

Утверждаю:



## МЕНЮ ОБЕДА

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

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

### 1 апреля 2024 г. Понедельник

|       |                                                                              |     |        |
|-------|------------------------------------------------------------------------------|-----|--------|
| 47/1  | Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом | 60  | 63,74  |
| 19/2  | Суп картофельный с рыбой (минтай)                                            | 250 | 157,97 |
| 36/8  | Тефтели из мяса говядины с рисом                                             | 90  | 197,88 |
| 47/3  | Макаронные изделия отварные с сыром                                          | 150 | 185,88 |
| 6/10  | Компот из сухофруктов                                                        | 200 | 87,60  |
| пром. | Хлеб крестьянский с Валитек-8                                                | 35  | 73,69  |
| пром. | Хлеб ржаной                                                                  | 25  | 48,35  |

**Итого за 'Обед'**

**815,10**

### 2 апреля 2024 г. Вторник

|         |                                                                       |     |        |
|---------|-----------------------------------------------------------------------|-----|--------|
| 42/1    | Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растительным маслом | 60  | 74,48  |
| 28/2    | Суп-пюре гороховый                                                    | 250 | 134,13 |
| 40/2    | Гренки (сухарики)                                                     | 20  | 50,40  |
| 54-9м-2 | Жаркое по-домашнему                                                   | 200 | 306,96 |
| пром.   | Напиток с витаминами Витошка                                          | 200 | 70,71  |
| пром.   | Хлеб крестьянский с Валитек-8                                         | 35  | 73,69  |
| пром.   | Хлеб ржаной                                                           | 25  | 48,35  |

**Итого за 'Обед'**

**758,73**

### 3 апреля 2024 г. Среда

|       |                                                                               |     |        |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------|-----|--------|
| 41/1  | Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным | 60  | 60,58  |
| 11/2  | Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2)                                    | 250 | 131,57 |
| 48/8  | Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)                                    | 120 | 129,29 |
| 1/3   | Картофель отварной                                                            | 150 | 135,49 |
| 14/10 | Компот из чернослива                                                          | 200 | 88,57  |
| пром. | Хлеб крестьянский с Валитек-8                                                 | 35  | 73,69  |
| пром. | Хлеб ржаной                                                                   | 25  | 48,35  |
| пром. | Яблоки                                                                        | 180 | 87,62  |

**Итого за 'Обед'**

**755,15**

### 4 апреля 2024 г. Четверг

|       |                                                                               |     |        |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------|-----|--------|
| 44/1  | Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом | 60  | 68,63  |
| 14/2  | Суп картофельный с крупой                                                     | 250 | 151,27 |
| -     | Мясо говядины отварное                                                        | 20  | 55,99  |
| 7/7   | Рыба, запеченная с сыром                                                      | 100 | 171,34 |
| 3/3   | Картофельное пюре                                                             | 150 | 132,59 |
| 29/10 | Чай с лимоном                                                                 | 200 | 38,66  |
| пром. | Хлеб крестьянский с Валитек-8                                                 | 35  | 73,69  |
| пром. | Хлеб ржаной                                                                   | 25  | 48,35  |

**Итого за 'Обед'**

**740,51**

5 апреля 2024 г. Пятница

|       |                                                        |     |        |
|-------|--------------------------------------------------------|-----|--------|
| 40/1  | Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом | 60  | 63,06  |
| 22/2  | Суп-лапша на курином бульоне                           | 250 | 148,02 |
| 4/9   | Плов из мяса кур (филе)                                | 250 | 338,59 |
| 30/10 | Чай с молоком                                          | 200 | 95,20  |
| пром. | Хлеб крестьянский с Валитек-8                          | 35  | 73,69  |
| пром. | Хлеб ржаной                                            | 25  | 48,35  |

Итого за 'Обед'

766,90

Утверждаю:



## МЕНЮ ОБЕДА

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

(возраст

| № | Наименование блюда | Выход, г | ЭЦ, ккал |
|---|--------------------|----------|----------|
|---|--------------------|----------|----------|

