



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

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

**13 января 2025 г. Понедельник**

**Завтрак**

18/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины с крупой (геркулес)	100	202,66
47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	150	185,88
27/10	Чай	200	37,80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	63,16
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68

**Итого за 'Завтрак' 500 528,18**

**14 января 2025 г. Вторник**

**Завтрак**

19/1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	60	41,00
54-9м-2020	Жаркое по-домашнему	250	383,70
37/10	Напиток из шиповника (вариант 2)	200	74,32
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	63,16
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
пром.			

**Итого за 'Завтрак' 560 600,86**

**15 января 2025 г. Среда**

**Завтрак**

2/13	Хлеб с сыром	30/10	104,07
2/6	Омлет запеченный или паровой	150	211,23
-	Какао с молоком и витаминами Витошка	200	96,54
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	63,16
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
пром.	Пряники	80	293,39

**Итого за 'Завтрак' 520 807,07**

**16 января 2025 г. Четверг**

**Завтрак**

2/9	Бедро куриное отварное в соусе (вар 2)	130	228,25
11/3	Капуста тушеная	150	102,12
27/10	Чай	200	37,80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	63,16
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
пром.			

**Итого за 'Завтрак' 530 470,00**

**17 января 2025 г. Пятница**

**Завтрак**

6/7	Рыба, запеченная в молочном соусе	100	121,53
3/3	Картофельное пюре	150	132,59
30/10	Чай с молоком	200	95,20
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	63,16
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
пром.	Мандарины	115	93,38

**Итого за 'Завтрак' 615 544,53**



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

№	Наименование блюда	Выход, г	ЭЦ, ккал
<b>13 января 2025 г. Понедельник</b>			
<b>Завтрак</b>			
9/8	Печень по-строгановски	120	229,25
47/3	Макаронные изделия отварные	180	223,05
37/10	Напиток из шиповника (вариант 2)	200	74,32
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	30	58,01
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>570</b>	<b>668,85</b>
<b>14 января 2025 г. Вторник</b>			
<b>Завтрак</b>			
16/7	Кнели из рыбы паровые (минтай)	100	172,45
3/3	Картофельное пюре	180	159,10
29/10	Чай с лимоном	200/5	39,63
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	115,80
пром.	Хлеб ржаной	30	58,01
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>555</b>	<b>544,99</b>
<b>15 января 2025 г. Среда</b>			
<b>Завтрак</b>			
39/8	Фрикадельки из мяса говядины припущенные	100	197,30
11/3	Капуста тушеная	180	121,34
пром.	Напиток с витаминами Витошка	200	70,71
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	115,80
пром.	Хлеб ржаной	30	58,01
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>550</b>	<b>563,16</b>
<b>16 января 2025 г. Четверг</b>			
<b>Завтрак</b>			
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)	100	165,59
32/3	Рагу из овощей	180	132,48
6/10	Компот из изюма	200	88,91
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	105,27
пром.	Хлеб ржаной	30	58,01
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>550</b>	<b>550,27</b>
<b>17 января 2025 г. Пятница</b>			
<b>Завтрак</b>			
3/13	Хлеб с маслом и сыром	40	121,87
7/4	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	250	262,73
30/10	Чай с молоком	200	95,20
пром.	Батон с каротином	60	154,52
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>550</b>	<b>634,32</b>