



Меню школьника
Столовой общеобразовательной организации

5 декабря 2022 г.
понедельник (1 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)						
Шницель детский (филе куриное, мясо говядины, мясо свинины, хлеб, лук, сухари, масло раст.)	85		195,46	100		229,95
Каша вязкая (пшеничная) (крупа пшеничная, масло сл.)	195		232,05	200		238,00
Чай с сахаром (чай, сахар)	200		60,00	200		60,00
Хлеб пшеничный	37		86,95	50		117,50
Итого за завтрак	517	61,53	574,46	550	71,16	645,45
Обед						
Винегрет овощной (2-й вариант) (картофель, свекла, морковь, огурцы, лук, зеленый горошек, масло раст.)	60		57,75	100		96,25
Суп-лапша домашняя (лапша домашняя, лук, морковь, масло слив.)	200		96,00	250		120,00
Фрикадельки куриные в соусе (1 вариант) (филе куриное, мясо свинины, лук, морковь, хлеб, яйцо, мука, томат. паста, сахар, сметана, масло раст.)	110		161,35	110		161,35
Пюре из гороха с маслом (горох, масло сл.)	150		210,00	180		252,00
Фруктовый чай с яблоком (чай, яблоки, сахар)	200		92,80	200		92,80
Хлеб пшеничный	26		61,10	30		70,50
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20		36,20	25		45,25
Итого за обед	766	66,49	715,20	895	77,13	838,15
Обед (2 смена) (в т.ч. ОВЗ, УСП)						
Винегрет овощной (2-й вариант) (картофель, свекла, морковь, огурцы, лук, зеленый горошек, масло раст.)	60		57,75	100		96,25
Суп-лапша домашняя (лапша домашняя, лук, морковь, масло слив.)	240		115,20	250		120,00
Шницель детский (филе куриное, мясо говядины, мясо свинины, хлеб, лук, сухари, масло раст.)	100		229,95	100		229,95
Каша вязкая (пшеничная) (крупа пшеничная, масло сл.)	150		178,50	180		214,20
Фруктовый чай с яблоком (чай, яблоки, сахар)	200		92,80	200		92,80
Хлеб пшеничный	22		51,70	30		70,50
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	-		-	20		36,20
Итого за обед	772	87,57	725,90	880	97,83	859,90
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)	180		54,00			
Сдоба обыкновенная (мука, сахар, масло сл., дрожжи, масло раст.)	40		124,67			
Итого за дополнительное питание	220	6,07	178,67			

Зав. Производством: Суслова А.А.

Калькулятор: Морозова А.В.



Согласовано
Директор общеобразовательной организации



Меню школьника
Столовой общеобразовательной организации

6 декабря 2022 г.
вторник (2 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)						
Гуляш (свинина, лук, масло раст., томат. паста, мука)	100		132,00	(в т.ч. УСП)		
Рис припущенный (крупа рисовая, масло сл.)	173		228,53	120		158,40
Фруктовый чай (чай, апельсины, лимоны, сахар)	200		92,80	180		237,78
Хлеб пшеничный	50		117,50	200		92,80
Итого за завтрак	523	61,53	570,83	550	69,51	606,48
Обед						
Салат "Фантазия" (картофель, огурцы, морковь, лук, зеленый горошек, масло раст.)	60		78,89	100		131,49
Борщ с капустой и картофелем (свекла, капуста, картофель, морковь, лук, томатная паста, масло раст., сахар)	250		95,00	250		95,00
Фрикадельки рыбные с томатным соусом (филе горбуши, хлеб, яйцо, лук, морковь, мука, масло сл., томат паста, сахар, масло раст.)	110		124,30	120		135,60
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	40		94,00
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30		54,30	40		72,40
Итого за обед	830	87,29	708,49	930	105,02	846,69
Обед (2 смена) (в т.ч. ОВЗ, УСП)						
Салат "Фантазия" (картофель, огурцы, морковь, лук, зеленый горошек, масло раст.)	60		78,89	(в т.ч. УСП)		
Борщ с капустой и картофелем (свекла, капуста, картофель, морковь, лук, томатная паста, масло раст., сахар)	200		76,00	100		131,49
Гуляш (свинина, лук, масло раст., томат. паста, мука)	100		132,00	250		95,00
Рис припущенный (крупа рисовая, масло сл.)	160		211,36	120		158,40
Кисель с витаминами "Витошка"	180		66,60	180		237,78
Кисель из концентрата плодового или ягодного (кисель, сахар)	-		-	-		-
Хлеб пшеничный	30		70,50	200		122,00
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20		36,20	30		70,50
Итого за обед	750	87,57	671,55	910	90,80	869,47
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 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.





