

Утверждаю:

Директор МОАУ «СОШ № 23»

В.А. Спигина

Ежедневное меню обучающихся

Дата: 16 декабря 2024г.

<b>Завтрак, с 7-11 лет, 68,50 руб.</b>		
<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса порции</b>	<b>Калорийность</b>
Салат из белой капусты с зеленым горош	60	76.00
Макароны с сыром	205/10	357.1
Чай с сахаром	200	26.80
Хлеб домашний подовый	30	44.57
<b>Обед 100 руб.</b>		
Салат из свеклы.	60	47.82
Рассольник Ленинградский со сметаной	200/5	106.4
Плов из птицы (без кости)	200	432.1
Компот из свежих яблок	200	62.00
Хлеб домашний подовый	45	68.01
Хлеб ржаной	25	42.80
<b>Завтрак с 12-18лет, 84.23 руб.</b>		
Салат из белокочан. капусты с зел. гор.	100	126.7
Макароны с сыром	210/15	373.7
Чай с сахаром	200	26.80
Хлеб домашний подовый	45	68.01
<b>Обед 143 руб.</b>		
Салат из свеклы	100	79.70
Рассольник Ленинградский со сметаной	200	112.3
Плов из птицы (без кости)	300	483.0
Компот из свежих яблок	200	62.00
Хлеб домашний подовый	50	56.20
Хлеб ржаной	40	68.50
<b>Завтрак-полдник 78-30 руб, (ОВЗ)</b>		
Салат из белокочан. капусты с зел. гор.	60	76.00
Макароны с сыром	205/10	357.1
Чай с сахаром	200	26.80
Хлеб домашний подовый	30	44.57
Сдоба фигурная	50	172.8
Чай с сахаром	200	26.80

Ответственный по питанию: Е.Д. Мысова

Зав. производством: З.В. Астанович

Утверждаю:

Директор МОАУ «СОШ № 23»

М.А. Спигина

Ежедневное меню обучающихся

Дата: 17 декабря 2024г.

Завтрак с 7-11 лет, 68.50 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Котлета рыбная люб-ая с/с	90/20	187.7
Картофельное пюре	150	186.9
Кисель из концентрата пл- яг	200	60.00
Хлеб домашний подовый	40	60.50

Обед 100 руб.

Салат «Мазайка» (с соленым огурцом)	60	73.00
Щи из свежей капусты со сметаной	200/5	75.20
Оладьи из печени в соусе	90	191.0
Каша гречневая вязкая	150	220.5
Напиток апельсиновый	200	61.20
Хлеб домашний подовый	45	68.01
Хлеб ржаной	25	42.80

Завтрак с 12-18 лет, 84.23 руб.

Горбуша тушеная в томате с овощами	100	207.2
Картофельное пюре	200	224.3
Кисель из концентрата пл- яг	200	60.00
Хлеб домашний подовый	50	56.20

Обед 143 руб.

Салат «Мазайка» с соленым огурцом	100	121.6
Щи из свежей капусты со сметаной	250/5	88.50
Оладьи из печени в соусе	100	204.0
Каша гречневая вязкая	180	264.6
Напиток апельсиновый	180	55.10
Хлеб домашний подовый	50	56.20
Хлеб ржаной	40	68.50

Завтрак-полдник 78-30 руб, (ОВЗ)

Котлета рыбная люб-ая с/с	90/20	187.7
Картофельное пюре	150	186.9
Кисель из концентрата пл- ягодный	200	60.00
Хлеб домашний подовый	40	60.50
Плюшка оренбургская	50	200.0
Чай с сахаром	200	26.80

Ответственный по питанию: Е.Д. Мысова

Зав. производством: З.В. Астанович



Утверждаю:

Директор МОАУ «СОШ № 23»

Л.А. Спигина

Ежедневное меню обучающихся

Дата: 18 декабря 2024г.

Завтрак с 7-11 лет, 68.50 руб.		
Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Блины с начинкой п/ф	60	169.4
Каша молочная «Дружба»	200/5	257.7
Чай с лимоном и сахаром	200	50.9
Хлеб домашний подовый	35	52.0
Обед 100 руб.		
Салат «Осенний»	60	63.06
Суп картофельный с вермишелью	200	111.2
Рагу из птицы	200	372.0
Компот из смеси сухофруктов	180	93.60
Хлеб домашний подовый	45	68.01
Хлеб ржаной	25	42.80
Завтрак с 12-18 лет, 84.23 руб.		
Блины с начинкой п/ф	60	169.4
Каша молочная «Дружба»	250/5	320.5
Чай с лимоном и сахаром	200	50.90
Хлеб домашний подовый	45	68.01
Обед 143 руб.		
Салат «Осенний»	100	105.1
Суп картофельный с вермишелью	250	129.5
Рагу из птицы	300	451.3
Компот из смеси сухофруктов	180	93.60
Хлеб домашний подовый	50	56.20
Хлеб ржаной	40	68.50
Завтрак-полдник 78-30 руб, (ОВЗ)		
Блины с начинкой п/ф	60	169.4
Каша молочная «Дружба»	200/5	257.7
Чай с лимоном и сахаром	200	50.90
Хлеб домашний подовый	35	52.00
Булочка дорожная	50	193.5
Компот из смеси сухофруктов	180	26.80

