

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

### 9 сентября 2024 г. Понедельник

#### Обед

|                        |                                                                              |            |               |
|------------------------|------------------------------------------------------------------------------|------------|---------------|
| 47/1                   | Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом | 60         | 63,74         |
| 18/2                   | Суп картофельный с макаронными изделиями                                     | 250        | 127,39        |
| 41/2                   | Фрикадельки мясные                                                           | 20         | 43,64         |
| 9/8                    | Печень по-строгановски                                                       | 100        | 191,04        |
| 40/3                   | Каша гречневая рассыпчатая с овощами                                         | 150        | 265,93        |
| 6/10                   | Компот из сухофруктов                                                        | 200        | 87,60         |
| пром.                  | Хлеб крестьянский с Валитек-8                                                | 35         | 73,69         |
| пром.                  | Хлеб ржаной                                                                  | 25         | 48,35         |
| <b>Итого за 'Обед'</b> |                                                                              | <b>840</b> | <b>901,37</b> |

### 10 сентября 2024 г. Вторник

#### Обед

|                        |                                        |            |               |
|------------------------|----------------------------------------|------------|---------------|
| 16/1                   | Салат из моркови с растительным маслом | 60         | 78,68         |
| 24/2                   | Суп молочный с лапшой                  | 250        | 172,11        |
| 8/5                    | Запеканка (сырники) из творога         | 150        | 313,88        |
| -                      | Молоко сгущенное                       | 30         | 95,22         |
| -                      | Какао с молоком и витаминами Витошка   | 200        | 96,54         |
| пром.                  | Батон с каротином                      | 45         | 115,89        |
| пром.                  | Хлеб ржаной                            | 25         | 48,35         |
| <b>Итого за 'Обед'</b> |                                        | <b>760</b> | <b>920,67</b> |

### 11 сентября 2024 г. Среда

#### Обед

|                        |                                                        |            |               |
|------------------------|--------------------------------------------------------|------------|---------------|
| 40/1                   | Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом | 60         | 63,06         |
| 4/2                    | Борщ с картофелем                                      | 250        | 124,45        |
| 7/8                    | Бефстроганов из отварного мяса говядины                | 90         | 220,46        |
| 11/3                   | Капуста тушеная                                        | 150        | 101,12        |
| 37/10                  | Напиток из шиповника (вариант 2)                       | 200        | 74,32         |
| пром.                  | Хлеб крестьянский с Валитек-8                          | 35         | 73,69         |
| пром.                  | Хлеб ржаной                                            | 25         | 48,35         |
| <b>Итого за 'Обед'</b> |                                                        | <b>810</b> | <b>705,44</b> |

### 12 сентября 2024 г. Четверг

#### Обед

|                        |                                                             |            |               |
|------------------------|-------------------------------------------------------------|------------|---------------|
| 4/1                    | Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом | 60         | 55,53         |
| 16/2                   | Суп картофельный с бобовыми                                 | 250        | 164,06        |
| 39/8                   | Фрикадельки из мяса говядины припущенные                    | 90         | 177,57        |
| 3/3                    | Картофельное пюре                                           | 150        | 132,59        |
| пром.                  | Напиток с витаминами Витошка                                | 200        | 70,71         |
| пром.                  | Хлеб крестьянский с Валитек-8                               | 35         | 73,69         |
| пром.                  | Хлеб ржаной                                                 | 25         | 48,35         |
| <b>Итого за 'Обед'</b> |                                                             | <b>810</b> | <b>722,49</b> |

13 сентября 2024 г. Пятница

Обед

|                 |                                                                |     |        |
|-----------------|----------------------------------------------------------------|-----|--------|
| 6/1             | Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом | 60  | 55,62  |
| 29/2            | Суп-пюре из картофеля                                          | 250 | 111,34 |
| 40/2            | Гренки (сухарики)                                              | 20  | 50,40  |
| 5/9             | Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)                      | 100 | 137,99 |
| 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' |                                                                | 840 | 750,86 |

