

Утверждаю:

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 009F9E6C0D8EA39EDC71AEE375B6518E86
Владелец: Глухова Ольга Анатольевна
Действителен: с 03.12.2024 до 26.02.2026

МЕНЮ ОБЕДА

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

	Наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	ЭЦ, ккал
10 марта 2026 г. Вторник			
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
11 марта 2026 г. Среда			
41/1	Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом	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
12 марта 2026 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
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	699,93
13 марта 2026 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
27/10	Чай	200	95,20
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	73,69
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
Итого за 'Обед'		620	766,90

Утверждаю:

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 009F9E6C0D8EA39EDC71AEE375B6518E86
Владелец: Глухова Ольга Анатольевна
Действителен: с 03.12.2024 до 26.02.2026

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

№	Наименование блюда	Выход, г	ЭЦ, ккал
10 марта 2026 г. Вторник			
47/1	Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным	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 (шиповник гранат)	200	70,71
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	40	77,35
Итого за 'Обед'		930	1044,84

11 марта 2026 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

12 марта 2026 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
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	999,16

13 марта 2026 г. Пятница

40/1	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	105,10
22/2	Суп-лапша на курином бульоне	250	207,13
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'		910	818,59