

Утверждаю:

Директор МОАУ «ООШ №2»

Е.В. Филиппова



Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 05 февраля 2024г.

Сезон: зимний период

Неделя: первая

День: 1 день примерного меню

Завтрак 12-00 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Чай с сахаром	200	26,8
Макаронны отварные	100	141,0
Хлеб домашний подовый	25	37,84

Завтрак 68.50 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат из белокочанной капусты	60	40,0
Макаронны с сыром	225	365,4
Чай с сахаром	200	26,8
Хлеб домашний подовый	30	45,40

Обед 100 руб

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат из свеклы с чесноком	60	54,6
Суп картофельный с горохом	200	116,8
Плов из птицы (без кости)	200	353,3
Кисель плодово-ягодный	200	119,0
Хлеб домашний подовый	45	68,01
Хлеб ржаной	25	42,8

Завтрак-полдник (ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат из белокочанной капусты	60	40,0
Макаронны с сыром	225	365,4
Чай с сахаром	200	26,8
Хлеб домашний подовый	30	45,40
Плюшка Оренбургская	50	200
Кисель плодово-ягодный	200	119,0

Ответственный по питанию:

О.А.Суркова

Утверждаю:

Директор МОАУ «ООШ №2»

Е.В. Филиппова

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 06 февраля 2024г.

Сезон: зимний период

Неделя: первая

День: 2 день примерного меню

Завтрак 12-00 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Каша ячневая вязкая	100	124,6
Чай с сахаром	200	26,8
Хлеб домашний подовый	25	37,84

Завтрак 68.50 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Помидор соленый порционно	30	6,0
Котлета рыбная любительс. с/с	100	205,2
Картофельное пюре	150	156,0
Какао с молоком	200	118,6
Хлеб домашний подовый	35	52

Обед 100 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат из красной фасоли	60	104,0
Щи из свежей капусты со сметаной	205	75,2
Оладьи из печени в соусе	100	170
Каша гречневая вязкая	150	220,45
Чай с лимоном и сахаром	200	37,9
Хлеб домашний подовый	45	68,01
Хлеб ржаной	25	42,8

Завтрак-полдник (ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Помидор соленый порционно	30	6,0
Котлета рыбная любительс. с/с	100	205,2
Картофельное пюре	150	156,0
Какао с молоком	200	118,6
Хлеб домашний подовый	35	52,0
Чай с сахаром	200	26,8
Булочка Дорожная	50	172,8

Ответственный по питанию:

О.А. Суркова

Утверждаю:

Директор МОАУ «ООШ №2»

Е.В. Филиппова

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 07 февраля 2024г.

Сезон: зимний период

Неделя: первая

День: 3 день примерного меню

Завтрак 12-00 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Каша жид. мол. кукуруз.	100	148,95
Чай с сахаром	200	26,8
Хлеб домашний подовый	25	37,84

Завтрак 68. 50 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Каша жид. мол. кукуруз.	200	297,9
Чай с сахаром и лимоном	200	37,9
Хлеб домашний подовый	30	45,4
Фрукт	70	83,60

Обед 100 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат Степной с соленым огурцом	60	43,0
Суп картофельный с вермишелью	200	112,4
Рагу из птицы	230	391,0
Компот из смеси сухофруктов	200	119,1
Хлеб домашний подовый	45	68,01
Хлеб ржаной	25	42,8

Завтрак-полдник (ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Каша жид. мол. кукуруз.	200	297,9
Чай с сахаром и лимоном	200	37,9
Хлеб домашний подовый	30	45,4
Фрукт	70	83,6
Сдоба фигурная	50	186,5
Компот из смеси сухофруктов	200	119,1

Ответственный по питанию:

О.А. Суркова

Утверждаю:

Директор МОАУ «ООШ №2»

Е.В. Филиппова

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 08 февраля 2024г.

Сезон: зимний период

Неделя: первая

День: 4 день примерного меню

Завтрак, 12-00 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Рис припущенный с соусом	120	150,7
Чай с сахаром	200	26,8
Хлеб домашний подовый	25	37,84

Завтрак, 68-50 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Куры тушеные с овощами	120	196,5
Рис припущенный	150	217,5
Кисель плодово-ягодный	200	119
Хлеб домашний подовый	35	52

Обед 100 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат «Витаминный»	60	87,81
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	205	118
Ежики мясные в соусе	90	119,11
Гороховое пюре	150	180,0
Чай с сахаром	200	26,8
Хлеб домашний подовый	45	68,01
Хлеб ржаной	25	42,8

Завтрак-полдник (ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Куры тушеные с овощами	120	196,5
Рис припущенный	150	217,5
Кисель плодово-ягодный	200	119
Хлеб домашний подовый	30	45,4
Слойка Свердловская	50	188,7
Чай с сахаром	200	26,8

Ответственный по питанию:

О.А. Суркова

Утверждаю:

Директор МОАУ «ООШ №2»

Е.В. Филиппова



Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 09 февраля 2024 г.

Сезон: *зимний период*

Неделя: *первая*

День: *5 день примерного меню*

Завтрак, 12-00 руб.

<i>Наименование блюда</i>	<i>Масса порции</i>	<i>Калорийность</i>
Каша пшеничная вязкая	100	142,4
Чай с сахаром	200	26,8
Хлеб домашний подовый	25	37,84

Завтрак, 68-50 руб.

<i>Наименование блюда</i>	<i>Масса порции</i>	<i>Калорийность</i>
Сырники из творога с джемом	170	374,1
Чай с молоком и сахаром	200	50,9
Хлеб домашний подовый	30	45,4
Фрукт	180	105,6

Обед 100 руб.

<i>Наименование блюда</i>	<i>Масса порции</i>	<i>Калорийность</i>
Винегрет овощной	60	79,6
Суп Крестьянский	200	80,80
Котлета мясо-картофельная с соусом	100	194,4
Макароны отварные	150	211,5
Напиток из шиповника	200	65,3
Хлеб домашний подовый	45	68,01
Хлеб ржаной	25	42,8

Завтрак-полдник (ОВЗ)

<i>Наименование блюда</i>	<i>Масса порции</i>	<i>Калорийность</i>
Сырники из творога с джемом	170	374,1
Чай с молоком и сахаром	200	50,9
Хлеб домашний подовый	30	45,4
Фрукт	160	82,13
Булочка ванильная	50	172,8
Чай с сахаром	200	26,8

Ответственный по питанию:

О.А. Суркова