



**Меню школьника  
Столовой общеобразовательной организации**

22 января 2024 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)
<b>Завтрак (в т.ч. ОВЗ, УСП)</b>						
Шницель детский (филе куриное, мясо говядины, мясо свинины, хлеб, лук, сухари, масло раст.)	76		129,61	80		136,43
Макаронные изделия отварные (макаронные изд., масло сл.)	190		279,30	220		323,40
Чай с лимоном (чай, лимоны, сахар)	200		61,62	200		61,62
Хлеб пшеничный	38		89,30	50		117,50
<b>Итого за завтрак</b>	<b>504</b>	<b>68,98</b>	<b>559,83</b>	<b>550</b>	<b>74,34</b>	<b>638,95</b>
<b>Обед</b>						
Винегрет овощной (2-й вариант) (картофель, свекла, морковь, огурцы, лук, зеленый горошек, масло раст.)	60		57,75	100		96,25
Суп картофельный с крупой (крупя рисовая, картофель, морковь, масло раст.)	200		72,60	250		90,75
Фрикадельки куриные в соусе (2 вариант) (филе куриное, мясо свинины, лук, морковь, хлеб, яйцо, мука, томат. паста, сахар, сметана, масло раст.)	100		161,51	110		177,66
Каша вязкая (гречневая) (крупя гречневая, масло сл.)	160		182,40	180		205,20
Фруктовый чай с яблоком (чай, яблоки, сахар)	200		92,80	200		92,80
Хлеб пшеничный	40		94,00	50		117,50
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	40		72,40	45		81,45
<b>Итого за обед</b>	<b>800</b>	<b>80,80</b>	<b>733,46</b>	<b>935</b>	<b>95,51</b>	<b>861,61</b>
<b>Обед (2 смена) (в т.ч. ОВЗ, УСП)</b>						
Винегрет овощной (2-й вариант) (картофель, свекла, морковь, огурцы, лук, зеленый горошек, масло раст.)	60		57,75	100		96,25
Суп картофельный с крупой (крупя рисовая, картофель, морковь, масло раст.)	250		90,75	250		90,75
Шницель детский (филе куриное, мясо говядины, мясо свинины, хлеб, лук, сухари, масло раст.)	96		163,71	100		170,54
Макаронные изделия отварные (макаронные изд., масло сл.)	173		254,31	180		264,60
Фруктовый чай с яблоком (чай, яблоки, сахар)	200		85,00	200		85,00
Хлеб пшеничный	27		63,45	30		70,50
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	25		45,25	30		54,30
<b>Итого за обед</b>	<b>831</b>	<b>98,46</b>	<b>760,22</b>	<b>890</b>	<b>108,76</b>	<b>831,94</b>
<b>Полдник</b>						
Молоко кипяченое	180		95,40			
Булочка домашняя (мука, сахар, масло сл., яйцо, дрожжи, масло раст.)	50		194,17			
Фруктовая нарезка (яблоки)	70		32,90			
<b>Итого за полдник</b>	<b>300</b>	<b>42,44</b>	<b>322,47</b>			
<b>Дополнительное питание (для завтрака)</b>						
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54,00			
Сдоба обыкновенная (мука, сахар, масло сл., дрожжи, масло раст.)	64		199,47			
<b>Итого за дополнительное питание</b>	<b>244</b>	<b>9,32</b>	<b>253,47</b>			
<b>Дополнительное питание (для обеда)</b>						
Чай с сахаром (чай, сахар)	200		60,00			
Сдоба обыкновенная (мука, сахар, масло сл., дрожжи, масло раст.)	64		199,47			
<b>Итого за дополнительное питание</b>	<b>264</b>	<b>9,61</b>	<b>259,47</b>			

Зав. Производством: Сулова А.А.

Калькулятор: Морозова А.В.





