



Согласовано
 Директор общеобразовательной организации
 «СОШ №35»
 Меню школьника
 Столовой общеобразовательной организации

28 ноября 2022 г.
 понедельник (7 день)

Наименование блюд	7 - 11 лет			12 - 18 лет		
	Масса порции, г	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции, г	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак (в т.ч. ОБЗ, УСП)						
Фрикадельки куриные в соусе (2-й вариант) (филе куриное, мясо свинины, лук, морковь, хлеб, яйцо, мука, томат. паста, сахар, сметана, масло раст.)	110		177,66	<i>(в т.ч. УСП)</i>		
Макаронные изделия отварные (макаронные изд., масло сл.)	188		276,36	110		177,66
Фруктовый чай с яблоком (яблоки, чай, сахар)	200		92,80	195		286,65
Хлеб пшеничный	25		58,75	200		92,80
Итого за завтрак	523	61,53	605,57	555	63,61	674,61
Обед						
Винегрет овощной (2-й вариант) (картофель, свекла, морковь, огурцы, лук, зеленый горошек, масло раст.)	60		57,75	100		96,25
Суп "Кудрявый" (картофель, морковь, лук, яйцо, масло сл., сметана)	200		99,42	250		124,28
Гуляш (мясо свинины, лук, мука, томат. паста, масло раст.)	90		118,80	100		132,00
Каша вязкая (пшеничная) (крупа пшеничная, масло сл.)	150		178,50	180		214,20
Компот из свежих плодов (яблоки, сахар)	200		142,00	200		142,00
Хлеб пшеничный	20		47,00	30		70,50
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20		36,20	20		36,20
Итого за обед	740	77,96	679,67	880	94,21	815,43
Обед (2 смена) (в т.ч. ОБЗ, УСП)						
Винегрет овощной (2-й вариант) (картофель, свекла, морковь, огурцы, лук, зеленый горошек, масло раст.)	60		57,75	<i>(в т.ч. УСП)</i>		
Суп "Кудрявый" (картофель, морковь, лук, яйцо, масло сл., сметана)	250		124,28	100		96,25
Фрикадельки куриные в соусе (1-й вариант) (филе куриное, мясо свинины, лук, морковь, хлеб, яйцо, мука, томат. паста, сахар, сметана, масло раст.)	110		161,35	250		124,28
Макаронные изделия отварные (макаронные изд., масло сл.)	160		235,20	110		177,66
Компот из свежих плодов (яблоки, сахар)	200		142,00	180		264,60
Хлеб пшеничный	20		47,00	200		142,00
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20		36,20	30		70,50
Итого за обед	820	87,57	803,78	894	104,71	918,73
Полдник						
Молоко кипяченое	180		95,40			
Булочка домашняя (мука, сахар, масло сл., яйцо, дрожжи, масло раст.)	50		194,17			
Плоды свежие (яблоки)	110		51,70			
Итого за полдник	340	44,96	341,27			
Дополнительное питание						
Чай с сахаром (чай, сахар)	190		57,00			
Сдоба обыкновенная (мука, сахар, масло сл., дрожжи, масло раст.)	40		124,67			
Итого за дополнительное питание	230	6,07	181,67			

Зав. Производством: Сулова А.А.

Калькулятор: Морозова А.В.





Меню школьника
Столовой общеобразовательной организации

29 ноября 2022 г.
вторник (8 день)

