

Утверждаю:
Директор Панина Л. Б.



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

	Наименование блюда	выход, г	эн. ценность
	20 ноября 2023 г. Понедельник		
4/7	Рыба, тушенная с овощами	120	169,52
3/3	Картофельное пюре	150	132,59
пром.	Напиток с витаминами Витошка	200	70,71
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	63,16
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
		Итого:	474,65
	21 ноября 2023 г. Вторник		
12/8	Гуляш из мяса говядины	100	221,17
40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	265,93
27/10	Чай	200	37,80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	63,16
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
		Итого:	626,73
	22 ноября 2023 г. Среда		
29/1	Салат из моркови с растительным маслом	80	77,56
8/5	Запеканка (сырники) из творога	150	313,88
пром.	Молоко сгущенное	30	95,22
пром.	Кисель с витаминами Витошка	200	91,53
пром.	Батон с каротином	45	115,89
		Итого:	694,08
	23 ноября 2023 г. Четверг		
42/8	Тефтели из мяса говядины	100	235,66
32/3	Рагу из овощей	150	110,40
6/10	Компот из изюма	200	88,91
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	63,16
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
		Итого:	536,81
	24 ноября 2023 г. Пятница		
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)	100	137,99
47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	150	185,88
37/10	Напиток из шиповника (вариант 2)	200	74,32
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	63,16
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
		Итого:	500,03

Утверждаю:
Директор Панина Л. Б.



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

	Наименование блюда	выход, г	эн. ценность
20 ноября 2023 г. Понедельник			
1/6	Яйцо отварное	40	62,78
16/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250	260,56
пром.	Батон с каротином	60	154,52
27/10	Чай	200	37,80
		Итого:	515,66
21 ноября 2023 г. Вторник			
24/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины с морковью	100	215,11
8/11	Соус красный основной	50	21,09
46/3	Макаронные изделия отварные	180	220,73
27/10	Чай	200	37,80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
		Итого:	627,30
22 ноября 2023 г. Среда			
29/1	Салат из моркови с растительным маслом	100	96,95
8/5	Запеканка (сырники) из творога	200	418,51
пром.	Молоко сгущенное	40	126,96
пром.	Кисель с витаминами Витошка	200	91,53
пром.	Батон с каротином	60	154,52
		Итого:	888,47
23 ноября 2023 г. Четверг			
17/7	Зразы или рулет из рыбы	100	179,54
38/3	Рис припущенный с овощами	180	285,63
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:	637,36
24 ноября 2023 г. Пятница			
пром.	Яблоки	180	87,62
4/9	Плов из мяса кур (филе)	250	338,59
6/10	Компот из сухофруктов	200	87,60
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
		Итого:	558,75

Утверждаю:
Директор Панина Л.Б.

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



	Наименование блюда	выход, г	эн. ценность
	20 ноября 2023 г. Понедельник		
41/1	Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым	100	100,96
11/2	Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2)	250	131,57
	- Мясо говядины отварное	20	55,99
48/8	Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)	100	107,74
1/3	Картофель отварной	150	135,49
14/10	Компот из чернослива	200	88,57
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
		Итого:	711,63
	21 ноября 2023 г. Вторник		
1/1	Горошек зеленый	60	50,52
19/2	Суп картофельный с рыбой	250	185,83
24/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины с морковью	90	193,60
8/11	Соус красный основной	50	21,09
46/3	Макаронные изделия отварные	150	183,94
6/10	Компот из сухофруктов	200	87,60
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
		Итого:	813,90
	22 ноября 2023 г. Среда		
20/1	Салат из свежих томатов с растительным маслом	80	78,68
28/2	Суп-пюре гороховый	250	134,13
40/2	Гренки (сухарики)	20	50,40
54/8	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом	200	327,77
12/10	Компот из чернослива и изюма	200	88,66
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
		Итого:	770,95
	23 ноября 2023 г. Четверг		
6/1	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным	60	55,62
14/2	Суп картофельный с крупой	250	151,27
	- Мясо говядины отварное	20	55,99
17/7	Зразы или рулет из рыбы	100	179,54
38/3	Рис припущенный с 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:	755,76
	24 ноября 2023 г. Пятница		
40/1	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	60	63,06
22/2	Суп-лапша на курином бульоне	250	216,80
4/9	Плов из мяса кур (филе)	250	338,59
6/10	Компот из сухофруктов	200	87,60
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
		Итого:	797,36

Утверждаю:

Директор Панина Л. Б.



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

	Наименование блюда	выход, г	эн. ценность
20 ноября 2023 г. Понедельник			
41/1	Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым	100	100,96
11/2	Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2)	250	131,57
	- Мясо говядины отварное	20	55,99
48/8	Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)	100	107,74
1/3	Картофель отварной	180	162,59
пром.	Напиток с витаминами Витошка	200	70,71
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
		Итого:	762,12
21 ноября 2023 г. Вторник			
1/1	Горошек зеленый	100	84,21
19/2	Суп картофельный с рыбой	250	185,83
12/8	Гуляш из мяса говядины	100	221,17
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:	1030,48
22 ноября 2023 г. Среда			
20/1	Салат из свежих томатов с растительным маслом	100	76,75
28/2	Суп-пюре гороховый	250	134,13
40/2	Гренки (сухарики)	20	50,40
54/8	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом	250	409,71
12/10	Компот из чернослива и изюма	200	88,66
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
		Итого:	892,21
23 ноября 2023 г. Четверг			
6/1	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным	100	92,69
14/2	Суп картофельный с крупой	250	151,27
	- Мясо говядины отварное	20	55,99
42/8	Тефтели из мяса говядины	100	235,66
32/3	Рагу из овощей	180	132,48
6/10	Компот из изюма	200	88,91
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
		Итого:	889,56
24 ноября 2023 г. Пятница			
40/1	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	105,10
22/2	Суп-лапша на курином бульоне	250	216,79
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)	100	137,99
47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	180	223,05
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:	889,82