

Утверждаю:  
*Жуков* О.В. Кнор

## МЕНЮ ЗАВТРАКА

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

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

### 06 ноября 2023 г. Понедельник

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

**Итого за 'Завтрак'**

**0,00**

### 07 ноября 2023 г. Вторник

Биточки (котлеты) из мяса говядины с крупой (геркулес)	90	182,39
Соус красный основной	50	21,09
Макаронные изделия отварные	150	183,94
Сок	200	86,48
Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
Хлеб ржаной	20	38,68

**Итого за 'Завтрак'**

**565,21**

### 08 ноября 2023 г. Среда

Хлеб с сыром	30/10	104,07
Омлет запеченный или паровой	150	211,23
Какао с молоком и витаминами Витошка	200	96,54
Батон с каротином	45	115,89
Пряники	80	293,39

**Итого за 'Завтрак'**

**821,12**

### 09 ноября 2023 г. Четверг

Бедро куриное отварное в соусе	130	203,86
Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	265,93
Чай	200	37,80
Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
Хлеб ржаной	20	38,68
Йогурт "Растишка"	110	98,25

**Итого за 'Завтрак'**

**697,15**

### 10 ноября 2023 г. Пятница

Биточки (котлеты) из рыбы (минтай)	100	105,43
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
Апельсин	180,00	53,64

**Итого за 'Завтрак'**

**528,04**

Утверждаю:  
 О.В. Кнор

## МЕНЮ ЗАВТРАКА

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

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

### 06 ноября 2023 г. Понедельник


**Итого за 'Завтрак'**

**0,00**

### 07 ноября 2023 г. Вторник

	Гуляш из мяса говядины	120	265,40
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180	319,11
	Чай	200	37,80
	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
	Хлеб ржаной	25	48,35

**Итого за 'Завтрак'**

**754,88**

### 08 ноября 2023 г. Среда

	Фрикадельки из мяса говядины припущенные	100	197,30
	Картофельное пюре	180	159,10
	Напиток с витаминами Витошка	200	70,71
	Хлеб крестьянский с Валитек-8	45	94,74
	Хлеб ржаной	25	48,35

**Итого за 'Завтрак'**

**570,20**

### 09 ноября 2023 г. Четверг

	Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)	100	137,99
	Макаронные изделия отварные с сыром	180	223,05
	Чай	200	37,80
	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
	Хлеб ржаной	30	58,01

**Итого за 'Завтрак'**

**541,08**

### 10 ноября 2023 г. Пятница

	Хлеб с маслом и сыром	40,00	121,87
	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	250,00	251,38
	Чай с молоком	200	95,20
	Батон с каротином	65	167,39

**Итого за 'Завтрак'**

**635,84**

Утверждаю:  
  
 В. Кнор

## МЕНЮ ОБЕДА

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

Наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	ЭЦ, ккал
<b>06 ноября 2023 г. Понедельник</b>		
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>0,00</b>
<b>07 ноября 2023 г. Вторник</b>		
Кукуруза целыми зернами (консервы)	60	35,25
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	127,39
Фрикадельки мясные	20	43,64
Гуляш из мяса говядины	90	199,05
Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	265,93
Компот из сухофруктов	200	87,60
Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
Хлеб ржаной	20	38,68
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>850,17</b>
<b>08 ноября 2023 г. Среда</b>		
Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом	60	58,17
Суп картофельный с бобовыми	250	164,06
Мясо говядины отварное	20	55,99
Фрикадельки из мяса говядины припущенные	90	177,57
Картофельное пюре	150	132,59
Напиток с витаминами Витошка	200	70,71
Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
Хлеб ржаной	20	38,68
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>750,39</b>
<b>09 ноября 2023 г. Четверг</b>		
Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растительным маслом	60	74,48
Суп-пюре из картофеля	250	111,34
Гренки (сухарики)	20	50,40
Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)	100	137,99
Макаронные изделия отварные с сыром	150	185,88
Компот из сухофруктов	200	87,60
Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
Хлеб ржаной	20	38,68
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>739,00</b>
<b>10 ноября 2023 г. Пятница</b>		
Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	60	63,06
Борщ с картофелем	250	121,45
Мясо говядины отварное	20	55,99
Бефстроганов из отварного мяса говядины	90	220,46
Капуста тушеная	150	101,12
Напиток из шиповника (вариант 2)	200	74,32
Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
Хлеб ржаной	20	38,68
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>727,71</b>



Утверждаю:  
*Кисел* О.В. Кнор

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

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

**06 ноября 2023 г. Понедельник**

|--|--|--|--|

**Итого за 'Полдник'**

**0,00**

**07 ноября 2023 г. Вторник**

	Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)	200	215,48
	Чай	200	37,80

**Итого за 'Полдник'**

**253,28**

**08 ноября 2023 г. Среда**

	Пряники	80	293,39
	Сок	200	86,48
	Йогурт "Растишка"	110	98,25

**Итого за 'Полдник'**

**478,12**

**09 ноября 2023 г. Четверг**

	Рагу из отварного мяса говядины	150	184,11
	Компот из яблок	200	79,96

**Итого за 'Полдник'**

**264,07**

**10 ноября 2023 г. Пятница**

	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	150	157,64
	Чай с лимоном	200	38,66
	Яблоки	180,00	87,62

**Итого за 'Полдник'**

**283,92**

Утверждаю:  
*Жуков* О.В. Кнор

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

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

**06 ноября 2023 г. Понедельник**

|--|--|--|--|

**Итого за 'Полдник'**

**0,00**

**07 ноября 2023 г. Вторник**

	Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)	200	215,48
	Чай	200	37,80

**Итого за 'Полдник'**

**253,28**

**08 ноября 2023 г. Среда**

	Пряники	80	293,39
	Сок	200	86,48
	Йогурт "Растишка"	110	61,18

**Итого за 'Полдник'**

**441,05**

**09 ноября 2023 г. Четверг**

	Рагу из отварного мяса говядины	200	245,48
	Компот из яблок	200	79,96

**Итого за 'Полдник'**

**325,44**

**10 ноября 2023 г. Пятница**

	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	200	210,19
	Чай с молоком	200	95,20
	Яблоки	180	87,62

**Итого за 'Полдник'**

**393,01**