

Утверждаю:



МЕНЮ ЗАВТРАКА

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

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

11 декабря 2023 г. Понедельник

	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

12 декабря 2023 г. Вторник

	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

13 декабря 2023 г. Среда

	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	156,33
	Напиток с витаминами Витошка	200	70,71
	Батон с каротином	45	115,89
	Хлеб ржаной	20	38,68
	Яблоко свежее	200	97,36

Итого за 'Завтрак'

478,96

14 декабря 2023 г. Четверг

	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

15 декабря 2023 г. Пятница

	Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)	100	137,99
	Макаронные изделия отварные с сыром	150	185,88
	Напиток из шиповника (вариант 2)	200	74,32
	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	63,16

	Хлеб ржаной	20	38,68
Итого за 'Завтрак'			500,03

Утверждаю:



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

	Наименование изделий (блюд)	Выход, г	ЭЦ, ккал
11 декабря 2023 г. Понедельник			
	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

12 декабря 2023 г. Вторник			
	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

13 декабря 2023 г. Среда			
	Яйцо отварное	40	62,78
	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250	260,56
	Какао с молоком и витаминами Витошка	200	96,54
	Батон с каротином	60	154,52
Итого за 'Завтрак'			574,40

14 декабря 2023 г. Четверг			
	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

15 декабря 2023 г. Пятница

	Плов из мяса кур	250	338,59
	Компот из сухофруктов	200	87,60
	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
	Хлеб ржаной	25	48,35
Итого за 'Завтрак'			558,75