Меню школьника
Столовой общеобразовательной организации

7 декабря 2022 г.
среда (3 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		162,28	75		162,28
Каша "Дружба" (крупа рисовая, крупа пшенная, молоко, сахар, масло сл.)	200		182,00	250		227,50
Чай с молоком (1-й вариант) (чай, сахар, молоко сгущенное)	200		89,32	200		89,32
Хлеб пшеничный	34		79,90	25		58,75
Итого за завтрак	509	61,53	513,50	550	66,95	537,85
Обед						
Салат "Солнечный" (картофель, морковь, кукуруза консерв., огурцы консерв., масло раст.)	60		78,22	100		130,37
Рассольник ленинградский (картофель, морковь, лук, крупа перловая, огурцы конс., масло раст.)	200		96,60	250		120,75
Котлеты "Клас-сные" (филе куриное, мясо свинины, хлеб, лук, морковь, сухари, масло раст.)	90		180,51	100		200,57
Макаронные изделия отварные (макаронные изд., масло сл.)	150		220,50	180		264,60
Компот из свежих плодов (яблоки, сахар)	200		142,00	200		142,00
Хлеб пшеничный	15		35,25	15		35,25
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	15		27,15	15		27,15
Итого за обед	730	88,70	780,23	860	107,91	920,69
Обед (2 смена) (в т.ч. ОВЗ, УСП)						
Салат "Солнечный" (картофель, морковь, кукуруза консерв., огурцы консерв., масло раст.)	60		78,22	100		130,37
Рассольник ленинградский (картофель, морковь, лук, крупа перловая, огурцы конс., масло раст.)	200		96,60	250		120,75
Котлеты "Клас-сные" (филе куриное, мясо свинины, хлеб, лук, морковь, сухари, масло раст.)	90		180,51	100		200,57
Макаронные изделия отварные (макаронные изд., масло сл.)	150		220,50	180		264,60
Компот из свежих плодов (яблоки, сахар)	200		142,00	200		142,00
Хлеб пшеничный	20		47,00	20		47,00
Итого за обед	720	87,57	764,83	850	107,26	905,29
Полдник						
Молоко кипяченое	200		106			
Булочка российская (мука, сахар, масло раст., яйцо)	50		174,17			
Плоды свежие (яблоки)	100		47,00			
Итого за полдник	350	42,79	327,17			
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: Суслова А.А.

Калькулятор: Морозова А.В.





Меню школьника
Столовой общеобразовательной организации

8 декабря 2022 г.
четверг (4 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, масло сл., лук, морковь, томатная паста, мука, чеснок, сметана)	100		160,00	100		160,00
Каша вязкая (гречневая) (крупа гречневая, масло сл.)	180		205,20	200		228,00
Фруктовый чай с яблоком (чай, яблоки, сахар)	200		92,80	200		92,80
Хлеб пшеничный	35		82,25	50		117,50
Итого за завтрак	515	61,53	540,25	550	63,98	598,30
Обед						
Салат "Радуга" (капуста, морковь, свекла, яблоки, масло раст., сахар, лимон. кисл.)	60		75,46	100		125,77
Суп картофельный с бобовыми (картофель, горох, лук, морковь, масло раст.)	200		107,80	250		134,75
Бифштекс "Нежность" (мясо говядины, мясо свинины, лук, капуста, хлеб, сухари, масло раст.)	90		197,73	100		219,70
Рагу овощное (3-й вариант) (картофель, морковь, лук, капуста, масло сл., томатная паста, мука, сахар)	150		145,50	180		174,60
Компот из смеси сухофруктов (сухофрукты, сахар)	200		113,79	200		113,79
Хлеб пшеничный	35		82,25	35		82,25
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30		54,30	30		54,30
Итого за обед	765	96,74	776,83	895	112,38	905,16
Обед (2 смена) (в т.ч. ОВЗ, УСП)						
Салат "Радуга" (капуста, морковь, свекла, яблоки, масло раст., сахар, лимон. кисл.)	60		75,46	100		125,77
Суп картофельный с бобовыми (картофель, горох, лук, морковь, масло раст.)	200		107,80	250		134,75
Куриное филе тушеное в соусе (филе куриное, масло сл., лук, морковь, томатная паста, мука, чеснок, сметана)	120		192,00	100		160,00
Каша вязкая (гречневая) (крупа гречневая, масло сл.)	180		205,20	180		205,20
Компот из смеси сухофруктов (сухофрукты, сахар)	200		113,79	200		113,79
Хлеб пшеничный	30		70,50	40		94,00
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20		36,20	-		-
Итого за обед	810	87,57	800,95	870	84,78	833,51
Полдник						
Ряженка	180		101,27			
Булочка с маком (мука, сахар, масло сл., дрожжи, мак, масло раст.)	50		137,50			
Плоды свежие (яблоки)	100		47,00			
Итого за полдник	330	46,26	285,77			
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.