Утверждаю:



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

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

**9 сентября 2024 г. Понедельник**

**Обед**

|       |                                                                              |     |        |
|-------|------------------------------------------------------------------------------|-----|--------|
| 47/1  | Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом | 100 | 106,23 |
| 18/2  | Суп картофельный с макаронными изделиями                                     | 250 | 127,39 |
| 41/2  | Фрикадельки мясные                                                           | 20  | 43,64  |
| 40/3  | Каша гречневая рассыпчатая с овощами                                         | 180 | 319,11 |
| 18/8  | Биточки (котлеты) из мяса говядины с крупой (геркулес)                       | 100 | 202,66 |
| 27/10 | Чай                                                                          | 200 | 37,80  |
| пром. | Хлеб крестьянский с Валитек-8                                                | 40  | 84,22  |
| пром. | Хлеб ржаной                                                                  | 40  | 77,35  |

**Итого за 'Обед' 930 998,41**

**10 сентября 2024 г. Вторник**

**Обед**

|       |                                        |     |        |
|-------|----------------------------------------|-----|--------|
| 16/1  | Салат из моркови с растительным маслом | 100 | 98,35  |
| 24/2  | Суп молочный с лапшой                  | 250 | 172,11 |
| 8/5   | Запеканка (сырники) из творога         | 200 | 418,51 |
| -     | Молоко сгущенное                       | 40  | 126,96 |
| -     | Какао с молоком и витаминами Витошка   | 200 | 96,54  |
| пром. | Батон с каротином                      | 60  | 154,52 |
| пром. | Хлеб ржаной                            | 30  | 58,01  |

**Итого за 'Обед' 880 1125,00**

**11 сентября 2024 г. Среда**

**Обед**

|       |                                                        |     |        |
|-------|--------------------------------------------------------|-----|--------|
| 40/1  | Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом | 100 | 105,10 |
| 4/2   | Борщ с картофелем                                      | 250 | 177,44 |
| 7/8   | Бефстроганов из отварного мяса говядины                | 100 | 244,96 |
| 11/3  | Капуста тушеная                                        | 180 | 121,34 |
| 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' 910 884,72**

**12 сентября 2024 г. Четверг**

**Обед**

|                        |                                                             |            |               |
|------------------------|-------------------------------------------------------------|------------|---------------|
| 4/1                    | Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом | 100        | 92,55         |
| 16/2                   | Суп картофельный с бобовыми                                 | 250        | 164,06        |
| 2/6                    | Омлет запеченный или паровой                                | 180        | 253,47        |
| 12/10                  | Компот из чернослива и изюма                                | 200        | 88,66         |
| пром.                  | Хлеб крестьянский с Валитек-8                               | 40         | 84,22         |
| пром.                  | Хлеб ржаной                                                 | 30         | 58,01         |
| <b>Итого за 'Обед'</b> |                                                             | <b>800</b> | <b>740,96</b> |

**13 сентября 2024 г. Пятница****Обед**

|                        |                                                                |            |               |
|------------------------|----------------------------------------------------------------|------------|---------------|
| 6/1                    | Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом | 100        | 92,69         |
| 29/2                   | Суп-пюре из картофеля                                          | 250        | 111,34        |
| 40/2                   | Гренки (сухарики)                                              | 20         | 50,40         |
| 2/9                    | Бедро куриное отварное в соусе                                 | 130        | 203,86        |
| 47/3                   | Макаронные изделия отварные                                    | 180        | 223,05        |
| 27/10                  | Чай                                                            | 200        | 37,80         |
| пром.                  | Хлеб крестьянский с Валитек-8                                  | 40         | 84,22         |
| пром.                  | Хлеб ржаной                                                    | 40         | 77,35         |
| <b>Итого за 'Обед'</b> |                                                                | <b>960</b> | <b>880,72</b> |