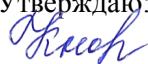


Утверждаю:
 О.В. Кнор

МЕНЮ ЗАВТРАКА

для всех категорий обучающихся, включая детей с ОВЗ и инвалидов
(возраст 7-11 лет)

	Наименование изделий (блюд)	Выход, г	ЭЦ, ккал
--	-----------------------------	-------------	-------------

2 октября 2023 г. Понедельник

	Гуляш из мяса говядины	100	221,17
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	265,93
	Чай	200	37,80
	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	63,16
	Хлеб ржаной	20	38,68

Итого за 'Завтрак'

626,73

3 октября 2023 г. Вторник

	Салат из моркови с растительным маслом	80	78,68
	Запеканка (сырники) из творога	150	313,88
	Молоко сгущенное	30	95,22
	Кисель с витаминами Витошка	200	91,53
	Батон	45	115,89

Итого за 'Завтрак'

695,20

4 октября 2023 г. Среда

	Тефтели из мяса говядины	100	235,66
	Рагу из овощей	150	110,40
	Компот из изюма	200	88,91
	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	63,16
	Хлеб ржаной	20	38,68

Итого за 'Завтрак'

536,81

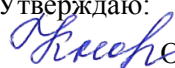
5 октября 2023 г. Четверг

6 октября 2023 г. Пятница

	Рыба, тушенная с овощами (минтай)	120	170,00
	Картофельное пюре	150	132,59
	Напиток с витаминами Витошка	200	70,71
	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	63,16
	Хлеб ржаной	20	38,68

Итого за 'Завтрак'

475,14

Утверждаю:
 О.В. Кнор

МЕНЮ ЗАВТРАКА
для всех категорий обучающихся, включая детей с ОВЗ и инвалидов
(возраст 12-18 лет)

	Наименование изделий (блюд)	Выход, г	ЭЦ, ккал
--	-----------------------------	-------------	-------------

2 октября 2023 г. Понедельник

	Биточки (котлеты) из мяса говядины с морковью	100	215,11
	Соус красный основной	50	21,09
	Макаронные изделия отварные	180	220,73
	Чай	200	37,80
	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
	Хлеб ржаной	25	48,35

Итого за 'Завтрак' **627,30**

3 октября 2023 г. Вторник

	Салат из моркови с растительным маслом	100	98,35
	Запеканка (сырники) из творога	200	418,51
	Молоко сгущенное	40	126,96
	Кисель с витаминами Витошка	200	91,53
	Батон	60	154,52

Итого за 'Завтрак' **889,87**

4 октября 2023 г. Среда

	Зразы или рулет из рыбы (минтай)	100	144,83
	Рис припущенный с овощами	180	285,63
	Чай с лимоном	200/5	39,63
	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
	Хлеб ржаной	25	48,35

Итого за 'Завтрак' **602,65**

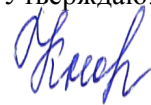
5 октября 2023 г. Четверг

6 октября 2023 г. Пятница

	Яйцо отварное	40	62,78
	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250	260,56
	Какао с молоком и витаминами Витошка	200	96,54
	Батон	60	154,52

Итого за 'Завтрак' **574,40**

Утверждаю:



О.В. Кнор

МЕНЮ ОБЕДА**для всех категорий обучающихся, включая детей с ОВЗ и инвалидов
(возраст 7-11 лет)**

	Наименование изделий (блюд)	Выход, г	ЭЦ, ккал
--	-----------------------------	----------	----------

2 октября 2023 г. Понедельник

	Горошек зеленый	60	50,52
	Суп картофельный с рыбой (минтай)	250	157,97
	Биточки (котлеты) из мяса говядины с морковью	90	193,60
	Соус красный основной	50	21,09
	Макаронные изделия отварные	150	183,94
	Компот из сухофруктов	200	87,60
	Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
	Хлеб ржаной	20	38,68

Итого за 'Обед'**786,03****3 октября 2023 г. Вторник**

	Салат из свежих томатов с растительным маслом	60	46,05
	Суп-пюре гороховый	250	134,13
	Гренки (сухарики)	20	50,40
	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины (вариант 2)	200	327,77
	Компот из чернослива и изюма	200	88,66
	Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
	Хлеб ржаной	20	38,68

Итого за 'Обед'**738,32****4 октября 2023 г. Среда**

	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	60	55,62
	Суп картофельный с крупой	250	151,27
	Мясо говядины отварное	20	55,99
	Зразы или рулет из рыбы (минтай)	100	144,83
	Рис припущенный с овощами	150	238,03
	Чай с лимоном	200/5	39,63
	Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
	Хлеб ржаной	20	38,68

