



МЕНЮ

Фонд Всеобуча
 Из числа малообеспеченных семей и детей сирот
 Зима-Весна
 2023 – 2024 учебный год

1 день

Наименование готовых блюд	6-10 Лет	11-18 Лет	Ккал	Ккал
Суп лапша домашняя с мясом курицы	200	250	307.3	353.4
Жаркое с мясом говядины	200	250	259.2	337
Яблоко	1шт	1шт	76.4	104
Кисель плодово-ягодный	200	200	76.4	76.4
Хлеб пшеничный(ржаной)	20	30	76.2	114.3
			823.1	985.06

Учащиеся 1-4 классов

Наименование готовых блюд	6-10 Лет	Ккал
Суп лапша домашняя с мясом курицы	200	307.3
Яблоко	1шт	259.2
Кисель плодово-ягодный	200	76.4
Хлеб пшеничный	20	76.2
		564

2 день

Наименование готовых блюд	6-10 Лет	11-18 Лет	Ккал	Ккал
Рассольник с мясом говядины	200	250	62.4	78
Плов из мяса говядины	200	250	60.51	172
Салат из капусты и огурца	60	100	129	100.85
Мед	10	10	32	32
Чай черный с сахаром	200	200	101.2	101.2
Хлеб пшеничный	20	30	76.2	114.3
			461.31	600

Учащиеся 1-4 классов					
Наименование готовых блюд		6-10 Лет		Ккал	
Плов из мяса говядины		200		62.4	
Салат из капусты и огурца		60		129	
Чай черный с сахаром		200		101.2	
Хлеб пшеничный		20		76.2	
				400	

3 день

Наименование готовых блюд		6-10 Лет	11-18 Лет	Ккал	Ккал
Суп крестьянский с мясом говядины		200	250	85.9	114.5
Курица с овощами		100	150	267.6	348
Макароны отварные		100	150	90.38	117.5
Компот из сухофруктов		200	200	116	116
Мед		10	10	32.8	32.8
Хлеб пшеничный		20	30	76.2	114.3
				668.88	843.1

Учащиеся 1-4 классов

Наименование готовых блюд		6-10 лет		Ккал	
Курица с овощами		100		267.6	
Макароны отварные		100		90.38	
Компот из сухофруктов		200		116	
Хлеб пшеничный		20		76.2	
				583	

4 день

Наименование готовых блюд		6-10 Лет	11-18 Лет	Ккал	Ккал
Суп гороховый с мясом говядины		200	250	53.6	53.6
Котлета рыбная		80	100	62.7	62.7
Картофельное пюре		100	150	88.2	132.3
Булочка домашняя		50	50	91.7	91.7
Сок натуральный		200	200	92	92
Хлеб пшеничный		20	30	76.2	114.3
				464.4	546.6

Учащиеся 1-4 классов

Наименование готовых блюд	6-10 лет	Ккал
Суп гороховый с мясом говядины	200	53.6
Булочка домашняя	50	91.7
Сок натуральный	200	92
Хлеб пшеничный	20	76.2
		313.5

5 день

Наименование готовых блюд	6-10 Лет	11-18 Лет	Ккал	Ккал
Щи из свежей капусты с мясом говядины	80	100	72.9	97.2
Каша гречневая	100	150	286	429
Шницель мясной с соусом	80	100	439	482.9
Чай с лимоном	200	200	100	100
Мед	10	10	328	32.8
Хлеб пшеничный	20	30	76.2	114.3
			1006.9	1256.2

Учащиеся 1-4 классов

Наименование готовых блюд	№ реп	6-10 лет	Ккал
Шницель мясной с соусом		80	439
Каша гречневая		100	286
Чай с лимоном		200	100
Хлеб пшеничный		20	76.2
			999.61

6 день

Наименование готовых блюд	6-10 Лет	11-18 Лет	Ккал	Ккал
Суп овощной с мясом говядины	200	250	58.2	72.75
Тефтели мясные	200	250	70.06	105.1
Каша гречневая			108.2	162.3
Компот из свежих яблок	200	200	62.7	62.7
Хлеб пшеничный	20	30	76.2	114.3
Мед	10	10	32.8	32.8
			636.06	929.78

Учащиеся 1 - 4 классов

Наименование готовых блюд		6-10 лет	11-18 лет	Ккал	Ккал
Тефтели мясные		200		70.6	
Каша гречневая		2шт		108.2	
Компот из свежих яблок		200		162.3	
Хлеб пшеничный		20		76.2	
				577.86	

7 день

Наименование готовых блюд		6-10 лет	11-18 лет	Ккал	Ккал
Суп рисовый с мясом говядины		200	250	115.5	144.38
Биточки мясные с соусом		80	100	439	482.9
Каша пшеничная		100	150	87.4	131.1
Ватрушка с творогом		50	50	91.7	91.7
Чай с лимоном		200	200	100	100
Хлеб пшеничный		20	30	76.2	114.3
				909.8	1064.4

Учащиеся 1-4 классов

Наименование готовых блюд		6-10 лет		Ккал	
Суп рисовый с мясом говядины		200		115.5	
Булочка сдобная		50		91.7	
Чай с лимоном		200		100	
Хлеб пшеничный		20		76.2	
				383.4	

8 день

Наименование готовых блюд	6-10 лет	11-18 лет	Ккал	Ккал
Суп рыбный из минтая	200	250	56.03	75.07
Котлета куриная	80	100	62.7	94.05
Макароньы отварные	100	150	80.5	120.75
Салат витаминный	80	100	72.45	120.75
Хлеб пшеничный	20	30	76.2	114.3

Кисель плодово-ягодный	200	200	76.4	76.4
Мед	10	10	32.8	32.8
			457.35	634.12

Учащиеся 1 - 4 классов

Наименование готовых блюд	6-10 лет	11-18 лет	Ккал	Ккал
Котлета куриная	80		62.7	
Макароны отварные	100		80.5	
Кисель плодово-ягодный	200		76.4	
Хлеб пшеничный	20		76.2	
			295.8	

9 день

Наименование готовых блюд	6-10 Лет	11-18 лет	Ккал	Ккал
Суп вермишелевый с мясом говядины	200	250	53	66.25
Нарезка огурец	30	60	72.45	120.75
Жаркое с мясом говядины	200	250	124.1	155.13
Чай черный с сахаром	200	200	55.1	55.1
Хлеб пшеничный	20	30	76.2	114.3
			838.2	1145.65

Учащиеся 1-4 классов

Наименование готовых блюд	6-10 лет	11-18 Лет	Ккал	Ккал
Жаркое с мясом говядины	200		124.1	
Нарезка огурец	30		72.45	
Чай черный с сахаром	200		101.2	
Хлеб пшеничный	20		76.2	
			374	

10 день

Наименование готовых блюд	6-10 лет	11-18 Лет	Ккал	Ккал
Борщ с мясом говядины	200	250	94	117.5
Плов с мясом говядины	200	250	124.1	155.12
Булочка домашняя	50	50	91.7	91.7

Чай черный с сахаром	200	200	101.2	101.2
Хлеб пшеничный	20	30	76.2	114.3
			487.2	580

Учащиеся 1-4 классов

Наименование готовых блюд	6-10 лет	11-18 Лет	Ккал	
Борщ с мясом говядины	200		94	
Булочка домашняя	50		91.7	
Чай черный с сахаром	200		101.2	
Хлеб пшеничный	20		76.2	
			363.1	