

Утверждаю

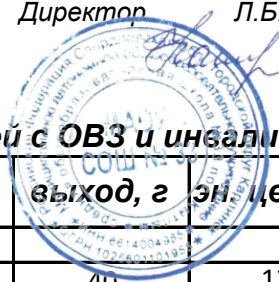
Директор

Л.Б. Панина

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

Наименование блюда	выход, г	энергетическая ценность
5 декабря 2022 г. Понедельник		
Рыба, тушеная с овощами	120	169,52
Картофельное пюре	150	132,59
Напиток с витаминами Витошка	200	70,71
Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	63,16
Хлеб ржаной	20	38,68
Итого:		474,65
6 декабря 2022 г. Вторник		
Гуляш из мяса говядины	100	221,17
Каша гречневая рассыпчатая	150	265,93
Чай	200	37,80
Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	63,16
Хлеб ржаной	20	38,68
Итого:		626,73
7 декабря 2022 г. Среда		
Салат из припущенной моркови с растительным маслом	80	77,56
Запеканка (сырники) из творога	150	313,88
Молоко сгущенное	30	95,22
Кисель с витаминами Витошка	200	91,53
Батон с каротином	45	115,89
Итого:		694,08
8 декабря 2022 г. Четверг		
Тефтели из мяса говядины	100	235,66
Рагу из овощей	150	110,40
Компот из изюма	200	88,91
Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	63,16
Хлеб ржаной	20	38,68
Яблоки	180	87,62
Итого:		624,43
9 декабря 2022 г. Пятница		
Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)	100	137,99
Макаронные изделия отварные с сыром	150	185,88
Напиток из шиповника (вариант 2)	200	74,32
Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	63,16
Хлеб ржаной	20	38,68
Итого:		500,03

Утверждаю
Директор Л.Б. Панина



МЕНЮ ЗАВТРАКА
для всех категорий обучающихся, включая детей с ОВЗ и инвалидов

	Наименование блюда	выход, г	э.п. ценность
	5 декабря 2022 г. Понедельник		
	Хлеб с маслом и сыром	40	121,87
	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250	260,56
	Батон с каротином	60	154,52
	Какао с молоком и витаминами Витошка	200	96,54
	Итого:		511,61
	6 декабря 2022 г. Вторник		
	Биточки (котлеты) из мяса говядины с морковью	100	215,11
	Соус красный основной	50	21,09
	Макаронные изделия отварные	180	220,73
	Чай	200	37,80
	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
	Хлеб ржаной	25	48,35
	Итого:		627,30
	7 декабря 2022 г. Среда		
	Салат из припущенной моркови с растительным маслом	100	96,95
	Запеканка (сырники) из творога	200	418,51
	Молоко сгущенное	40	126,96
	Кисель с витаминами Витошка	200	91,53
	Батон с каротином	60	154,52
	Итого:		888,47
	8 декабря 2022 г. Четверг		
	Зразы или рулет из рыбы	100	179,54
	Рис припущенный с овощами	180	285,63
	Чай с лимоном	200/5	39,63
	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
	Хлеб ржаной	25	48,35
	Итого:		637,36
	9 декабря 2022 г. Пятница		
	Хлеб с маслом и сыром	40	121,87
	Плов из мяса кур (филе)	250	338,59
	Компот из сухофруктов	200	87,60
	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
	Хлеб ржаной	25	48,35
	Итого:		558,75

Утверждаю

Директор

Л.Б. Панина

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

Наименование блюда	выход, г	ценность
5 декабря 2022 г. Понедельник		
Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым	100	100,96
Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2)	250	131,57
Мясо говядины отварное	20	55,99
Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)	100	107,74
Картофель отварной	150	135,49
Компот из чернослива	200	88,57
Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
Хлеб ржаной	20	38,68
Итого:		711,63
6 декабря 2022 г. Вторник		
Горошек зеленый	60	50,52
Суп картофельный с рыбой	250	185,83
Биточки (котлеты) из мяса говядины с морковью	90	193,60
Соус красный основной	50	21,09
Макаронные изделия отварные	150	183,94
Компот из сухофруктов	200	87,60
Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
Хлеб ржаной	20	38,68
Итого:		813,90
7 декабря 2022 г. Среда		
Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным	60	55,62
Суп-пюре гороховый	250	134,13
Гренки (сухарики)	20	50,40
Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом	200	327,77
Компот из чернослива и изюма	200	88,66
Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
Хлеб ржаной	20	38,68
Итого:		747,88
8 декабря 2022 г. Четверг		
Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с	60	68,63
Суп картофельный с крупой	250	151,27
Мясо говядины отварное	20	55,99
Зразы или рулет из рыбы	100	179,54
Рис припущенный с овощами	150	238,03
Чай с лимоном	200/5	39,63
Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
Хлеб ржаной	20	38,68
Итого:		755,76
9 декабря 2022 г. Пятница		
Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	60	63,06
Суп-лапша на курином бульоне	250	106,17
Плов из мяса кур (филе)	250	338,59
Бульон куриный	225	110,63
Компот из сухофруктов	200	87,60
Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
Хлеб ржаной	20	38,68
Итого:		797,35

Утверждаю

Директор

Л.Б. Панина

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

Наименование блюда		выход, г	э.п. ценность
5 декабря 2022 г. Понедельник			
Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым		100	100,96
Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2)		250	131,57
Мясо говядины отварное		20	55,99
Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)		100	107,74
Картофель отварной		180	162,59
Напиток с витаминами Витошка		200	70,71
Хлеб крестьянский с Валитек-8		40	84,22
Хлеб ржаной		25	48,35
	Итого:		762,12
6 декабря 2022 г. Вторник			
Горошек зеленый		100	84,21
Суп картофельный с рыбой		250	185,83
Гуляш из мяса говядины		100	221,17
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:		1030,48
7 декабря 2022 г. Среда			
Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным		100	92,69
Суп-пюре гороховый		250	134,13
Гренки (сухарики)		20	50,40
Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом		250	409,71
Компот из чернослива и изюма		200	88,66
Хлеб крестьянский с Валитек-8		40	84,22
Хлеб ржаной		25	48,35
	Итого:		908,15
8 декабря 2022 г. Четверг			
Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с		100	114,39
Суп картофельный с крупой		250	151,27
Мясо говядины отварное		20	55,99
Тефтели из мяса говядины		100	235,66
Рагу из овощей		180	132,48
Компот из изюма		200	88,91
Хлеб крестьянский с Валитек-8		40	84,22
Хлеб ржаной		25	48,35
	Итого:		911,26
9 декабря 2022 г. Пятница			
Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом		100	105,10
Суп-лапша на курином бульоне		250	216,79
Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)		100	137,99
Макаронные изделия отварные с сыром		180	223,05
Напиток из шиповника (вариант 2)		200	74,32
Хлеб крестьянский с Валитек-8		40	84,22
Хлеб ржаной		25	48,35
	Итого:		889,82