

Утверждаю:

Директор МОАУ «СОШ № 13»

Гузеева З.И. Гузеева

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 06 мая 2024 г.

Сезон: весенний период

Неделя: вторая

День: 1 день примерного меню



Завтрак 12-00 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Каша молочная «Дружба»	100	74,85
Чай с лимоном и сахаром	200	37,9
Хлеб домашний подовый	20	37,84

Завтрак 68.50 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Каша молочная «Дружба»	200/5	416
Чай с сахаром и лимоном	200	37,9
Хлеб домашний подовый	30	45,4
Фрукт	70	82,9

Обед 100 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат из свеклы с чесноком	60	68
Рассольник «Ленинградский» со сметаной	200/5	106,4
Биточки рубленые из птицы в соусе	120	223,6
Макароны отварные	150	211,5
Компот из смеси сухофруктов	200	119,1
Хлеб домашний подовый	45	68,01
Хлеб ржаной	25	42,8

Завтрак-полдник (ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Каша молочная «Дружба»	200/5	416
Чай с сахаром и лимоном	200	37,9
Хлеб домашний подовый	30	45,4
Фрукт	70	82,9
Булочка «Дорожная»	50	193,5
Компот из сухофруктов	200	119,1

Ответственный по питанию:

Сагалаева А.А. Сагалаева

Зав. производством:

Шутова С.В. Шутова



Утверждаю:

Директор МОАУ «СОШ № 13»

З.И. Гусева З.И. Гусева

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 07 мая 2024 г.

Сезон: весенний период

Неделя: вторая

День: 2 день примерного меню

Завтрак 12-00 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Каша гречневая вязкая с/с	100/20	147
Чай с сахаром	200	26,8
Хлеб домашний подовый	20	37,84

Завтрак 68.50 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Куры тушеные с овощами	100	163,8
Каша гречневая вязкая	200	240,9
Какао с молоком	200	118,6
Хлеб домашний подовый	30	45,4

Обед 100 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат из красной фасоли	60	104
Щи из свежей капусты со сметаной	200/5	75,2
Котлета рыбная любительская с соусом	80/30	230,8
Рис припущенный	150	217,5
Напиток из шиповника	200	65,3
Хлеб домашний подовый	45	68,01
Хлеб ржаной	25	42,8

Завтрак-полдник (ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Куры тушеные с овощами	100	163,8
Каша гречневая вязкая	200	240,9
Какао с молоком	200	118,6
Хлеб домашний подовый	30	45,4
Сдоба фигурная	50	186,5
Чай с сахаром	200	26,8

Ответственный по питанию:

Л.А. Сагалаева Л.А. Сагалаева

Зав. производством:

С.В. Шутова С.В. Шутова

Утверждаю:

Директор МОАУ «СОШ № 13»

Гузеева З.И. Гузеева

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 08 мая 2024г.

Сезон: весенний период

Неделя: вторая

День: 3 день примерного меню

Завтрак 12-00 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Макаронны отварные	100	141
Чай с сахаром	200	26,8
Хлеб домашний подовый	20	37,84

Завтрак 68.50 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Запеканка из печени	150	323
Чай с сахаром	200	26,8
Хлеб домашний подовый	30	45,4
Фрукт (яблоко)	130	82,13

Обед 100 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат «Студенческий»	60	95
Свекольник со сметаной	200/5	81,8
Тефтели из говядины в соусе	120	237,5
Гороховое пюре	150	180
Компот из свежих яблок	200	62
Хлеб домашний подовый	45	68,01
Хлеб ржаной	25	42,8

Завтрак-полдник (ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Запеканка из печени	150	323
Чай с сахаром	200	26,8
Хлеб домашний подовый	35	52
Фрукт (яблоко)	130	82,13
Булка ванильная	50	172,8
Чай с сахаром	200	26,8

Ответственный по питанию:

Сагалаева А.А. Сагалаева

Зав. производством:

Шутова С.В. Шутова