### 1 апреля 2024 г. Понедельник

|       |                                                                              |     |        |
|-------|------------------------------------------------------------------------------|-----|--------|
| 47/1  | Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом | 100 | 106,23 |
| 19/2  | Суп картофельный с рыбой (минтай)                                            | 250 | 157,97 |
| 40/3  | Каша гречневая рассыпчатая с овощами                                         | 180 | 319,11 |
| 9/8   | Печень по-строгановски                                                       | 120 | 229,25 |
| пром. | Напиток с витаминами Витошка                                                 | 200 | 70,71  |
| пром. | Хлеб крестьянский с Валитек-8                                                | 40  | 84,22  |
| пром. | Хлеб ржаной                                                                  | 40  | 77,35  |

Итого за 'Обед'

1044,84

### 2 апреля 2024 г. Вторник

|         |                                                                       |     |        |
|---------|-----------------------------------------------------------------------|-----|--------|
| 42/1    | Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растительным маслом | 100 | 124,14 |
| 28/2    | Суп-пюре гороховый                                                    | 250 | 134,13 |
| 40/2    | Гренки (сухарики)                                                     | 20  | 50,40  |
| 54-9м-2 | Жаркое по-домашнему                                                   | 250 | 383,70 |
| 30/10   | Чай с молоком                                                         | 200 | 95,20  |
| пром.   | Хлеб крестьянский с Валитек-8                                         | 40  | 84,22  |
| пром.   | Хлеб ржаной                                                           | 40  | 77,35  |

Итого за 'Обед'

949,14

### 3 апреля 2024 г. Среда

|       |                                                                                      |     |        |
|-------|--------------------------------------------------------------------------------------|-----|--------|
| 41/1  | Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом | 100 | 100,96 |
| 11/2  | Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2)                                           | 250 | 131,57 |
| 19/7  | Тефтели рыбные с рисом в соусе (минтай)                                              | 120 | 125,08 |
| 3/3   | Картофельное пюре                                                                    | 180 | 159,10 |
| пром. | Напиток с витаминами Витошка                                                         | 200 | 70,71  |
| пром. | Хлеб крестьянский с Валитек-8                                                        | 40  | 84,22  |
| пром. | Хлеб ржаной                                                                          | 30  | 58,01  |
| пром. | Яблоки                                                                               | 180 | 87,62  |

**Итого за 'Обед'****817,28****4 апреля 2024 г. Четверг**

|       |                                                                               |     |        |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------|-----|--------|
| 44/1  | Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом | 100 | 114,39 |
| 14/2  | Суп картофельный с крупой                                                     | 250 | 151,27 |
| -     | Мясо говядины отварное                                                        | 20  | 55,99  |
| 42/8  | Тефтели из мяса говядины                                                      | 100 | 235,66 |
| 47/3  | Макаронные изделия отварные с сыром                                           | 180 | 223,05 |
| 6/10  | Компот из изюма                                                               | 200 | 88,91  |
| пром. | Хлеб крестьянский с Валитек-8                                                 | 40  | 84,22  |
| пром. | Хлеб ржаной                                                                   | 30  | 58,01  |

**Итого за 'Обед'****1011,50****5 апреля 2024 г. Пятница**

|       |                                                        |     |        |
|-------|--------------------------------------------------------|-----|--------|
| 40/1  | Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом | 100 | 105,10 |
| 22/2  | Суп-лапша на курином бульоне                           | 250 | 148,02 |
| 32/3  | Рагу из овощей                                         | 180 | 132,48 |
| 5/9   | Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)              | 100 | 137,99 |
| 37/10 | Напиток из шиповника (вариант 2)                       | 200 | 74,32  |
| пром. | Хлеб крестьянский с Валитек-8                          | 40  | 84,22  |
| пром. | Хлеб ржаной                                            | 40  | 77,35  |

**Итого за 'Обед'****759,48**