

Утверждаю:  
Директор Панина Л. Б.



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

	<b>Наименование блюда</b>	<b>выход, г</b>	<b>эн. ценность</b>
<b>13 ноября 2023 г. Понедельник</b>			
12/7	Биточки (котлеты) из рыбы	100	153,31
38/3	Рис припущенный со овощами	150	238,03
29/10	Чай с лимоном	200/5	39,63
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
		Итого:	522,28
<b>14 ноября 2023 г. Вторник</b>			
18/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины с крупой (геркулес)	90	182,39
8/11	Соус красный основной	50	21,09
46/3	Макаронные изделия отварные	150	183,94
пром.	Сок	200	86,48
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
		Итого:	565,21
<b>15 ноября 2023 г. Среда</b>			
40/1	Салат из отварной свеклы с сыром и растит. маслом	60	63,06
56/8	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом	250	344,32
37/10	Напиток из шиповника (вариант 2)	200	74,32
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
пром.	Бананы	230	219,65
		Итого:	729,60
<b>16 ноября 2023 г. Четверг</b>			
2/13	Хлеб с сыром	30/10	104,07
2/6	Омлет запеченный или паровой	150	211,23
29/10	Чай с лимоном	200/5	39,63
пром.	Батон с каротином	45	115,89
пром.	Пряники	80	293,39
		Итого:	764,21
<b>17 ноября 2023 г. Пятница</b>			
2/9	Бедро куриное отварное в соусе	130	203,86
40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	265,93
27/10	Чай	200	37,80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
		Итого:	598,90

Утверждаю:  
Директор Панина Л. Б.



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

	<b>Наименование блюда</b>	<b>выход, г</b>	<b>зн. ценность</b>
<b>13 ноября 2023 г. Понедельник</b>			
3/13	Хлеб с маслом и сыром	40	121,87
15/4	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	250	251,38
30/10	Чай с молоком	200	95,20
пром.	Батон с каротином	65	167,39
		Итого:	635,84
<b>14 ноября 2023 г. Вторник</b>			
12/8	Гуляш из мяса говядины	120	265,40
40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180	319,11
27/10	Чай	200	37,80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
		Итого:	754,88
<b>15 ноября 2023 г. Среда</b>			
8/7	Рыба, запеченная в омлете	100	194,45
43/3	Каша рисовая рассыпчатая	180	236,10
29/10	Чай с лимоном	200/5	39,63
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
		Итого:	602,73
<b>16 ноября 2023 г. Четверг</b>			
39/8	Фрикадельки из мяса говядины припущенные	100	197,30
3/3	Картофельное пюре	180	159,10
пром.	Напиток с витаминами Витошка	200	70,71
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	45	94,74
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
		Итого:	570,20
<b>17 ноября 2023 г. Пятница</b>			
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)	100	137,99
47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	180	223,05
27/10	Чай	200	37,80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	30	58,01
		Итого:	541,08

Утверждаю:  
Директор Панина Л. Б.

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



	<b>Наименование блюда</b>	<b>выход, г</b>	<b>эн. ценность</b>
	<b>13 ноября 2023 г. Понедельник</b>		
40/1	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	60	63,06
4/2	Борщ с картофелем	250	121,45
-	Мясо говядины отварное	20	55,99
7/8	Бефстроганов из отварного мяса говядины	90	220,46
11/3	Капуста тушеная	150	101,12
37/10	Напиток из шиповника	200	74,33
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
		Итого:	543,21
	<b>14 ноября 2023 г. Вторник</b>		
пром.	Кукуруза целыми зернами (консервы)	60	35,25
18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	127,39
41/2	Фрикадельки мясные	20	43,64
12/8	Гуляш из мяса говядины	90	199,05
40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	265,93
6/10	Компот из сухофруктов	200	87,60
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
		Итого:	850,18
	<b>15 ноября 2023 г. Среда</b>		
-	Огурец свежий	60	9,37
7/2	Щи из свежей капусты со сметаной (вариант 2)	250	71,50
-	Мясо говядины отварное	20	55,99
8/7	Рыба, запеченная в омлете	100	194,45
43/3	Каша рисовая рассыпчатая	150	196,75
29/10	Чай с лимоном	200/5	39,63
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
		Итого:	658,99
	<b>16 ноября 2023 г. Четверг</b>		
4/1	Салат из белокочанной капусты с луком	60	55,53
16/2	Суп картофельный с бобовыми	250	164,06
-	Мясо говядины отварное	20	55,99
39/8	Фрикадельки из мяса говядины припущенные	90	177,57
3/3	Картофельное пюре	150	132,59
пром.	Напиток с витаминами Витошка	200	70,71
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
		Итого:	747,75
	<b>17 ноября 2023 г. Пятница</b>		
42/1	Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым	60	61,00
29/2	Суп-пюре из картофеля	250	111,34
40/2	Гренки (сухарики)	20	50,40
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)	100	137,99
47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	150	185,88
6/10	Компот из сухофруктов	200	87,60
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
		Итого:	725,53

Утверждаю:  
Директор Панина Л. Б.

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



	<b>Наименование блюда</b>	<b>выход, г</b>	<b>эн. ценность</b>
<b>13 ноября 2023 г. Понедельник</b>			
40/1	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	105,10
4/2	Борщ с картофелем	250	121,45
-	Мясо говядины отварное	20	55,99
7/8	Бефстроганов из отварного мяса говядины	100	244,96
11/3	Капуста тушеная	180	121,34
37/10	Напиток из шиповника	200	74,33
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
		Итого:	855,72
<b>14 ноября 2023 г. Вторник</b>			
пром.	Кукуруза целыми зернами (консервы)	100	58,75
18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	127,39
41/2	Фрикадельки мясные	20	43,64
18/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины с крупой (геркулес)	100	202,66
8/11	Соус красный основной	50	21,09
46/3	Макаронные изделия отварные	180	220,73
6/10	Компот из сухофруктов	200	87,60
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
		Итого:	894,42
<b>15 ноября 2023 г. Среда</b>			
-	Огурец свежий	100	15,61
7/2	Щи из свежей капусты со сметаной (вариант 2)	250	71,50
-	Мясо говядины отварное	20	55,99
56/8	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом	250	344,32
37/10	Напиток из шиповника (вариант 2)	200	74,32
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
		Итого:	694,30
<b>16 ноября 2023 г. Четверг</b>			
4/1	Салат из белокочанной капусты с луком	100	92,55
16/2	Суп картофельный с бобовыми	250	164,06
-	Мясо говядины отварное	20	55,99
2/6	Омлет запеченный или паровой	180	253,47
пром.	Сок	200	86,48
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
		Итого:	785,11
<b>17 ноября 2023 г. Пятница</b>			
41/1	Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым	100	100,96
29/2	Суп-пюре из картофеля	250	111,34
40/2	Гренки (сухарики)	20	50,40
2/9	Бедро куриное отварное в соусе	130	203,86
40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180	319,11
6/10	Компот из сухофруктов	200	87,60
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
		Итого:	1005,83