Ответственный по питанию: Е.Д. Мысова

Зав. производством: З.В. Астанович



Утверждаю:  
 Директор МОАУ «СОШ № 23»  
 Л.А. Спирина

19  
 Дата: декабря 2024г.

**Ежедневное меню обучающихся**

<b>Завтрак с 7-11 лет , 68.50 руб.</b>		
<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса порции</b>	<b>Калорийность</b>
Сырники из творога с джемом	150/20	324.1
Какао с молоком	200	94.00
Хлеб домашний подовый	35	44.57
Фрукт (яблоко)	120	105.6
<b>Обед 100 руб.</b>		
Салат «Степной» с соленым огурцом	60	43.00
Суп «Крестьянский»	200	91.80
Ежики мясные в соусе	90	238.5
Гороховое пюре	150	195.0
Чай с сахаром	200	26.80
Хлеб домашний подовый	45	68.01
Хлеб ржаной	25	42.80
<b>Завтрак с 12-18лет , 84.23 руб.</b>		
Сырники из творога с джемом	150/20	324.1
Какао с молоком	200	94.00
Хлеб домашний подовый	50	56.20
Фрукт (яблоко)	130	121.8
<b>Обед 143 руб.</b>		
Салат «Степной» с соленым огурцом	100	61.60
Суп «Крестьянский»	250	114.7
Ежики мясные в соусе	150	331.5
Гороховое пюре	180	234.0
Чай с сахаром	200	50.90
Хлеб домашний подовый	50	56.20
Хлеб ржаной	40	68.50
<b>Завтрак-полдник 78-30 руб, (ОВЗ)</b>		
Сырники из творога с джемом	150/20	324.1
Какао с молоком	200	94.0
Хлеб домашний подовый	35	52.00
Фрукт (яблоко)	130	105.6
Слойка свердловская	200	26.80
Чай с сахаром		



Ответственный по питанию: Е.Д. Мысова  
 Зав. производством: З.В. Астанович

Утверждаю:  
 Директор МОАУ «СОШ № 23»  
  
 Л.А. Спигина

**Ежедневное меню обучающихся**

**Дата: 20 декабря 2024г.**

<b>Завтрак с 7-11 лет , 68.50 руб.</b>		
<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса порции</b>	<b>Калорийность</b>
Куры тушеные с овощами	120	196.5
Каша гречневая вязкая	150	220.5
Чай с молоком и сахаром	200	50.90
Хлеб домашний подовый	35	52.00
<b>Обед 100 руб.</b>		
Салат из белокочанной капусты	60	52.00
Борщ с фасолью и картофелем со сметан	200/5	80.00
Котлета мясо-картофельная с/с	90	151.2
Макаронны отварные	150	253.8
Кисель из концентрата пл- ягодный	180	54.00
Хлеб домашний подовый	45	68.01
Хлеб ржаной	25	42.80
<b>Завтрак с 12-18лет , 84.23 руб.</b>		
Куры тушеные с овощами	120	196.5
Каша гречневая вязкая	180	264.6
Чай с молоком и сахаром	200	50.90
Хлеб домашний подовый	50	56.20
<b>Обед 143 руб.</b>		
Салат из белокочанной капусты	100	76.60
Борщ с фасолью и картофелем со сметан	250/5	99.51
Котлета мясо-картофельная с/с	100	168.0
Макаронны отварные	200	304.6
Кисель из концентрата пл- ягодный	200	60.00
Хлеб домашний подовый	50	56.20
Хлеб ржаной	40	68.50
<b>Завтрак-полдник 78-30 руб, (ОВЗ)</b>		
Куры тушеные с овощами	120	196.5
Каша гречневая вязкая	150	220.5
Чай с молоком и сахаром	200	50.90
Хлеб домашний подовый	30	44.57
Булка ванильная	50	172.8
Кисель из концентрата пл- ягодный	180	54.00

Ответственный по питанию:  Е.Д. Мысова  
 Зав. производством:  З.В. Астанович