*У.В. Мухоморова*

Меню школьника  
Столовой общеобразовательной организации

23 января 2024 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)
<b>Завтрак (в т.ч. ОБЗ, УСП)</b>						
Огурцы соленые (порциями)	42		5,46	50		6,50
Плов (крупа рисовая, мясо свинины, лук, морковь, масло раст.)	220		385,00	250		437,50
Чай с сахаром (чай, сахар)	200		60,00	200		60,00
Хлеб пшеничный	45		105,75	50		117,50
<b>Итого за завтрак</b>	<b>507</b>	<b>68,98</b>	<b>556,21</b>	<b>550</b>	<b>78,60</b>	<b>621,50</b>
<b>Обед</b>						
Салат "Солнечный" (картофель, морковь, кукуруза консерв., огурцы консерв., масло раст.)	60		78,22	100		130,37
Борщ с капустой и картофелем (свекла, капуста, картофель, морковь, лук, томатная паста, масло раст., сахар)	200		76,00	250		95,00
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		247,40	180		296,88
Компот из свежих плодов (яблоки, сахар)	200		142,00	200		142,00
Хлеб пшеничный	20		47,00	30		70,50
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	19		34,39	-		-
<b>Итого за обед</b>	<b>739</b>	<b>92,02</b>	<b>726,71</b>	<b>860</b>	<b>110,81</b>	<b>847,75</b>
<b>Обед (2 смена) (в т.ч. ОБЗ, УСП)</b>						
Салат "Солнечный" (картофель, морковь, кукуруза консерв., огурцы консерв., масло раст.)	65		84,74	100		130,37
Борщ с капустой и картофелем (свекла, капуста, картофель, морковь, лук, томатная паста, масло раст., сахар)	200		76,00	250		95,00
Плов (крупа рисовая, мясо свинины, лук, морковь, масло раст.)	220		385,00	230		402,50
Кисель с витаминами "Витошка"	200		74,00	200		74,00
Хлеб пшеничный	42		98,70	45		105,75
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	32		57,92	45		81,45
<b>Итого за обед</b>	<b>759</b>	<b>98,46</b>	<b>776,36</b>	<b>870</b>	<b>111,82</b>	<b>889,07</b>
<b>Полдник</b>						
Ряженца	200		112,52			
Ватрушки с творожным фаршем (творог, мука, сахар, масло слив., яйцо, дрожжи, масло раст.)	100		196,67			
<b>Итого за полдник</b>	<b>300</b>	<b>60,82</b>	<b>309,19</b>			
<b>Дополнительное питание (для завтрака)</b>						
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54,00			
Булочка с маком (мука, сахар, масло сл., дрожжи, мак, масло раст.)	100		275,00			
<b>Итого за дополнительное питание</b>	<b>280</b>	<b>9,32</b>	<b>329,00</b>			
<b>Дополнительное питание (для обеда 2 смены)</b>						
Чай с сахаром (чай, сахар)	190		57,00			
Булочка с маком (мука, сахар, масло сл., дрожжи, мак, масло раст.)	100		275,00			
<b>Итого за дополнительное питание</b>	<b>290</b>	<b>9,61</b>	<b>332,00</b>			

Зав. Производством: Сулова А.А.

*Сулова А.А.*



Калькулятор: Морозова А.В.

*Морозова А.В.*



Меню школьника  
Столовой общеобразовательной организации

24 января 2024 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)**

(в т.ч. УСП)

Бутерброд горячий (батон, сметана, масло, сыр)	75		162,28	75		162,28
Каша "Дружба" (крупа рисовая, крупа пшеничная, молоко, сахар, масло сл.)	200		226,20	250		282,75
Чай с молоком (чай, сахар, молоко сгущенное)	200		89,32	200		89,32
Хлеб пшеничный	28		65,80	25		58,75
<b>Итого за завтрак</b>	<b>503</b>	<b>68,98</b>	<b>543,60</b>	<b>550</b>	<b>75,00</b>	<b>593,10</b>

**Обед**

Салат "Радуга" (капуста, морковь, свекла, яблоки, сахар, лимон. кисл., масло раст.)	60		75,46	100		125,77
Рассольник ленинградский (картофель, морковь, лук, крупа перловая, огурцы конц., масло раст.)	250		120,75	250		120,75
Жаркое по-домашнему (мясо говядины, картофель, лук, томатная паста, масло сл.)	160		305,04	200		381,30
Чай апельсиновый (чай, апельсины, сахар)	200		94,08	200		94,08
Хлеб пшеничный	40		94,00	40		94,00
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	40		72,40	40		72,40
<b>Итого за обед</b>	<b>750</b>	<b>84,55</b>	<b>761,73</b>	<b>830</b>	<b>102,67</b>	<b>888,30</b>

**Обед (2 смена) (в т.ч. ОВЗ, УСП)**

(в т.ч. УСП)

Салат "Радуга" (капуста, морковь, свекла, яблоки, сахар, лимон. кисл., масло раст.)	60		75,46	100		125,77
Рассольник ленинградский (картофель, морковь, лук, крупа перловая, огурцы конц., масло раст.)	200		96,60	250		120,75
Жаркое по-домашнему (мясо говядины, картофель, лук, томатная паста, масло сл.)	195		371,77	200		381,30
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200		46,00	200		46,00
Хлеб пшеничный	40		94,00	40		94,00
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	26		47,06	40		72,40
<b>Итого за обед</b>	<b>721</b>	<b>98,46</b>	<b>730,89</b>	<b>830</b>	<b>108,34</b>	<b>840,22</b>