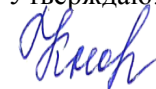
Итого за 'Обед'**776,67****5 октября 2023 г. Четверг**

6 октября 2023 г. Пятница

	Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом	100	100,96
	Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2)	250	131,57
	Мясо говядины отварное	20	55,99
	Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)	100	107,74
	Картофель отварной	150	135,49
	Компот из чернослива	200	88,57
	Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
	Хлеб ржаной	20	38,68

Итого за 'Обед'**711,63**

Утверждаю:



О.В. Кнор

МЕНЮ ОБЕДА**для всех категорий обучающихся, включая детей с ОВЗ и инвалидов
(возраст 12-18 лет)**

	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Выход, г	ЭЦ, ккал
--	---	----------	----------

2 октября 2023 г. Понедельник

	Горошек зеленый	100	84,21
	Суп картофельный с рыбой (минтай)	250	157,97
	Гуляш из мяса говядины	100	221,17
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180	319,11
	Компот из сухофруктов	200	87,60
	Хлеб крестьянский с Валетек-8	40	84,22
	Хлеб ржаной	25	48,35

Итого за 'Обед'**1002,62****3 октября 2023 г. Вторник**

	Салат из свежих томатов с растительным маслом	100	76,75
	Суп-пюре гороховый	250	134,13
	Гренки (сухарики)	20	50,40
	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины (вариант 2)	250	409,71
	Компот из чернослива и изюма	200	88,66
	Хлеб крестьянский с Валетек-8	40	84,22
	Хлеб ржаной	25	48,35

Итого за 'Обед'**892,22****4 октября 2023 г. Среда**

	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	100	92,69
	Суп картофельный с крупой	250	151,27
	Мясо говядины отварное	20	55,99
	Тефтели из мяса говядины	100	235,66
	Рагу из овощей	180	132,48
	Компот из изюма	200	88,91
	Хлеб крестьянский с Валетек-8	40	84,22
	Хлеб ржаной	25	48,35

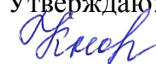
Итого за 'Обед'**889,56****5 октября 2023 г. Четверг**

6 октября 2023 г. Пятница

	Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом	100	100,96
	Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2)	250	131,57
	Мясо говядины отварное	20	55,99
	Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)	100	107,74
	Картофель отварной	180	162,59
	Напиток с витаминами Витошка	200	70,71
	Хлеб крестьянский с Валетек-8	40	84,22
	Хлеб ржаной	25	48,35

Итого за 'Обед'**762,12**

Утверждаю:

 О.В. Кнор

МЕНЮ ПОЛДНИКА
для детей с ОВЗ и инвалидов (возраст 7-11 лет)

	Наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	ЭЦ, ккал
--	-----------------------------	--------------	----------

2 октября 2023 г. Понедельник

	Плов из мяса говядины	150	264,94
	Чай	200	37,80

Итого за 'Полдник'

302,74

3 октября 2023 г. Вторник

	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150	154,20
	Кисель с витаминами Витошка	200	91,53
	Бананы	230	219,65

Итого за 'Полдник'

465,38

4 октября 2023 г. Среда

	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150	150,83
	Компот из изюма	200	88,91

239,74

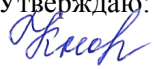
5 октября 2023 г. Четверг

6 октября 2023 г. Пятница

	Каша манная молочная с маслом сливочным	150	137,51
	Напиток с витаминами Витошка	200	70,71
	Яблоко	180	87,62

Итого за 'Полдник'

295,84

Утверждаю:
 О.В. Кнор

МЕНЮ ПОЛДНИКА
для детей с ОВЗ и инвалидов (возраст 12-18 лет)

	Наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	ЭЦ, ккал
--	-----------------------------	--------------	----------

2 октября 2023 г. Понедельник

	Плов из мяса говядины	200	353,25
	Чай	200	37,80

Итого за 'Полдник'

391,05

3 октября 2023 г. Вторник

	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	200	205,61
	Кисель с витаминами Витошка	200	91,53
	Бананы	230	219,65

Итого за 'Полдник'

516,79

4 октября 2023 г. Среда

	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	200	201,10
	Чай с лимоном	200	38,66

239,76

5 октября 2023 г. Четверг

6 октября 2023 г. Пятница

	Каша манная молочная с маслом сливочным	200	183,34
	Какао с молоком и витаминами Витошка	200	96,54
	Яблоко	180	87,62

Итого за 'Полдник'

367,50