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

Согласовано
Директор общеобразовательной организации

Меню школьника
Столовой общеобразовательной организации

9 декабря 2022 г.
пятница (5 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)						
Огурцы соленные (порциями)	17		2,21	25		3,25
"Ежики" с овощами (мясо говядины, мясо свинины, крупа рисовая, лук, морковь, яйцо, масло раст.)	65		121,33	90		168,00
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло слив.)	168		183,12	185		201,65
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	485,78	550	78,67	552,02
Обед						
Салат "Здоровье" (морковь, свекла, зеленый горошек, масло раст.)	60		72,18	100		120,30
Щи из свежей капусты с картофелем (капуста, картофель, морковь, лук, масло раст., томатная паста)	200		66,40	250		83,00
Плов (мясо говядины, крупа рисовая, лук, морковь, масло раст.)	180		376,20	220		385,00
Чай апельсиновый (чай, апельсины, сахар)	200		94,08	200		94,08
Хлеб пшеничный	35		82,25	35		82,25
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30		54,30	35		63,35
Итого за обед	705	83,59	745,41	840	103,26	827,98
Обед (2 смена) (в т.ч. ОВЗ, УСП)						
Салат "Здоровье" (морковь, свекла, зеленый горошек, масло раст.)	60		72,18	100		120,30
Щи из свежей капусты с картофелем (капуста, картофель, морковь, лук, масло раст., томатная паста)	250		83,00	250		83,00
"Ежики" с овощами (мясо говядины, мясо свинины, крупа рисовая, лук, морковь, яйцо, масло раст.)	100		186,67	100		186,67
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло слив.)	153		166,77	180		196,20
Чай апельсиновый (чай, апельсины, сахар)	200		94,08	200		94,08
Хлеб пшеничный	35		82,25	45		105,75
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	32		57,92	45		81,45
Итого за обед	830	87,57	742,87	920	96,57	867,45
Полдник						
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200		92,00			
Корж молочный	60		239,00			
Плоды свежие (яблоки)	100		47,00			
Итого за полдник	360	41,54	378,00			
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.

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

Меню школьника
Столовой общеобразовательной организации

10 декабря 2022 г.
суббота (6 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)	12		43,68	12		43,68
Каша пшенная вязкая (крупя пшенная, молоко, сахар, масло сл.)	195		243,75	240		300,00
Кисель с витаминами "Витошка"	200		74,00	200		74,00
Булочка молочная (мука, масло раст., молоко, дрожжи)	100		255,00	100		255,00
Итого за завтрак	507	61,53	616,43	552	66,73	672,68
Обед (2 смена) (в т.ч. ОВЗ, УСП)						
Салат из моркови и яблок (морковь, яблоки, масло раст.)	60		74,40	100		124,00
Суп картофельный с макаронными изделиями (лапша домашняя, картофель, лук, морковь, масло сл.)	210		93,49	250		111,30
Шницель детский (филе куриное, мясо говядины, мясо свинины, хлеб, лук, сухари, масло раст.)	90		206,96	100		229,95
Капуста тушеная (капуста, морковь, лук, томат.паста, мука, сахар, масло раст.)	180		156,89	180		156,89
Фруктовый чай (апельсины, лимоны, сахар)	200		92,80	200		92,80
Хлеб пшеничный	25		58,75	35		82,25
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20		36,20	30		54,30
Итого за обед	785	87,57	719,49	895	101,85	851,49
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.

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

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