

Утверждаю

Директор

Л.Б. Панина

**МЕНЮ ЗАВТРАКА**  
**для всех категорий обучающихся, включая детей с ОВЗ и инвалидов**  
**(возраст 7-11 лет)**

Наименование блюда	выход, г	Эн. ценность
<b>28 ноября 2022 г. Понедельник</b>		
Биточки (котлеты) из рыбы	100	153,31
Картофельное пюре	150	132,59
Чай с лимоном	200/5	39,63
Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
Хлеб ржаной	20	38,68
	Итого:	416,84
<b>29 ноября 2022 г. Вторник</b>		
Биточки (котлеты) из мяса говядины с крупой (геркулес)	90	182,39
Соус красный основной	50	21,09
Макаронные изделия отварные	150	183,94
Чай	200	37,80
Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
Хлеб ржаной	20	38,68
	Итого:	516,53
<b>30 ноября 2022 г. Среда</b>		
Салат из белокочанной капусты с отварной свеклой и	60	55,27
Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом	250	344,32
Напиток из шиповника (вариант 2)	200	74,32
Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	63,16
Хлеб ржаной	20	38,68
Бананы	230	219,65
	Итого:	740,13
<b>1 декабря 2022 г. Четверг</b>		
Бедро куриное отварное в соусе	130	203,86
Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	265,93
Чай	200	37,80
Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
Хлеб ржаной	20	38,68
	Итого:	598,90
<b>2 декабря 2022 г. Пятница</b>		
Мясо кур отварное (порц., без кости)	100	263,14
Соус красный основной	30	12,65
Каша гречневая рассыпчатая	150	170,91
Чай	200	37,80
Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
Хлеб ржаной	20	38,68
	Итого:	575,82

Утверждаю  
Директор Л.Б. Панина

**МЕНЮ ЗАВТРАКА**  
**для всех категорий обучающихся, включая детей с ОВЗ и инвалидов**  
**(возраст 12-18 лет)**

Наименование блюда	выход, г	эн. ценность
<b>28 ноября 2022 г. Понедельник</b>		
Яйцо отварное	40	62,78
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	250	251,38
Чай с молоком	200	95,20
Батон с каротином	65	167,39
	Итого:	576,76
<b>29 ноября 2022 г. Вторник</b>		
Гуляш из мяса говядины	120	265,40
Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180	319,11
Чай	200	37,80
Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
Хлеб ржаной	25	48,35
	Итого:	754,88
<b>30 ноября 2022 г. Среда</b>		
Рыба, запеченная в омлете	100	194,45
Каша рисовая рассыпчатая	180	236,10
Чай с лимоном	200/5	39,63
Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
Хлеб ржаной	25	48,35
	Итого:	602,73
<b>1 декабря 2022 г. Четверг</b>		
Фрикадельки из мяса говядины припущенные	100	197,30
Картофельное пюре	180	159,10
Напиток с витаминами Витошка	200	70,71
Хлеб крестьянский с Валитек-8	45	94,74
Хлеб ржаной	25	48,35
	Итого:	570,20
<b>2 декабря 2022 г. Пятница</b>		
Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)	100	137,99
Макаронные изделия отварные с сыром	180	223,05
Чай	200	37,80
Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
Хлеб ржаной	30	58,01
	Итого:	541,08

Утверждаю

Директор

Л.Б. Панина

**МЕНЮ ОБЕДА  
для детей с ОВЗ и инвалидов  
(возраст 7-11 лет)**

Наименование блюда	выход, г	Эн. ценность
<b>28 ноября 2022 г. Понедельник</b>		
Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	60	63,06
Борщ с картофелем	250	121,45
Мясо говядины отварное	20	55,99
Бефстроганов из отварного мяса говядины	90	220,46
Капуста тушеная	150	101,12
Компот из чернослива	200	88,57
Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
Хлеб ржаной	25	48,35
Итого:		598,69
<b>29 ноября 2022 г. Вторник</b>		
Кукуруза дробленая (консервы)	60	43,96
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	127,39
Фрикадельки мясные	20	43,64
Гуляш из мяса говядины	90	199,05
Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	265,93
Компот из изюма	200	88,91
Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
Хлеб ржаной	20	38,68
Итого:		860,19
<b>30 ноября 2022 г. Среда</b>		
Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с	60	63,74
Щи из свежей капусты со сметаной (вариант 2)	250	71,50
Мясо говядины отварное	20	55,99
Рыба, запеченная в омлете	100	194,45
Каша рисовая рассыпчатая	150	196,75
Чай с лимоном	200/5	39,63
Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
Хлеб ржаной	20	38,68
Итого:		713,36
<b>1 декабря 2022 г. Четверг</b>		
Салат из припущенной моркови с растительным маслом	60	58,17
Суп картофельный с бобовыми	250	164,06
Мясо говядины отварное	20	55,99
Фрикадельки из мяса говядины припущенные	90	177,57
Картофельное пюре	150	132,59
Напиток с витаминами Витошка	200	70,71
Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
Хлеб ржаной	20	38,68
Итого:		750,39
<b>2 декабря 2022 г. Пятница</b>		
Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным	60	55,62
Суп-пюре из картофеля	250	111,34
Гренки (сухарики)	20	50,40
Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)	100	137,99
Макаронные изделия отварные с сыром	150	185,88
Компот из сухофруктов	200	87,60
Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
Хлеб ржаной	20	38,68
Итого:		720,14

Утверждаю

Директор

Л.Б. Панина

**МЕНЮ ОБЕДА  
для детей с ОВЗ и инвалидов  
(возраст 12-18 лет)**

Наименование блюда	выход, г	Эн. ценность
<b>28 ноября 2022 г. Понедельник</b>		
Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	105,10
Борщ с картофелем	250	121,45
Мясо говядины отварное	20	55,99
Бефстроганов из отварного мяса говядины	100	244,96
Капуста тушеная	180	121,34
Компот из чернослива	200	88,57
Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
Хлеб ржаной	25	48,35
Итого:		869,96
<b>29 ноября 2022 г. Вторник</b>		
Кукуруза дробленая (консервы)	100	73,26
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	127,39
Фрикадельки мясные	20	43,64
Биточки (котлеты) из мяса говядины с крупой (геркулес)	100	202,66
Соус красный основной	50	21,09
Макаронные изделия отварные	180	220,73
Компот из изюма	200	88,91
Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
Хлеб ржаной	25	48,35
Итого:		910,24
<b>30 ноября 2022 г. Среда</b>		
Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с	100	106,23
Щи из свежей капусты со сметаной (вариант 2)	250	71,50
Мясо говядины отварное	20	55,99
Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом	250	344,32
Напиток из шиповника (вариант 2)	200	74,32
Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
Хлеб ржаной	25	48,35
Итого:		784,92
<b>1 декабря 2022 г. Четверг</b>		
Салат из припущенной моркови с растительным маслом	100	96,95
Суп картофельный с бобовыми	250	164,06
Мясо говядины отварное	20	55,99
Омлет запеченный или паровой	180	253,47
Компот из чернослива и изюма	200	88,66
Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
Хлеб ржаной	25	48,35
Итого:		791,69
<b>2 декабря 2022 г. Пятница</b>		
Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным	100	92,69
Суп-пюре из картофеля	250	111,34
Гренки (сухарики)	20	50,40
Бедро куриное отварное в соусе	130	203,86
Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180	319,11
Компот из сухофруктов	200	87,60
Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
Хлеб ржаной	25	48,35
Итого:		997,56