Наименование блюд	7 - 11 лет			12 - 18 лет		
	Масса порции, г	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции, г	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак (в т.ч. ОВЗ, УСП)						
Бутерброд горячий (батон, сметана, сыр)	75			(в т.ч. УСП)		
Каша рисовая вязкая (крупа рисовая, молоко, сахар, масло сл.)	200		162,28	75		162,28
Чай апельсиновый (чай апельсины, сахар)	200		228,00	240		273,60
Хлеб пшеничный	200		94,08	200		94,08
Итого за завтрак	45		105,75	35		82,25
	520	61,53	590,11	550	66,20	612,21
Обед						
Салат "Калейдоскоп" (капуста, морковь, кукуруза консер., сахар, лимон.кисл., масло раст.)	60		63,04	100		105,06
Борщ Сибирский (свекла, капуста, картофель, морковь, лук, фасоль, томатная паста, масло сл., сахар, лимон. кисл.)	200		94,40	250		118,00
Котлеты "Клас-сные" (филе куриное, мясо свинины, хлеб, лук, морковь, сухари, масло раст.)	90		180,51	100		200,57
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сл.)	150		163,50	180		196,20
Кисель из концентрата плодового или ягодного (кисель, сахар)	200		122,00	200		122,00
Хлеб пшеничный	30		70,50	30		70,50
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30		54,30	30		54,30
Итого за обед	760	81,17	748,25	890	96,39	866,63
Обед (2 смена) (в т.ч. ОВЗ, УСП)						
Салат "Калейдоскоп" (капуста, морковь, кукуруза консер., сахар, лимон.кисл., масло раст.)	63		66,19	(в т.ч. УСП)		
Борщ Сибирский (свекла, капуста, картофель, морковь, лук, фасоль, томатная паста, масло сл., сахар, лимон. кисл.)	250		118,00	100		105,06
Котлеты "Клас-сные" (филе куриное, мясо свинины, хлеб, лук, морковь, сухари, масло раст.)	90		180,51	250		118,00
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сл.)	172		187,48	100		200,57
Чай апельсиновый (чай, апельсины, сахар)	200		94,08	180		196,20
Хлеб пшеничный	20		47,00	200		94,08
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	25		45,25	25		58,75
Итого за обед	820	87,57	738,51	880	98,11	817,91
Полдник						
Ряженка	200		112,52			
Булочка с маком (мука, сахар, масло сл., дрожжи, мак, масло раст.)	60		165,00			
Плоды свежие (апельсины)	100		43,00			
Итого за полдник	360	57,56	320,52			
Дополнительное питание						
Чай с сахаром (чай, сахар)	190		57,00			
Булочка с маком (мука, сахар, масло сл., дрожжи, мак, масло раст.)	60		165,00			
Итого за дополнительное питание	250	6,07	222,00			

Зав. Производством: Сулова А.А.

Калькулятор: Морозова А.В.





Согласовано
 Директор общеобразовательной организации
 МОАУ «СОШ №35»
 Н.В. Демидова

Меню школьника
 Столовой общеобразовательной организации

30 ноября 2022 г.
 среда (9 день)

Наименование блюд	7 - 11 лет			12 - 18 лет		
	Масса порции, г	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции, г	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак (в т.ч. ОБЗ, УСП)						
Тефтели (1-й вариант) (мясо говядины, хлеб, лук, морковь, масло сл., мука, сахар, томат паста, масло раст.)	83		193,11	110		255,93
Каша вязкая (гречневая) (крупа гречневая, масло сл.)	180		205,20	190		216,60
Фруктовый чай (чай, апельсины, лимоны, сахар)	200		92,80	200		92,80
Хлеб пшеничный	37		86,95	50		117,50
Итого за завтрак	500	61,53	578,06	550	76,40	682,83
Обед						
Салат витаминный (капуста, морковь, яблоки, сахар, лимон. кисл., масло раст.)	60		82,80	100		138,00
Суп картофельный с макаронными изделиями (лапша домашняя, картофель, лук, морковь, масло сл.)	200		89,04	250		111,30
Фрикадельки рыбные с томатным соусом (филе горбуши, хлеб, яйцо, лук, морковь, мука, масло сл., томат паста, сахар, масло раст.)	90		101,70	100		113,00
Пюре из гороха с маслом (горох, масло сл.)	150		210,00	180		252,00
Масло сливочное	7		52,36	7		52,36
Лимонный напиток (лимоны, сахар)	200		89,60	200		89,60
Хлеб пшеничный	20		47,00	20		47,00
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20		36,20	18		32,58
Итого за обед	747	76,23	708,70	875	88,55	835,84
Обед (2 смена)(в т.ч. ОБЗ, УСП)						
Салат витаминный (капуста, морковь, яблоки, сахар, лимон. кисл., масло раст.)	60		82,80	100		138,00
Суп картофельный с макаронными изделиями (лапша домашняя, картофель, лук, морковь, масло раст.)	220		97,94	250		111,30
Тефтели (1-й вариант) (мясо говядины, хлеб, лук, морковь, масло сл., мука, сахар, томат паста, масло раст.)	105		244,30	105		244,30
Каша вязкая (гречневая) (крупа гречневая, масло сл.)	155		176,70	180		205,20
Фруктовый чай (чай, апельсины, лимоны, сахар)	200		92,80	200		92,80
Хлеб пшеничный	32		75,20	20		47,00
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30		54,30	20		36,20
Итого за обед	802	87,57	824,04	875	93,51	874,80
Полдник						
Молоко кипяченое	200		106,00			
Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом (мука, масло сл., дрожжи, сахар, масло раст., яйцо, повидло)	50		158,33			
Плоды свежие (яблоки)	100		47,00			
Итого за полдник	350	45,96	311,33			
Дополнительное питание						
Чай с сахаром (чай, сахар)	190		57,00			
Булочка молочная (мука, масло раст., молоко, дрожжи)	55		140,25			
Итого за дополнительное питание	245	6,07	197,25			

