



Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 26 февраля 2024г.

Сезон: зимний период

Неделя: четвертая

День: 3 день примерного меню

Завтрак 12-00 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Каша молочная «Дружба»	150	74.85
Чай с сахаром	200	26.80
Хлеб домашний подовый	25	37,84

Завтрак 68.50 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Бутерброд с сыром	20/40	137.3
Каша молочная «Дружба»	200/5	257.7
Напиток из шиповника	200	65.30
Печенье	36	70.80

Обед 100 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат «Школьный»	60	95.00
Суп картофельный с горохом	200	98.30
Гуляш из говядины	100	237.5
Каша перловая рассыпчатая	150	180.0
Кисель плодово - ягодный	200	37.90
Хлеб домашний подовый	45	68,01
Хлеб ржаной	25	42,80

Завтрак-полдник (ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Бутерброд с сыром	20/40	137.3
Каша молочная «Дружба»	200/5	257.7
Напиток из шиповника	200	65.30
Печенье	36	70.80
Плюшка оренбургская	50	172.8
Кисель плодово - ягодный	200	26.80

Ответственный по питанию:

М.И. Мысова Е.Д. Мысова

Зав. производством:

З.В. Астанович З.В. Астанович



Утверждаю:

Директор МОАУ «СОШ № 23»

А.А. Спирина

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 27 февраля 2024 г.

Сезон: зимний период

Неделя: четвертая

День: 2 день примерного меню

Завтрак 12-00 руб.

<i>Наименование блюда</i>	<i>Масса порции</i>	<i>Калорийность</i>
Рис припущенный с /с	100/20	150.7
Чай с сахаром	200	26.80
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
Какао с молоком	200	118.6
Хлеб домашний подовый	30	45.40

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	200/5	75.20
Оладьи из печени в соусе	100	170.0
Каша гречневая вязкая	150	220.45
Чай с лимоном и сахаром	200	37.90
Хлеб домашний подовый	45	68,01
Хлеб ржаной	25	42,80

Завтрак-полдник (ОВЗ)

<i>Наименование блюда</i>	<i>Масса порции</i>	<i>Калорийность</i>
Куры тушеные с овощами	60	69.20
Рис припущенный	200	318.2
Какао с молоком	200	26.80
Хлеб домашний подовый	40	59.43
Булочка школьная	50	200.0
Чай с сахаром	200	119.1

Ответственный по питанию:

Е.Д. Мысова

Зав. производством:

З.В. Астанович



Утверждаю:

Директор МОАУ «СОШ № 23»

Л.А. Спигина

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 28 февраля 2024 г.

Сезон: зимний период

Неделя: четвертая

День: 3 день примерного меню

Завтрак 12-00 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Каша жидкая молочная кукурузная	100	148.95
Чай с сахаром	200	26.80
Хлеб домашний подовый	25	37,84

Завтрак 68.50 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Каша жидкая молочная кукурузная	200	279.9
Чай с лимоном и сахаром	200	37.90
Хлеб домашний подовый	30	45.40
Фрукт	100	83.60

Обед 100 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат Степной с соленым огурцом	60	43.00
Суп картофельный с вермишелью	200	112.4
Голубцы ленивые с /с	90	210.9
Гороховое пюре	150	180.0
Компот из смеси сухофруктов	200	119.1
Хлеб домашний подовой	45	68,01
Хлеб ржаной	25	42,80

Завтрак-полдник (ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Каша жидкая молочная кукурузная	200	279.9
Чай с лимоном и сахаром	200	37.90
Хлеб домашний подовый	30	45.40
Фрукт	100	83.60
Сдоба фигурная	50	186.5
Компот из смеси сухофруктов	200	119.1

Ответственный по питанию:

Мысова Е.Д. Мысова

Зав. производством:

Астанович З.В. Астанович



Утверждаю:

Директор МОАУ «СОШ № 23»

А.А. Спигина

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 29 февраля 2024 г.

Сезон: зимний период

Неделя: четвертая

День: 4 день примерного меню

Завтрак 12-00 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Каша вязкая ячневая с/с	100/20	124.6
Чай с сахаром	200	26.80
Хлеб домашний подовый	25	37.84

Завтрак 68.50 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Помидор соленый порционно		
Котлета рыбная любительская с/с	150	272.9
Картофельное пюре		
Кисель плодово-ягодный	200	37.9
Хлеб домашний подовый	30	45.4

Обед 100 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат «Восторг»	60	87.81
Борщ с фасолью и картофелем со смет.	200/5	118.0
Ежики мясные в соусе	90	191.11
Макаронные отварные	150	180.0
Чай с сахаром	200	26.80
Хлеб домашний подовый	45	68,01
Хлеб ржаной	25	42,80

Завтрак-полдник (ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Помидор соленый порционно	30	6.00
Котлета рыбная любительская с/с	80/20	205.2
Картофельное пюре	150	156.0
Кисель плодово-ягодный	200	119.0
Хлеб домашний подовый	30	45.40
Булочка дорожная	50	188.7
Чай с сахаром	200	26.80

Ответственный по питанию:

Е.Д. Мысова Е.Д. Мысова

Зав. производством:

З.В. Астанович З.В. Астанович



Утверждаю:

Директор МОАУ «СОШ № 23»

Л.А. Спигина

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 1 марта 2024 г.

Сезон: весенний период

Неделя: четвертая

День: 5 день примерного меню

Завтрак 12-00 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Каша пшеничная вязкая	100	142.4
Чай с сахаром	200	26.80
Хлеб домашний подовый	25	37,84

Завтрак 68.50 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат из моркови с зел. горошком	60	40.0
Омлет с отварным картофелем	200	318.2
Чай с молоком и сахаром	200	50.90
Хлеб домашний подовый	40	59.43

Обед 100 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат из свеклы с чесноком	60	76.9
Суп Крестьянский	200	80.8
Плов из курицы (без кости)	200	405.9
Напиток из шиповника	200	65.30
Хлеб домашний подовый	45	68,01
Хлеб ржаной	25	42,80

Завтрак-полдник (ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат из моркови с зел. горошком	60	40.0
Омлет с отварным картофелем	200	318.2
Чай с молоком и сахаром	200	50.90
Хлеб домашний подовый	40	59
Булочка ванильная	50	193.5
Чай с сахаром	200	26.80

Ответственный по питанию:

Масей Е.Д. Мысова

Зав. производством:

Асташ З.В. Астанович