

УТВЕРЖДАЮ

Директор МОАУ «СОШ №4»

Н.В. Хохлова



Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 13.05.2024г

Сезон: осенне-зимний период

Неделя: вторая неделя

День: **1 день** примерного меню

Завтрак 68,50 руб

Наименование блюда	Масса порции, гр	Калорийность
Рыба, тушеная с овощами	125	317
Картофельное пюре	150	123
Сыр порционный	15	57
Повидло	10	37
Чай с сахаром	200	25
Хлеб пшеничный	47	111

Завтрак 12,00 руб

Наименование блюда	Масса порции, гр	Калорийность
Картофельное пюре	130	126
Чай с сахаром	180	25
Хлеб пшеничный	15	31,2

Завтрак,обед (ОВЗ)78,30 руб

Наименование блюда	Масса порции, гр	Калорийность
Рыба, тушеная с овощами	125	317
Картофельное пюре	150	123
Сыр порционный	15	57
Чай с сахаром	200	25
Хлеб пшеничный	50	111
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	207	118
Чай с сахаром	200	25
Хлеб ржаной	43	84

Обед 79руб

Наименование блюда	Масса порции, гр	Калорийность
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	210	118
Куры тушеные в соусе	110	132
Каша рассыпчатая перловая	150	180
Компот из свежих фруктов	180	61
Хлеб пшеничный	50	118
Хлеб ржаной	40	79,6

Ответственный за питание

Хохлова Н.В.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МОАУ «СОШ №4»

Н.В. Хохлова

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 14.05.2024г

Сезон: осенне-зимний период

Неделя: вторая неделя

День: **2 день** примерного меню

Завтрак 68,50 руб

Наименование блюда	Масса порции, гр	Калорийность
Фрикадельки из кур	90	149
Макаронные изделия	150	196
Масло сливочное порционно	10	66
Хлеб пшеничный	40	94
Чай с лимоном и сахаром	200	37
Фрукт (яблоко)	130	58

Завтрак 12,00 руб

Наименование блюда	Масса порции, гр	Калорийность
Каша молочная ячневая	105	165
Чай с сахаром	200	25
Хлеб пшеничный	10	31,2

Завтрак,обед (ОВЗ)78,30 руб

Наименование блюда	Масса порции, гр	Калорийность
Фрикадельки из кур	90	149
Макаронные изделия отварные	150	196
Масло сливочное порционно	10	66
Хлеб пшеничный	30	77,8
Чай с лимоном и сахаром	200	37
Фрукт (яблоко)	130	58
Суп любительский	200	149
Чай с сахаром	200	25
Хлеб ржаной	40	84

Обед 79руб

Наименование блюда	Масса порции, гр	Калорийность
Салат студенческий	60	87
Суп любительский	200	149
Шницель из говядины	80	230
Капуста тушеная	150	77
Кисель из концентрата	200	93
Хлеб пшеничный	50	118
Хлеб ржаной	40	79,6

Ответственный за питание

Хохлова Н.В.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МОАУ «СОШ №4»

Н.В. Хохлова

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 15.05.2024г

Сезон: осенне-зимний период

Неделя: вторая неделя

День: **3 день** примерного меню

Завтрак 68,50 руб

Наименование блюда	Масса порции, гр	Калорийность
Голубцы с мясом и рисом	230	198
Яйцо вареное	60	94
Чай с молоком и сахаром	200	61
Хлеб пшеничный	20	82,2
Хлеб ржаной	20	49,7

Завтрак 12,00 руб

Наименование блюда	Масса порции, гр	Калорийность
Каша молочная сборная	130	136
Чай с сахаром	200	25
Хлеб пшеничный	10	31,2

Завтрак,обед (ОВЗ)78,30 руб

Наименование блюда	Масса порции, гр	Калорийность
Голубцы с мясом и рисом	230	198
Чай с молоком и сахаром	200	25
Яйцо вареное	60	94
Хлеб пшеничный	20	77,8
Хлеб ржаной	20	52,5
Суп картофельный с крупой пшенной	200	90
Чай с сахаром	200	25
Хлеб ржаной	40	84

Обед 79руб

Наименование блюда	Масса порции, гр	Калорийность
Суп картофельный с крупой пшенной	200	90
Оладьи из печени	80	276
Бобовые отварные (горох)	150	240
Компот из сухофруктов	200	99
Хлеб пшеничный	50	94
Хлеб ржаной	20	39,8

Ответственный за питание Хохлова

Хохлова Н.В.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МОАУ «СОШ №4»

Н.В. Хохлова



Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 16.05.2024г

Сезон: осенне-зимний период

Неделя: вторая неделя

День: **4 день** примерного меню

Завтрак 68,50 руб

Наименование блюда	Масса порции, гр	Калорийность
Котлета московская	90	195
Рис припущенный	150	113
Сыр порционный	10	57
Кофейный напиток на молоке	200	93
Хлеб пшеничный	50	94

Завтрак 12,00 руб

Наименование блюда	Масса порции, гр	Калорийность
Плов овощной	100	252
Чай с сахаром	200	25
Хлеб пшеничный	15	31,2

Завтрак,обед (ОВЗ)78,30 руб

Наименование блюда	Масса порции, гр	Калорийность
Котлета московская	90	195
Рис припущенный	150	113
Сыр порционный	10	57
Хлеб пшеничный	40	89
Кофейный напиток на молоке	200	93
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	108
Чай с сахаром	200	25
Хлеб ржаной	40	84

Обед 79руб

Наименование блюда	Масса порции, гр	Калорийность
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	108
Биточки рыбные	80	168
Картофельное пюре с соусом красным	180	123
Сок	200	37
Плюшка новомосковская	50	136
Хлеб пшеничный	30	70,5
Хлеб ржаной	40	79,6

Ответственный за питание

Хохлова

Хохлова Н.В.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МОАУ «СОШ №4»

Н.В. Хохлова

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 17.05.2024г

Сезон: осенне-зимний период

Неделя: вторая неделя

День: **5 день** примерного меню

Завтрак 68,50 руб

Наименование блюда	Масса порции, гр	Калорийность
Каша молочная пшенная вязкая	105	167
Запеканка из творога с соусом сладким	95	151
Фрукт (яблоко)	130	58
Чай с сахаром	200	25
Хлеб пшеничный	25	70,5
Хлеб ржаной	20	49,7

Завтрак 12,00 руб

Наименование блюда	Масса порции, гр	Калорийность
Каша молочная пшенная на смеси воды и молока	105	126
Чай с сахаром	200	25
Хлеб пшеничный	15	31,2

Завтрак,обед (ОВЗ)78,30 руб

Наименование блюда	Масса порции, гр	Калорийность
Каша пшенная молочная вязкая	105	167
Запеканка из творога с соусом сладким	95	151
Фрукт (яблоко)	130	58
Чай с сахаром	200	25
Хлеб пшеничный	35	77,8
Хлеб ржаной	15	52,5
Суп крестьянский со сметаной	205	108
Чай с сахаром	200	25
Хлеб ржаной	40	84

Обед 79руб

Наименование блюда	Масса порции, гр	Калорийность
Икра свекольная	60	59
Суп крестьянский со сметаной	200/10	108
Плов из птицы	200	392
Сок	200	94
Хлеб пшеничный	35	82,2
Хлеб ржаной	25	49,7

Ответственный за питание

Н.В. Хохлова