Зав. Производством: Суслова А.А.

Калькулятор: Морозова А.В.





Согласовано
 Меню школьника
 Столовой общеобразовательной организации

Директор общеобразовательной организации
 Г.В. Давыдова

1 декабря 2022 г.
 четверг (10 день)

Наименование блюд	7 - 11 лет			12 - 18 лет		
	Масса порции, г	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции, г	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак (в т.ч. ОВЗ, УСП)						
Куриное филе тушеное в соусе (филе куриное, морковь, лук, масло сл., томат раст., томатная паста)	100		160,00	120		192,00
Рис припущенный (крупа рисовая, масло сл.)	162		214,00	180		237,78
Чай с сахаром (чай, сахар)	200		60,00	200		60,00
Хлеб пшеничный	40		94,00	50		117,50
Итого за завтрак	502	61,53	528	550	72,35	607,28
Обед						
Салат "Солнечный" (картофель, кукуруза, морковь, огурцы, масло раст.)	60		78,22	100		130,37
Щи из свежей капусты с картофелем (капуста, картофель, морковь, лук, масло раст., томатная паста)	200		66,40	250		83,00
Шницель детский (филе куриное, мясо говядины, мясо свинины, хлеб, лук, сухари, масло раст.)	90		206,96	100		229,95
Макаронные изделия отварные (макаронные изд., масло сл.)	150		220,50	180		264,60
Чай апельсиновый (чай, апельсины, сахар)	200		94,08	200		94,08
Хлеб пшеничный	20		47,00	20		47,00
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20		36,20	20		36,20
Итого за обед	740	91,47	749,36	870	110,54	885,20
Обед (2 смена)(в т.ч. ОВЗ, УСП)						
Салат "Солнечный" (картофель, кукуруза, морковь, огурцы, масло раст.)	60		78,22	100		130,37
Щи из свежей капусты с картофелем (капуста, картофель, морковь, лук, масло раст., томатная паста)	250		83,00	250		83,00
Куриное филе тушеное в соусе (филе куриное, морковь, лук, масло сл., томат раст., томатная паста)	100		160,00	120		192,00
Рис припущенный (крупа рисовая, масло сл.)	165		217,97	180		237,78
Чай апельсиновый (чай, апельсины, сахар)	200		94,08	200		94,08
Хлеб пшеничный	20		47,00	30		70,50
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	18		32,58	30		54,30
Итого за обед	813	87,57	712,85	910	108,92	862,03
Полдник						
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200		92,00			
Корж молочный (мука, сахар, масло сл., яйцо, разрыхлитель, молоко, ванилин)	57		227,05			
Плоды свежие (яблоки)	100		47,00			
Итого за полдник	357	40,77	366,05			
Дополнительное питание						
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54,00			
Булочка российская (мука, сахар, масло раст., яйцо)	50		174,00			
Итого за дополнительное питание	230	6,07	228,00			

Зав. Производством: Сулова А.А.

Калькулятор: Морозова А.В.

