130/1 шт	72,92
Ужин				
Шницель рыбный натуральный с маслом сливочным	90/5	136	100/5	149
Капуста тушеная	150	70	200	92,62
Сок фруктовый	200	85	200	85
Хлеб пшеничный	40	158	60	158
Хлеб ржаной	20	77	20	77
2 ужин				
Йогурт фруктово-ягодный 2.5% жирности	200	106	200	106
Итого :	2564	2241,02	2899	2450,23

«УТВЕРЖДАЮ»
 Директор школы  Карпенко И.А.
 МЕНЮ 03.03.2025 г.

	Выход блюдо(г) 7-11 лет	Энергет. ценность (ккал) 7-11 лет	Выход блюдо(г) 12 лет и старше	Энергет. ценность (ккал) 12 лет и старше
Завтрак				
Сыр Российский 50%	20	72,8	20	72,8
Плов сладкий	180	365	200	406
Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	55	200/15/7	55
Хлеб пшеничный	50	158	60	158
Хлеб ржаной	20	66	50	66
2 завтрак				
Печенье сахарное	20	127	30	127
Кофейный напиток с молоком	200	430	200	430
Обед				
Горошек зеленый консервированный	60	126,5	100	201
Рассольник Ленинградский	250	125	250	125
Сельдь с луком	90/90	150	100/100	150
Картофель отварной с маслом сливочным	150/5	103	200/7	137
Компот из сухофруктов	200	92,9	200	92,9
Хлеб пшеничный	60	79	80	79
Хлеб ржаной	40	128	50	128
Полдник				
Яблоки свежие	150/1 шт	72,92	150/1 шт	72,92
Ужин				
Печень тушеная в соусе сметанном	90/50	311	100/75	324
Макароны отварные с маслом сливочным	150/5	223	200/10	297
Сок фруктовый	192	85	192	85
Хлеб пшеничный	40	158	60	158
Хлеб ржаной	20	77	20	77
2 ужин				
Ряженка 2.5% жирности	150	84,6	150	102
Итого :	2498	3089,72	2830	3198,02

, «УТВЕРЖДАЮ»

Директор школы

Карпенко И.А.

МЕНЮ 23.02.2025 г.

	Выход блюд(г) 7-11 лет	Энергет. ценность (ккал) 7-11 лет	Выход блюд(г) 12 лет и старше	Энергет. ценность (ккал) 12 лет и старше
Завтрак				
Сыр Российский 50%	20	72,8	30	72,8
Каша манная молочная жидкая	200/10/	245,2	200/10	245,2
Чай с сахаром	200/15	55	200/15	55
Хлеб пшеничный	50	158	60	158
Хлеб ржаной	20	66	50	66
2 завтрак				
Пряник	40	190,17	40	190,17
Напиток лимонный	200	90	200	90
Обед				
Икра свекольная	60	79	100	132
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	125,2	250	125,2
Птица отварная с маслом сливочным	90/5	283	100/5	314
Каша пшенная рассыпчатая с маслом сливочным	150/5	213	200/10	284
Компот из сухофруктов	200	92,9	200	92,9
Хлеб пшеничный	60	79	80	79
Хлеб ржаной	40	128	50	128
Полдник				
Яблоки свежие	150/1 шт	72,92	150/1 шт	72,92
Ужин				
Биточки рыбные с маслом сливочным	90/5	136	100/5	149
Рагу из овощей	180	195	200	217
Сок фруктовый	200	85	200	85
Хлеб пшеничный	40	158	60	158
Хлеб ржаной	20	77	20	77
2 ужин				
Ряженка 2.5% жирности	150	84,6	170	102
Итого :	2500	2962,7	2765	2963,47

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор школы Карпенко И.А.

МЕНЮ 27.02.2025 г.

	Выход блюдо(г) 7-11 лет	Энергет. ценность (ккал) 7-11 лет	Выход блюдо(г) 12 лет и старше	Энергет. ценность (ккал) 12 лет и старше
Завтрак				
Сыр Российский 50 %	20	72,8	30	72,8
Запеканка из творога со сгущенным молоком	180/20	135	200/30	162
Чай с молоком	150/50/15	83	150/50/15	83
Хлеб пшеничный	50	158	60	158
Хлеб ржаной	20	66	50	66
2 завтрак				
Вафли ванильные	65/1 шт	190,17	65 1 шт	190,17
Кофейный напиток с молоком	200	430	200	430
Обед				
Помидоры соленые	60	6,7	100	10,12
Суп картофельный с крупой пшеничной	250	125,2	250	125,2
Котлеты рубленые из бройлеров- цыплят с маслом сливочным	100/5	247	120/5	249
Рагу из овощей	180	195	205	217
Компот из свежих яблок	200	55,5	200	55,5
Хлеб пшеничный	60	79	80	79
Хлеб ржаной	40	128	50	128
Полдник				
Яблоки свежие	150/1 шт	72,92	150/1 шт	72,92
Ужин				
Плов из отварной говядины	100/200	233	100/200	233
Фасоль отварная с луком	80	184	100	184
Сок фруктовый	200	85	200	85
Хлеб пшеничный	40	158	60	158
Хлеб ржаной	20	77	20	77
2 ужин				
Йогурт 2.5% жирности	200	106	200	106
Итого :	2441	2680,29	2691	2757,71