

Меню школьника  
Столовой общеобразовательной организации

16 декабря 2024 г.  
Понедельник (1 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)*

Шницель детский (филе куриное, фарш говядины, лук, свинина котл.мясо, хлеб, сухари, сыр, масло раст., соль)	72		122,8			
Пюре из гороха (горох, масло слив.)				100		170,54
Чай с лимоном (чай, лимоны, сахар)	180		252	200		280
Хлеб пшеничный	200		61,62	200		61,62
<b>Итого за завтрак</b>	<b>48</b>	<b>64,63</b>	<b>549,22</b>	<b>50</b>	<b>83,35</b>	<b>629,66</b>

*Дополнительное питание (ОБЗ)*

Фруктовый чай (апельсины, лимоны, чай, сахар)	37		114,7	200		92,8
Бутерброд с повидлом (хлеб, масло слив., повидло)	200		60	45		139,50
Чай с сахаром (чай, сахар)						
<b>Итого за дополнительное питание</b>	<b>237</b>	<b>13,67</b>	<b>174,7</b>	<b>245</b>	<b>21,67</b>	<b>232,3</b>

*Обед (2 смена) (в т.ч. ОБЗ)*

Винегрет овощной (2-й вариант) (картофель, свекла, морковь, огурцы, лук, зеленый горошек, масло раст.)	60		57,75	100		96,25
Суп картофельный с макаронными изделиями (картофель, морковь, лук, макаронные изделия, масло раст., соль)	200		89,04	250		89,04
Шницель детский (филе куриное, фарш говядины, лук, свинина котл.мясо, хлеб, сухари, сыр, масло раст., соль)	90		153,5	100		170,54
Пюре из гороха (горох, масло слив.)				200		280
Фруктовый чай (апельсины, лимоны, чай, сахар)	150		210	200		92,8
Хлеб пшеничный	200		92,8	200		82,25
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	35		82,25	35		39,3
<b>Итого за обед</b>	<b>30</b>	<b>94,40</b>	<b>724,64</b>	<b>30</b>	<b>112,10</b>	<b>850,18</b>

*Дополнительное питание (ОБЗ)*

Фруктовый чай с яблоком (чай, яблоки, сахар)	37		114,7	200		92,8
Бутерброд с повидлом (хлеб, масло слив., повидло)	200		60	40		124,00
Чай с сахаром (чай, сахар)						
<b>Итого за дополнительное питание</b>	<b>237</b>	<b>13,67</b>	<b>174,7</b>	<b>240</b>	<b>16,17</b>	<b>216,8</b>

*Полдник*

Бутерброд с маслом (хлеб, масло слив.)				40		136
Чай с молоком (чай, молоко цельное)				200		60
Фрукты свежие (яблоки)				90		42,3
<b>Итого за полдник</b>				<b>330</b>	<b>41,09</b>	<b>238,3</b>

Зав. Производством: Кудерова М.Н.

Калькулятор: Хайрулина О.Р.



Меню школьника  
Столовой общеобразовательной организации  
17 декабря 2024 г.  
Вторник (2 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)
<b>Завтрак (в т.ч. ОБЗ)</b>						
Овощи натуральные соленые (порциями) (огурцы соленые)	35		4,55	60		7,8
Плов (мясо, крупа рисовая, лук, морковь, масло раст., соль)	230		402,5	250		437
Чай с сахаром (чай, сахар)	200		60	200		60
Хлеб пшеничный	45		105,75	50		117,5
<b>Итого за завтрак</b>	<b>510</b>	<b>64,63</b>	<b>572,80</b>	<b>560</b>	<b>89,79</b>	<b>622,3</b>
<b>Дополнительное питание (ОБЗ)</b>						
Печенье	75		312,75	90		375,3
Чай с сахаром (чай, сахар)	200		60	180		54
<b>Итого за дополнительное питание</b>	<b>275</b>	<b>13,67</b>	<b>372,75</b>	<b>270</b>	<b>15,23</b>	<b>429,3</b>
<b>Обед (2 смена)(в т.ч. ОБЗ)</b>						
Салат картофельный с зеленым горошком (картофель, лук, зеленый горошек, яйца масло раст., соль)	60		92,4	100		154
Суп картофельный с рыбными консервами (картофель, морковь, лук, рыбные консервы, крупа рисовая, масло слив.,)	250		166,25	250		166,25
Плов (мясо, крупа рисовая, лук, морковь, масло раст., соль)	230		402,5	230		402,5
Кисель из концентрата плодового или ягодного (кисель, сахар)	200		122	200		122
Хлеб пшеничный	30		70,5	30		70,5
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	25		45,25	30		54,3
<b>Итого за обед</b>	<b>795</b>	<b>94,40</b>	<b>898,9</b>	<b>840</b>	<b>103,64</b>	<b>969,55</b>
<b>Дополнительное питание (ОБЗ)</b>						
Чай с сахаром (чай, сахар)	200		60	200		61,62
Чай с лимоном (чай, лимоны, сахар)				47		159,80
Бутерброд с маслом (хлеб, масло слив.)	75		5,78			
Печенье						
<b>Итого за дополнительное питание</b>	<b>268</b>	<b>13,67</b>	<b>351,67</b>	<b>247</b>	<b>24,63</b>	<b>221,42</b>
<b>Полдник</b>						
Бутерброд с повидлом (хлеб, масло слив., повидло)				45		178,57
Чай с лимоном (чай, лимоны, сахар)				200		61,62
Плоды свежие (яблоки)				135		63,45
<b>Итого за полдник</b>				<b>380</b>	<b>40,51</b>	<b>346,97</b>

