

УТВЕРЖДАЮ
Директор МОАУ «СОШ №4»

Хохлова Н.В. Хохлова



Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 02.12.2024г

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	140
Картофельное пюре	150	123
Масло сливочное порционнно	10	66
Повидло	15	37
Чай с сахаром	200	25
Хлеб пшеничный	50	118

Завтрак 84,23руб

Наименование блюда	Масса порции, гр	Калорийность
Рыба, тушеная с овощами	175	196
Картофельное пюре	180	148
Масло сливочное порционнно	20	132
Повидло	15	37
Чай с сахаром	200	25
Хлеб пшеничный	51	118

Завтрак,обед (ОВЗ)78,30 руб

Наименование блюда	Масса порции, гр	Калорийность
Рыба, тушеная с овощами	125	140
Картофельное пюре	150	123
Масло сливочное порционнно	10	66
Чай с сахаром	200	25
Хлеб пшеничный	40	82,2
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	205	118
Чай с сахаром	180	25
Хлеб пшеничный	28	84

Обед 82руб

Наименование блюда	Масса порции, гр	Калорийность
Салат из моркови с луком и зел.Горошком	60	125
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	59,7

Ответственный за питание *Гугля* Гугля Н.Л.

Директор МОАУ «СОШ №4»

УТВЕРЖДАЮ

Н.В. Хохлова

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 03.12.2024г

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 порционнно	10	66
Хлеб пшеничный	40	94
Чай с лимоном и сахаром	200	37
Фрукт (яблоко)	120	58

Завтрак 84,23руб

Наименование блюда	Масса порции, гр	Калорийность
Фрикадельки из кур	100	165
Макаронные изделия	180	235
Масло сливочное порционнно	20	66
Хлеб пшеничный	50	94
Чай с лимоном и сахаром	200	37
Фрукт (яблоко)	120	58

Завтрак,обед (ОВЗ)78,30 руб

Наименование блюда	Масса порции, гр	Калорийность
Фрикадельки из кур	90	149
Макаронные изделия отварные	150	196
Масло сливочное порционнно	10	66
Хлеб пшеничный	40	77,8
Чай с лимоном и сахаром	200	37
Суп любительский	200	149
Кисель из концентрата	200	25
Хлеб пшеничный	30	84

Обед 82руб

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 Гугля Н.Л. Гугля Н.Л.

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: **04.12.2024г**

Сезон: **осенне-зимний период**

Неделя: **вторая неделя**

День: **3 день примерного меню**

Завтрак 68,50 руб

<i>Наименование блюда</i>	<i>Масса порции, гр</i>	<i>Калорийность</i>
Морковь с сахаром	60	28
Ёжики мясные	90	201
Картофель отварной	153	134
Чай с молоком и сахаром	200	61
Хлеб пшеничный	33	78

Завтрак 84,23руб

<i>Наименование блюда</i>	<i>Масса порции, гр</i>	<i>Калорийность</i>
Морковь с сахаром	100	46,6
Ёжики мясные	100	223
Картофель отварной	185	134
Чай с молоком и сахаром	200	61
Хлеб пшеничный	50	82,2

Завтрак,обед (ОВЗ) 78,30 руб

<i>Наименование блюда</i>	<i>Масса порции, гр</i>	<i>Калорийность</i>
Морковь с сахаром	60	28
Ёжики мясные	90	198
Картофель отварной	153	134
Чай с молоком и сахаром	200	61
Хлеб пшеничный	25	80
Суп картофельный с крупой пшеничной	200	90
Компот из сухофруктов	180	25
Хлеб пшеничный	25	84

Обед 82руб

<i>Наименование блюда</i>	<i>Масса порции, гр</i>	<i>Калорийность</i>
Салат витаминный	60	65
Суп картофельный с крупой пшеничной	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 *Гугля* Гугля Н.Л..

УТВЕРЖДАЮ
Директор МОАУ «СОШ №4»
Н.В. Хохлова Н.В. Хохлова



Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 5.12.2024г

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	228
Рис припущенный	150	113
Кофейный напиток на молоке	200	93
Хлеб ржаной	20	49,7
Хлеб пшеничный	40	94

Завтрак 84,23руб

Наименование блюда	Масса порции, гр	Калорийность
Котлета московская	100	252
Рис припущенный	180	135
Кофейный напиток на молоке	200	93
Хлеб ржаной	40	59,7
Хлеб пшеничный	50	94

Завтрак,обед (ОВЗ)78,30 руб

Наименование блюда	Масса порции, гр	Калорийность
Котлета московская	90	228
Рис припущенный	150	113
Хлеб ржаной	20	49,7
Хлеб пшеничный	40	94
Кофейный напиток на молоке	200	93
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	108
Чай с лимоном и сахаром	200	37
Хлеб пшеничный	25	70,5

Обед 82 руб

Наименование блюда	Масса порции, гр	Калорийность
Салат «Восторг»	60	100
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	108
Биточки рыбные	80	168
Картофельное пюре с соусом красным	180	123
Чай с лимоном	200	37
Хлеб пшеничный	30	70,5
Хлеб ржаной	40	94

Ответственный за питание *Гугля* Гугля Н.Л.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МОАУ «СОШ №4»
Хохлова Н.В. Хохлова



Ежедневное меню для обучающихся

Дата: **06.12.2024г**

Сезон: осенне-зимний период

Неделя: вторая неделя

День: **5 день** примерного меню

Завтрак 68,50 руб

<i>Наименование блюда</i>	<i>Масса порции, гр</i>	<i>Калорийность</i>
Сырники из творога с повидлом	165	431
Фрукт (яблоко)	120	58
Чай с сахаром	200	25
Хлеб пшеничный	30	70,5

Завтрак 84,23руб

<i>Наименование блюда</i>	<i>Масса порции, гр</i>	<i>Калорийность</i>
Сырники из творога с повидлом	200	476
Фрукт (яблоко)	120	58
Чай с сахаром	200	25
Хлеб пшеничный	50	70,5

Завтрак,обед (ОВЗ)78,30 руб

<i>Наименование блюда</i>	<i>Масса порции, гр</i>	<i>Калорийность</i>
Сырники из творога с повидлом	160	431
Фрукт (яблоко)	120	58
Чай с сахаром	200	25
Хлеб пшеничный	30	70,5
Суп крестьянский со сметаной	205	108
Чай с сахаром	180	25
Хлеб пшеничный	25	70,5

Обед 82 руб

<i>Наименование блюда</i>	<i>Масса порции, гр</i>	<i>Калорийность</i>
Икра свекольная	60	59
Суп крестьянский со сметаной	210	108
Плов из птицы	200	392
Сок	200	94
Хлеб пшеничный	35	82,2
Хлеб ржаной	25	49,7

Ответственный за питание *Гугля* Гугля Н.Л.