

Утверждаю:

Директор МОАУ «ООШ №2»

Е.В. Филиппова



Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 22 января 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 |
| Хлеб домашний подовый | 25 | 37,84 |

Завтрак 68.50 руб.

| Наименование блюда | Масса порции | Калорийность |
|-------------------------------|--------------|--------------|
| Салат из белокочанной капусты | 60 | 40,0 |
| Макароны 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 |
| Макароны 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: 23 января 2024г.

Сезон: зимний период

Неделя: первая

День: 2 день примерного меню

Завтрак 12-00 руб.

| <i>Наименование блюда</i> | <i>Масса порции</i> | <i>Калорийность</i> |
|---------------------------|---------------------|---------------------|
| Каша ячневая вязкая | 100 | 124,6 |
| Чай с сахаром | 200 | 26,8 |
| Хлеб домашний подовый | 20 | 30,27 |

Завтрак 68.50 руб.

| <i>Наименование блюда</i> | <i>Масса порции</i> | <i>Калорийность</i> |
|-------------------------------|---------------------|---------------------|
| 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.

| <i>Наименование блюда</i> | <i>Масса порции</i> | <i>Калорийность</i> |
|----------------------------------|---------------------|---------------------|
| 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)

| <i>Наименование блюда</i> | <i>Масса порции</i> | <i>Калорийность</i> |
|-------------------------------|---------------------|---------------------|
| 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 |
| Булка Дорожная | 50 | 172,8 |

Ответственный по питанию:

О.А. Суркова

Утверждаю:

Директор МОАУ «ООИИ №2»

Е.В. Филиппова

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 24 января 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*** | 100 | 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 | 93,6 |
| 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*** | 100 | 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: 25 января 2024г.

Сезон: *зимний период*

Неделя: *первая*

День: *4 день примерного меню*

Завтрак, 12-00 руб.

| <i>Наименование блюда</i> | <i>Масса порции</i> | <i>Калорийность</i> |
|---------------------------|---------------------|---------------------|
| Рис припущенный с соусом | 120 | 150,7 |
| 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> |
|---------------------------|---------------------|---------------------|
| 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.

| <i>Наименование блюда</i> | <i>Масса порции</i> | <i>Калорийность</i> |
|---|---------------------|---------------------|
| 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)


| <i>Наименование блюда</i> | <i>Масса порции</i> | <i>Калорийность</i> |
|---------------------------|---------------------|---------------------|
| 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. Филипова

Ежедневное меню для обучающихся



Дата: 26 января 2024 г.

Сезон: зимний период

Неделя: первая

День: 5 день примерного меню

Завтрак, 12-00 руб.

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

Завтрак, 68-50 руб.

| Наименование блюда | Масса порции | Калорийность |
|-----------------------------|--------------|--------------|
| Сырники из творога с джемом | 170 | 374,1 |
| Чай с молоком и сахаром | 200 | 50,9 |
| Хлеб домашний подовый | 30 | 45,4 |
| Фрукт (яблоко) | 180 | 105,6 |

Обед 100 руб.

| Наименование блюда | Масса порции | Калорийность |
|------------------------------------|--------------|--------------|
| 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 пшоповника | 200 | 65,3 |
| Хлеб домашний подовый | 45 | 68,01 |
| Хлеб ржаной | 25 | 42,8 |

Завтрак-полдник (ОВЗ)

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

Ответственный по питанию:



О.А. Суркова