

Утверждаю:



МЕНЮ ЗАВТРАКА

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

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

09 января 2024 г. Вторник

20/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины, запеченные со сметанным соусом	150	248,80
43/3	Каша рисовая рассыпчатая	150	196,75
27/10	Чай	200	37,80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	63,16
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68

Итого за 'Завтрак'

585,19

10 января 2024 г. Среда

19/7	Тефтели рыбные с рисом в соусе (минтай)	120	125,08
3/3	Картофельное пюре	150	132,59
пром.	Напиток с витаминами Витошка	200	70,71
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	63,16
пром.	Хлеб ржаной	20,00	38,68
-	Йогурт "Растишка"	100	89,32

Итого за 'Завтрак'

519,54

11 января 2024 г. Четверг

17/4	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	150	137,12
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	63,16
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
6/10	Компот из изюма	200	88,91
пром.	Бананы	230	219,65

Итого за 'Завтрак'

547,52

12 января 2024 г. Пятница

5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)	100	137,99
47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	150	185,88
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

Итого за 'Завтрак'

500,03

Утверждаю:



МЕНЮ ЗАВТРАКА

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

№	Наименование блюда	Выход, г	ЭЦ, ккал
09 января 2024 г. Вторник			
36/8	Тефтели из мяса говядины с рисом	100	219,86
8/11	Соус красный основной	50	21,09
46/3	Макаронные изделия отварные	180	220,73
27/10	Чай	200	37,80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
Итого за 'Завтрак'			632,05
10 января 2024 г. Среда			
1/6	Яйцо отварное	40	62,78
17/4	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	250	228,53
пром.	Батон с каротином	65	167,39
-	Какао с молоком и витаминами Витошка	200	96,54
Итого за 'Завтрак'			555,25
11 января 2024 г. Четверг			
7/7	Рыба, запеченная с сыром	100	171,34
38/3	Рис припущенный с овощами	180	285,63
29/10	Чай с лимоном	200/5	39,63
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
Итого за 'Завтрак'			629,16
12 января 2024 г. Пятница			
4/9	Плов из мяса кур (филе)	250	338,59
27/10	Чай	200	37,80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
пром.	Яблоки	180	87,62
Итого за 'Завтрак'			596,57

