



Утверждаю:
 Директор МОАУ «ООИ №2»
 Е.В. Филиппова

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 09 января 2024г.
 Сезон: зимний период
 Неделя: первая
 День: 1 день примерного меню

Завтрак 12-00 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Итого
Макаронны отварные	100	141,0	205,64 ккал
Чай с сахаром	200	26,8	
Хлеб домашний подовый	25	37,84	

Завтрак 68-50 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Итого
Салат из белокочанной капусты	60	40,0	477,6 ккал
Макаронны отварные с сыром	215	365,4	
Чай с сахаром	200	26,8	
Хлеб домашний подовый	30	45,4	

Обед 100 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Итого
Салат картофельный с соленым огурцом	60	58,8	746,81 ккал
Суп картофельный с горохом	200	117,0	
Плов из птицы (без кости)	200	353,3	
Кисель плодово-ягодный	180	107,1	
Хлеб домашний подовый	45	68,01	
Хлеб ржаной	25	42,8	

Завтрак-полдник (ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Итого
Салат из белокочанной капусты	60	40,0	668,92 ккал
Макаронны отварные с сыром	205	339,5	
Чай с сахаром	200	26,8	
Хлеб домашний подовый	35	52,0	
Сдоба «Фигурная»	50	186,5	
Чай с сахаром	180	24,12	

Ответственный по питанию: _____ *О.А. Суркова*

Утверждаю:

Директор МОАУ «ООШ №2»

Е.В.Филиппова



Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 10 января 2024 г.

Сезон: зимний период

Неделя: первая

День: 2 день примерного меню

Завтрак 12-00 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Итого
Каша ячневая вязкая с соусом	115	132,0	195,79 ккал
Чай с сахаром	200	26,8	
Хлеб домашний подовый	25	37,84	

Завтрак 68-50 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Итого
Помидор соленый порционно	25	6,0	463,5 ккал
Котлета рыбная с/с	100	205,2	
Картофельное пюре	150	156,0	
Чай с молоком и сахаром	200	50,9	
Хлеб домашний подовый	30	45,4	

Обед 100 руб

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Итого
Салат из красной фасоли	60	104,0	764,7 ккал
Щи из свежей капусты со сметаной	205	75,2	
Оладьи из печени в соусе	100	170,0	
Каша гречневая вязкая	150	220,45	
Компот из смеси сухофруктов	180	84,24	
Хлеб домашний подовый	45	68,01	
Хлеб ржаной	25	42,8	

Завтрак-полдник (ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Итого
Помидор соленый порционно	25	6,0	667,32 ккал
Котлета рыбная с/с	100	205,2	
Каша ячневая вязкая	150	187,0	
Чай с сахаром	200	26,8	
Хлеб домашний подовый	30	45,4	
Булка «Ванильная»	50	173,0	
Чай с сахаром	180	24,12	

Ответственный по питанию: _____

О.А.Суркова

Утверждаю:
Директор МОАУ «ООШ №2»
Е.В. Филиппова

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 11 января 2024 г.

Сезон: зимний период

Неделя: первая

День: 3 день примерного меню

Завтрак 12-00 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Итого
Рис припущенный с соусом	115	151,0	215,34 ккал
Чай с сахаром	200	26,8	
Хлеб домашний подовый	25	37,84	

Завтрак 68-50 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Итого
Куры тушеные с овощами	120	197,0	578,4 ккал
Рис припущенный	150	218,0	
Кисель плодово-ягодный	200	119,0	
Хлеб домашний подовый	30	45,4	

Обед 100 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Итого
Салат «Витаминный»	60	88,0	725,63 ккал
Борщ с фасолью, картофелем со сметаной	205	118,0	
Бжжик мясные в соусе	90	191,0	
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	Итого
Куры тушеные с овощами	120	197,0	802,52 ккал
Рис припущенный	150	218,0	
Кисель плодово-ягодный	200	119,0	
Хлеб домашний подовый	30	45,4	
Плюшка «Оренбургская»	50	200,0	
Чай с сахаром	180	24,12	

Ответственный по питанию:

О.А. Суркова

Утверждаю:

Директор МОАУ «ООШ №2»

Е.В. Филиппова

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 12 января 2024 г.

Сезон: зимний период

Неделя: первая

День: 4 день примерного меню

Завтрак, 12-00 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Итого
Каша пшеничная вязкая с соусом	115	149,0	213,59 ккал
Чай с сахаром	200	26,8	
Хлеб домашний подовый	25	37,84	

Завтрак, 68-50 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Итого
Сырники из творога с джемом	170	374,1	540,1 ккал
Чай с сахаром	200	26,8	
Хлеб домашний подовый	30	45,4	
Фрукт (яблоко)	160	93,87	

Обед 100 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Итого
Винегрет овощной	60	79,6	733,18 ккал
Суп Крестьянский	200	80,8	
Котлета мясо-картофельная с соусом	100	194,4	
Макароны отварные	150	211,5	
Напиток из шиповника	180	58,77	
Хлеб домашний подовый	45	68,01	
Хлеб ржаной	25	42,8	

Завтрак-полдник (ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Итого
Сырники из творога с джемом	170	374,1	723,55 ккал
Чай с сахаром	200	26,8	
Хлеб домашний подовый	30	45,4	
Фрукт (яблоко)	140	82,13	
Булочка «Школьная»	50	171,0	
Чай с сахаром	180	24,12	

Ответственный по питанию: _____

О.А. Суркова