Зав. Производством: Кудерова М.Н.

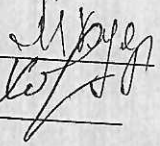
Калькулятор: Хайрулина О.Р.

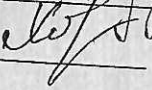


**Меню школьной  
Столовой общеобразовательной организации**

**18 декабря 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)
<b>Завтрак (в т.ч. ОВЗ)</b>						
Овощи отварные (свекла)	40		22	50		27,5
Рагу из птицы (филе птицы, картофель, масло раст., морковь, лук репчатый, томат-паста, мука пшеничная)	220		311,78	270		382,64
Фруктовый чай с яблоком (чай, яблоки, сахар)	200		92,8	200		92,8
Хлеб пшеничный	40		94	50		117,5
<b>Итого за завтрак</b>	<b>500</b>	<b>64,63</b>	<b>520,58</b>	<b>570</b>	<b>89,76</b>	<b>620,44</b>
<b>Дополнительное питание (ОВЗ)</b>						
Бутерброд с маслом (хлеб, масло слив.)	27		91,8	30		102,00
Чай с сахаром (чай, сахар)	200		60	180		54
<b>Итого за дополнительное питание</b>	<b>227</b>	<b>13,67</b>	<b>151,8</b>	<b>210</b>	<b>15,26</b>	<b>156</b>
<b>Обед (2 смена)(в т.ч. ОВЗ)</b>						
Салат "Здоровье" (морковь, свекла, зеленый горошек, масло раст.)	60		72,18	100		120,3
Борщ Сибирский (свекла, капуста, картофель, морковь, лук, фасоль, томатная паста, масло слив., сахар)	200		112,42	250		95
Рагу из птицы (филе птицы, картофель, масло раст., морковь, лук репчатый, томат-паста, мука пшеничная)	240		340,13	255		361,38
Компот из свежих плодов (яблоки, сахар, лим. кисл)	200		142	200		142
Хлеб пшеничный	30		70,5	42		98,7
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20		36,2	30		54,3
<b>Итого за обед</b>	<b>750</b>	<b>94,40</b>	<b>773,43</b>	<b>877</b>	<b>112,80</b>	<b>871,68</b>
<b>Дополнительное питание (ОВЗ)</b>						
Бутерброд с маслом (хлеб, масло слив.)	27		91,8	30		102,00
Чай с сахаром (чай, сахар)	200		60	200		60
<b>Итого за дополнительное питание</b>	<b>227</b>	<b>13,67</b>	<b>151,8</b>	<b>230</b>	<b>15,47</b>	<b>162</b>
<b>Полдник</b>						
Вафли				50		175
Чай с молоком (чай, молоко цельное)				200		60
Плоды свежие (яблоки)				140		65,8
<b>Итого за полдник</b>				<b>390</b>	<b>42,30</b>	<b>300,8</b>

Зав. Производством: Кудерова М.Н. 

Калькулятор: Хайрулин О.Р. 



Меню школьника  
Столовой общеобразовательной организации

19 декабря 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. ОВЗ)*

Бутерброд с маслом (хлеб, масло слив.)	32		108,8	60		204
Каша "Дружба" (крупа рисовая, крупа пшеничная, молоко масл. слив.)	220		305,45	250		285,75
Какао с молоком сгущенным	200		147	200		147
Хлеб пшеничный	48		112,8	50		117,5
<b>Итого за завтрак</b>	<b>500</b>	<b>64,63</b>	<b>565,25</b>	<b>560</b>	<b>83,24</b>	<b>754,25</b>

*Дополнительное питание (ОВЗ)*

Вафли	50		175	85		297,5
Чай с сахаром (чай, сахар)	200		60	200		60
<b>Итого за дополнительное питание</b>	<b>250</b>	<b>13,67</b>	<b>235</b>	<b>200</b>	<b>21,78</b>	<b>357,5</b>