Общество с ограниченной ответственностью
 «Комбинат школьного питания
 «Подросток»
 ИНН 5610123588 г. Оренбург



Меню школьника
Столовой общеобразовательной организации

Л. В. Демчашова

2 декабря 2022 г.
пятница (11 день)

Наименование блюд	7 - 11 лет			12 - 18 лет		
	Масса порции, г	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции, г	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак (в т.ч. ОБЗ, УСП)						
Мясные шарики с овощами (филе куриное, мясо говядины, мясо свинины, крупа рисовая, лук, морковь, яйцо, масло раст.)	85		187,94	110		243,22
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сл.)	165		179,85	190		207,10
Чай с лимоном (чай, лимоны, сахар)	200		61,62	200		61,62
Хлеб пшеничный	50		117,50	50		117,50
Итого за завтрак	500	61,53	546,91	550	75,06	629,44
Обед						
Салат "Радуга" (капуста, свекла, морковь, яблоки, сахар, лимон. кисл., масло раст.)	60		75,46	100		125,77
Суп картофельный с бобовыми (картофель, горох, лук, морковь, масло раст.)	200		107,80	250		134,75
Каша перловая с мясом, овощами (крупа перловая, мясо свинины, лук, морковь, масло раст.)	200		381,70	220		419,87
Компот из смеси сухофруктов (сухофрукты, сахар)	200		113,79	200		113,79
Хлеб пшеничный	25		58,75	30		70,50
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	25		45,25	30		54,30
Итого за обед	710	63,69	782,75	830	74,45	918,98
Обед (2 смена)(в т.ч. ОБЗ, УСП)						
Салат "Радуга" (капуста, свекла, морковь, яблоки, сахар, лимон. кисл., масло раст.)	60		75,46	100		125,77
Суп картофельный с бобовыми (картофель, горох, лук, морковь, масло раст.)	230		123,97	250		134,75
Мясные шарики с овощами (филе куриное, мясо говядины, мясо свинины, крупа рисовая, лук, морковь, яйцо, масло раст.)	100		221,11	100		221,11
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сл.)	170		185,30	180		196,20
Компот из смеси сухофруктов (сухофрукты, сахар)	200		113,79	200		113,79
Хлеб пшеничный	28		65,80	20		47,00
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	25		45,25	20		36,20
Итого за обед	813	87,57	830,68	870	93,28	874,82
Полдник						
Ряженка	200		112,52			
Ватрушки с творожным фаршем (творог, мука, сахар, масло слив., яйцо, дрожжи, масло раст.)	100		196,67			
Итого за полдник	300	59,30	309,19			
Дополнительное питание						
Чай с сахаром (чай, сахар)	190		57,00			
Булочка школьная (мука, сахар, масло раст., дрожжи, масло сл.)	55		157,30			
Итого за дополнительное питание	245	6,07	214,30			

Зав. Производством: Суслова А.А.

Калькулятор: Морозова А.В.





Меню школьника
Столовой общеобразовательной организации

3 декабря 2022 г.
суббота (12 день)

Наименование блюд	7 - 11 лет			12 - 18 лет		
	Масса порции, г	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции, г	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак (в т.ч. ОВЗ, УСП)						
Сыр (порциями)				(в т.ч. УСП)		
Каша пшенная вязкая (крупя пшенная, молоко, сахар, масло сл.)	12		43,68	12		43,68
Кисель с витаминами "Витошка"	195		243,75	250		312,50
Булочка молочная (мука, масло раст., молоко, дрожжи)	200		74,00	200		74,00
Итого за завтрак	100		255,00	100		255,00
	507	61,53	616,43	562	67,86	685,18
Обед (2 смена)(в т.ч. ОВЗ)						
Салат из моркови и яблок (морковь, яблоки, масло раст.)	60		74,40	100		124,00
Суп из овощей (капуста, картофель, морковь, лук, зеленый горошек, масло раст.)	200		76,20	250		95,25
Фрикадельки в соусе (мясо говядины, морковь, лук, хлеб, масло сл., томат. паста, мука, сахар)	105		230,40	105		230,40
Каша вязкая (гречневая) (крупя гречневая, масло сл.)	165		188,10	180		205,20
Компот из свежих плодов (яблоки, сахар)	200		142,00	200		142,00
Хлеб пшеничный	35		82,25	30		70,50
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30		54,30	30		54,30
Итого за обед	795	87,57	847,65	895	95,68	921,65
Дополнительное питание						
Чай	180		2,70			
Печенье	30		125,10			
Итого за дополнительное питание	210	6,07	127,80			

Зав. Производством: Суслова А.А.

Калькулятор: Морозова А.В.

