



Утверждаю:

Директор МОАУ «ООИЛ №2»

Е.В. Филиппова Е.В. Филиппова

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 15 января 2024 г.

Сезон: зимний период

Неделя: первая

День: 1 день примерного меню

Завтрак, 12-00 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Каша вязкая молочная овсяная	100	136,45
Чай с сахаром	200	26,80
Хлеб домашний подовый	25	37,84

Завтрак, 68-50 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Каша вязкая молочная овсяная	150	272,9
Хлеб домашний подовый	30	45,4
Чай с сахаром и лимоном	200	37,9
Фрукт (яблоко)	160	115,3

Обед 100 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат из белокочанной капусты	60	40
Рассольник «Ленинградский» со сметаной	205	106,4
Биточки рубленые из птицы в соусе	120	243,6
Макароны отварные	150	211,5
Компот из свежих яблок	200	62,0
Хлеб домашний подовый	45	68,01
Хлеб ржаной	25	42,8

Завтрак-полдник (ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Каша вязкая молочная овсяная	150	272,9
Хлеб домашний подовый	30	45,4
Чай с сахаром и лимоном	200	37,9
Фрукт (яблоко)	160	115,3
Булочка «Дорожная»	50	193,5
Чай с сахаром	200	26,8

Ответственный по питанию:

О.А. Суркова О.А. Суркова



Утверждаю:

Директор МОАУ «ООИИ №2»

Е.В. Филиппова

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 16 января 2024 г.

Сезон: зимний период

Неделя: первая

День: 2 день примерного меню

Завтрак 12-00 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Каша гречневая вязкая с/с	115	147,0
Чай с сахаром	200	26,8
Хлеб домашний подовый	25	38,0

Завтрак 68-50 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Курица тушеная с морковью	100	156,4
Каша гречневая вязкая	200	293,9
Кофейный напиток с молоком	200	105,0
Хлеб домашний подовый	30	45,40

Обед 100 руб

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Винегрет овощной	60	77,0
Щи из свежей капусты со сметаной	205	75,2
Котлета рыбная любительская	90	230,8
Картофельное пюре	150	156,0
Кисель плодово-ягодный	200	107,1
Хлеб домашний подовый	45	68,01
Хлеб ржаной	25	42,8

Завтрак-полдник (ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Курица тушеная с морковью	100	156,4
Каша гречневая вязкая	200	293,9
Кофейный напиток с молоком	200	105,0
Хлеб домашний подовый	30	45,40
Сдоба фигурная	50	186,5
Кисель плодово-ягодный	180	107,1

Ответственный по питанию:

 О.А. Суркова



Утверждаю:

Директор МОАУ «ООШ №2»

Е.В. Филиппова

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 17 января 2024 г.

Сезон: зимний период

Неделя: первая

День: 3 день примерного меню

Завтрак 12-00 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Каша молочная «Дружба»	100	74,85
Чай с сахаром	200	26,8
Хлеб домашний подовый	25	37,84

Завтрак 68-50 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Бутерброд с сыром	60	137,3
Каша молочная «Дружба»	205	257,7
Напиток из шиповника	200	65,3
Печенье	36	70,80

Обед 100 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат «Студенческий»	60	95,0
Суп картофельный с клецками	200	98,3
Тефтели из говядины в соусе	100	237,5
Гороховое пюре	150	180,0
Чай с сахаром и лимоном	200	37,9
Хлеб домашний подовый	45	68,01
Хлеб ржаной	25	42,8

Завтрак-полдник (ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Бутерброд с сыром	60	137,3
Каша молочная «Дружба»	205	257,7
Напиток из шиповника	200	65,3
Печенье	36	70,80
Булка «Ванильная»	50	172,8
Чай с сахаром	200	24,12

Ответственный по питанию:

 О.А. Суркова

Утверждаю:

Директор МОАУ «ООШ №2»

Е.В. Филиппова



Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 18 января 2024 г.

Сезон: зимний период

Неделя: первая

День: 4 день примерного меню

Завтрак 12-00 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Каша перловая рассыпчатая с/с	115	104,0
Чай с сахаром	200	26,8
Хлеб домашний подовый	25	37,84

Завтрак 68-50 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат из моркови с сахаром	60	69,2
Омлет с отварным картофелем	200	318,2
Чай с сахаром	200	26,8
Хлеб домашний подовый	40	59,43

Обед 100 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат «Прелесть»	60	55,5
Свекольник со сметаной	205	81,8
Гуляш из говядины	90	208,8
Каша перловая рассыпчатая	150	187,1
Компот из смеси сухофруктов	200	93,6
Хлеб домашний подовый	45	68,01
Хлеб ржаной	25	42,8

Завтрак-полдник (ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат из моркови с сахаром	60	13,08
Омлет с отварным картофелем	200	217,5
Чай с сахаром	200	119,0
Хлеб домашний подовый	40	45,4
Плюшка «Оренбургская»	50	200,0
Компот из смеси сухофруктов	180	93,6

Ответственный по питанию:

 О.А. Суркова

Утверждаю:

Директор МОАУ «ООШ №2»

Е. В. Филиппова



Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 19 января 2024 г.

Сезон: зимний период

Неделя: первая

День: 5 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
Салат из белокочанной капусты	60	40,0
«Ежики» мясные в соусе	90	171,1
Макаронны отварные	150	211,5
Хлеб домашний подовый	30	45,4
Чай с молоком и сахаром	200	51,0

Обед 100 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат «Школьный»	60	65,0
Суп картофельный с вермишелью	200	112,4
Куры тушеные с овощами	120	196,5
Каша гречневая вязкая	150	180,5
Напиток из шиповника	200	68,77
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
«Ежики» мясные в соусе	90	171,1
Макаронны отварные	150	212,0
Хлеб домашний подовый	30	45,4
Чай с молоком и сахаром	200	50,9
Булочка «Дорожная»	50	194,0
Чай с сахаром	200	24,12

Ответственный по питанию:

О.А. Суркова