



Ежедневное меню .

Понедельник, 2 неделя.17.03.2025

6 день. 1-4 класс

Наименование приема пищи,блюда.	Масса порции,гр	калорийность
Завтрак:		
Салат из капусты,огурец,помидор	60	73,5
Макароны отв.	150	196,8
Курица тушеная с морковью.	100	126,4
Чай с сахаром	200	26,8
Хлеб в\с	40	70,3
Хлеб р\п	40	39,1
Сок яблочный	200	86,6

5-11 класс

Наименование приема пищи,блюда.	Масса порции,гр	калорийность
Завтрак:		
Макароны отв. с соусом	250	297,7
Чай с сахаром	200	26,8
Хлеб р\п	40	58,7
Хлеб в\с	40	117,2

ОВЗ.

Наименование приема пищи,блюда.	Масса порции,гр	калорийность
Завтрак:		
Салат из капусты с зеленым горошком.	60	73,5
Макароны отв.	150	196,8
Курица тушеная с морковью.	100	126,4
Чай с сахаром	200	26,8
Хлеб в\с	40	70,3
Хлеб р\п	40	39,1
Второй завтрак :		
Печенье	30	87
Сок ананасовый	200	86,6



Ежедневное меню .

Вторник, 2 неделя.18.03.2025

7 день. 1-4 класс

Наименование приема пищи,блюда.	Масса порции,гр	калорийность
Завтрак:		
Огурец в нарезке	60	45,7
Рагу из курицы	200	273,2
Какао с молоком	200	100,4
Хлеб в\с	40	70,3
йогурт	200	47

5-11 класс

Наименование приема пищи,блюда.	Масса порции,гр	калорийность
Завтрак:		
Борщ с фасолью	250	134,4
Чай с сахаром	200	26,8
Хлеб р\п	40	58,7
Хлеб в\с	40	117,2

ОВЗ

Наименование приема пищи,блюда.	Масса порции,гр	калорийность
Завтрак:		
Огурец в нарезке	60	45,7
Рагу из курицы	200	273,2
Кофейный с молоком	200	100,4
Хлеб в\с	40	70,3
Хлеб р\п	40	39,1
Второй завтрак:		
Йогурт	100	89,0
Яблоко	120	62,0



Ежедневное меню .

среда, 2 неделя.19.03.2025г

8 день. 1-4 класс

Наименование приема пищи,блюда.	Масса порции,гр	калорийность
Завтрак:		
Масло слив.порционнно	30	66,1
Сыр твердый сорт	30	53,7
Каша вязкая молочная овсяная	200	272,8
Чай с сахаром	200	30,9
Хлеб в\с	40	70,3
Хлеб р\п	40	39,1
Яблоко	150,0	57,0

5-11 класс

Наименование приема пищи,блюда.	Масса порции,гр	калорийность
Завтрак:		
Каша вязкая молочная овсяная	200	272,8
Чай с сахаром	200	26,8
Хлеб р\п	40	58,7
Хлеб в\с	40	117,2

ОВЗ

Наименование приема пищи,блюда.	Масса порции,гр	калорийность
Завтрак:		
Масло слив.порционнно	10	66,1
Сыр твердый сорт	15	53,7
Каша вязкая молочная овсяная	200	272,8
Чай с сахаром	200	30,9
Хлеб в\с	40	70,3
Хлеб р\п	40	39,1
Второй завтрак:		
Яблоко	250	57,0
Печенье	30	129,0



Ежедневное меню .

четверг, 2 неделя.20.03.2025г

9 день. 1-4 класс

Наименование приема пищи,блюда.	Масса порции,гр	калорийность
Завтрак:		
Салат из св. помидоров и огурцов.	60	37,5
Рис отварной	150	203,5
Рыба тушеная в томате с овощами	70	103,1
Чай с сахаром	200	27,9
Хлеб в\с	40	70,3
Хлеб р\п	40	39,1
Печенье	100	57,0

5-11 класс

Наименование приема пищи,блюда.	Масса порции,гр	калорийность
Завтрак:		
Суп гороховый	250	168,9
Чай с сахаром	200	26,8
Хлеб р\п	40	58,7
Хлеб в\с	40	117,2

ОВЗ.

Наименование приема пищи,блюда.	Масса порции,гр	калорийность
Завтрак:		
Салат из св. помидоров и огурцов.	60	37,5
Рис отварной	150	203,5
Рыба тушеная в томате с овощами	90	103,1
Чай с сахаром	200	27,9
Хлеб в\с	40	70,3
Хлеб р\п	40	39,1
Второй завтрак:		
Яблоко	250	57,0
Печенье(Маффин)	30	129,0



Ежедневное меню .

Пятница, 2 неделя.21.03.2025г

10 день. 1-4 класс

Наименование приема пищи,блюда.	Масса порции,гр	калорийность
Завтрак:		
Салат из св. капусты,зел. горошек,св моркови	60	114,4
Жаркое по домашнему	150	225,6
Компот из яблок	200	46,7
Хлеб в\с	40	70,3
Хлеб р\п	40	39,1
Йогурт	100	89,0

5-11 класс

Наименование приема пищи,блюда.	Масса порции,гр	калорийность
Завтрак:		
Щи из свежей капусты	250	115,3
Чай с сахаром	200	26,8
Хлеб р\п	40	58,7
Хлеб в\с	40	117,2

ОВЗ.

Наименование приема пищи,блюда.	Масса порции,гр	калорийность
Завтрак:		
Салат из капусты	60	114,4
Жаркое по домашнему	150	225,6
Компот из яблок	200	46,7
Хлеб в\с	40	70,3
Хлеб р\п	40	39,1
Второй завтрак:		
Йогурт	100	89,0
Печенье	30	129,0