*Обед (2 смена) (в т.ч. ОВЗ)*

Салат "Фантазия" (картофель, морковь, лук, огурцы, зеленый горошек, масло раст.)	60		78,89	100		133,15
Солянка из птицы (картофель, лук, филе куриное, огурцы консервированные, лимоны.)	200		113,8	250		142,25
Рыба тушеная с овощами в томатном соусе (филе минтая, лук, морковь, томат-паста, масло раст., соль.)	110		112,36	110		112,36
Макаронные изделия отварные (макаронные изд., масло сл.)	150		220,5	180		264,6
Чай с лимоном (чай, лимоны, сахар)	200		61,62	200		61,62
Хлеб пшеничный	30		70,5	30		70,5
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20		36,2	30		54,3
<b>Итого за обед</b>	<b>770</b>	<b>94,40</b>	<b>693,87</b>	<b>900</b>	<b>114,71</b>	<b>838,78</b>

*Дополнительное питание (ОВЗ)*

Бутерброд с повидлом (хлеб, масло слив., повидло)	50		175	28		86,80
Вафли	200		60	200		60
Чай с сахаром (чай, сахар)	250		235	228		146,8
<b>Итого за дополнительное питание</b>		<b>13,67</b>		<b>228</b>	<b>12,98</b>	

*Полдник*

Бутерброд с повидлом (хлеб, масло слив., повидло)	30			30		119,08
Сок фруктовый	200			200		92
Фрукты свежие (яблоки)	120			120		56,4
<b>Итого за полдник</b>	<b>350</b>			<b>350</b>	<b>42,38</b>	<b>267,48</b>

Зав. Производством: Кудерова М.Н.

*Кудерова М.Н.*

Калькулятор: Хайрулина О.Р.

*Хайрулина О.Р.*



Меню школьника  
 Столовой общеобразовательной организации

20 декабря 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)	90		144	125		200
Рис припущенный (крупа рисовая, масло слив., соль)	170		224,57	200		264,2
Чай с сахаром (чай, сахар)	200		60	200		60
Хлеб пшеничный	40		94	40		94
<b>Итого за завтрак</b>	<b>500</b>	<b>64,63</b>	<b>522,57</b>	<b>565</b>	<b>95,37</b>	<b>618,2</b>

**Дополнительное питание (ОБЗ)**

Пряники	77		281,82	55		201,30
Чай с лимоном (чай, лимоны, сахар)	200		60	180		55,46
Чай с сахаром (чай, сахар)	277	13,67	341,82	240	9,65	55,46
<b>Итого за дополнительное питание</b>						

**Обед (2 смена)(в т.ч. ОБЗ)**

Салат из моркови и яблок (морковь, яблоки, масло раст., соль.)	60		74,4	100		124
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной (капуста, картофель, морковь, лук, масло слив., томатная паста, сметана)	200		66,4	250		83
Куриное филе тушеное в соусе (филе куриное, морковь, лук, масло слив., томат.паста)	110		176	120		192
Рис припущенный (крупа рисовая, масло слив., соль)	150		198,16	180		237,79
Фруктовый чай с яблоком (чай, яблоки, сахар)	200		92,8	200		92,8
Хлеб пшеничный	30		70,5	35		82,25
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	25		45,25	30		54,3
<b>Итого за обед</b>	<b>775</b>	<b>94,40</b>	<b>723,51</b>	<b>915</b>	<b>117,26</b>	<b>866,14</b>

**Дополнительное питание (ОБЗ)**

Пряники	77		281,82	60		219,6
Чай с сахаром (чай, сахар)	200		60	200		60
<b>Итого за дополнительное питание</b>	<b>277</b>	<b>13,67</b>	<b>341,82</b>	<b>260</b>	<b>11,01</b>	<b>279,6</b>

**Полдник**

Бутерброд с маслом (хлеб, масло слив.)	27			200		91,80
Чай с молоком (чай, молоко цельное)	200			135		60
Фрукты свежие (яблоки)	135			362	41,57	63,45
<b>Итого за полдник</b>						<b>215,25</b>

Зав. Производством: Кудерова М.Н.

Калькулятор: Хайрулина О.Р.



Меню школьника  
Столовой общеобразовательной организации

21 декабря 2024 г.  
Суббота

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

*Завтрак (в т.ч. ОВЗ)*

Гуляш (мясо говядины, масло раст., лук, томатная паста, мука)	110		145,2
Макаронные изделия отварные(макаронные изд.,масло сл.)	200		294
Чай с сахаром (чай, сахар)	200		60
Хлеб пшеничный	50		117,5
<b>Итого за завтрак</b>	<b>560</b>	<b>93,80</b>	<b>616,7</b>

*Дополнительное питание (ОВЗ)*

Бутерброд с повидлом (хлеб,масло слив.,повидло)	32		127
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54
<b>Итого за дополнительное питание</b>	<b>212</b>	<b>11,22</b>	<b>181</b>

Зав. Производством: Кудерова М.Н.

Калькулятор: Хайрулина О.Р.