

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
--	-----------------------------	-----------	----------

29 сентября 2025 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
46/3	Макаронные изделия отварные	150	185,88
27/10	Чай	200	37,80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	73,69
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
Итого за 'Обед'		810	765,30

30 сентября 2025 г. Вторник

20/1	Салат из свежих томатов с растительным маслом	60	46,05
28/2	Суп-пюре гороховый	250	134,13
40/2	Гренки (сухарики)	20	50,40
39/8	Фрикадельки из мяса говядины припущенные	90	177,57
43/3	Каша рисовая рассыпчатая	150	196,75
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'		830	797,65

1 октября 2025 г. Среда

41/1	Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным	60	81,00
11/2	Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2)	250	131,57
48/8	Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)	120	159,29
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
Итого за 'Обед'		840	717,95

2 октября 2025 г. Четверг

6/1	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	60	55,62
14/2	Суп картофельный с крупой	250	151,27
41/2	Фрикадельки мясные	20	43,64
6/7	Рыба, запеченная в молочном соусе (горбуша)	120	143,11
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'		840	686,92

3 октября 2025 г. Пятница

Утверждаю:



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

(возраст

№	Наименование блюда	Выход, г	ЭЦ, ккал
29 сентября 2025 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'		930	1044,84
30 сентября 2025 г. Вторник			
20/1	Салат из свежих томатов с растительным маслом	100	76,75
28/2	Суп-пюре гороховый	250	134,13
40/2	Гренки (сухарики)	20	50,40
39/8	Фрикадельки из мяса говядины припущенные	100	197,30
43/3	Каша рисовая рассыпчатая	180	236,10
27/10	Чай	200	37,80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	40	77,35
Итого за 'Обед'		730	894,06
1 октября 2025 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
Итого за 'Обед'		920	729,66
2 октября 2025 г. Четверг			
6/1	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	100	92,69

14/2	Суп картофельный с крупой	250	151,27
41/2	Фрикадельки мясные	20	43,64
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'		900	977,46

3 октября 2025 г. Пятница

[illegible]