**Полдник**

Молоко кипяченое	200		106			
Булочка российская (мука, сахар, масло раст., яйцо)	50		174,17			
Фруктовая нарезка (яблоки)	50		23,50			
<b>Итого за полдник</b>	<b>300</b>	<b>37,84</b>	<b>303,67</b>			

**Дополнительное питание (для завтрака)**

Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54,00			
Бутерброд с маслом (масло сл., батон)	30		96,20			
<b>Итого за дополнительное питание</b>	<b>210</b>	<b>9,32</b>	<b>150,20</b>			

**Дополнительное питание (для обеда 2 смены)**

Чай с сахаром (чай, сахар)	200		60,00			
Бутерброд с маслом (масло сл., батон)	30		96,20			
<b>Итого за дополнительное питание</b>	<b>230</b>	<b>9,61</b>	<b>156,20</b>			

Зав. Производством: Сулова А.А.

Калькулятор: Морозова А.В.





Согласовано

Директор общеобразовательной организации

Меню школьника  
Столовой общеобразовательной организации

25 января 2024 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)
<b>Завтрак (в т.ч. ОВЗ, УСП)</b>						
Куриное филе тушеное в соусе (филе куриное, масло сл., лук, морковь, томатная паста, мука, чеснок, сметана)	103		164,80	100		160,00
Каша вязкая (гречневая) (крупа гречневая, масло сл.)	178		202,92	200		228,00
Чай с лимоном (чай, лимоны, сахар)	200		61,62	200		61,62
Хлеб пшеничный	40		94,00	50		117,50
<b>Итого за завтрак</b>	<b>521</b>	<b>68,98</b>	<b>523,34</b>	<b>550</b>	<b>69,39</b>	<b>567,12</b>
<b>Обед</b>						
Салат из белокочанной капусты (капуста, морковь, сахар, лимон кисл., масло раст.)	60		52,44	100		87,40
Суп "Кудрявый" (картофель, яйцо, лук, морковь, сметана, масло сл.)	200		99,42	250		124,28
Бифштекс "Нежность" (мясо говядины, мясо свинины, лук, капуста, хлеб, сухари, масло раст.)	90		197,73	100		219,70
Макаронные изделия отварные (макаронные изд., масло сл.)	160		235,20	180		264,60
Компот из смеси сухофруктов (сухофрукты, сахар)	200		113,79	200		113,79
Хлеб пшеничный	20		47,00	20		47,00
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20		36,20	20		36,20
<b>Итого за обед</b>	<b>750</b>	<b>99,81</b>	<b>781,78</b>	<b>870</b>	<b>114,36</b>	<b>892,97</b>
<b>Обед (2 смена)(в т.ч. ОВЗ, УСП)</b>						
Салат из белокочанной капусты (капуста, морковь, сахар, лимон кисл., масло раст.)	60		52,44	100		87,40
Суп "Кудрявый" (картофель, яйцо, лук, морковь, сметана, масло сл.)	250		124,28	250		124,28
Куриное филе тушеное в соусе (филе куриное, масло сл., лук, морковь, томатная паста, мука, чеснок, сметана)	102		163,20	100		160,00
Каша вязкая (гречневая) (крупа гречневая, масло сл.)	155		176,70	180		205,20
Компот из смеси сухофруктов (сухофрукты, сахар)	200		113,79	200		113,79
Хлеб пшеничный	40		94,00	43		101,05
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	40		72,40	40		72,40
<b>Итого за обед</b>	<b>847</b>	<b>98,46</b>	<b>796,81</b>	<b>913</b>	<b>101,46</b>	<b>864,12</b>
<b>Полдник</b>						
Ряженка	180		101,27			
Булочка с маком (мука, сахар, масло сл., дрожжи, мак, масло раст.)	50		137,50			
Фруктовая нарезка (яблоки)	70		32,90			
<b>Итого за полдник</b>	<b>300</b>	<b>45,10</b>	<b>271,67</b>			
<b>Дополнительное питание (для завтрака)</b>						
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54,00			
Сдоба обыкновенная (мука, сахар, масло сл., дрожжи, масло раст.)	64		199,47			
<b>Итого за дополнительное питание</b>	<b>244</b>	<b>9,32</b>	<b>253,47</b>			
<b>Дополнительное питание (для обеда)</b>						
Чай с сахаром (чай, сахар)	200		60,00			
Сдоба обыкновенная (мука, сахар, масло сл., дрожжи, масло раст.)	64		199,47			
<b>Итого за дополнительное питание</b>	<b>264</b>	<b>9,61</b>	<b>259,47</b>			

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

26 января 2024 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)
<b>Завтрак (в т.ч. ОВЗ, УСП)</b>						
"Ежики" с овощами (мясо говядины, мясо свинины, крупа рисовая, лук, морковь, яйцо, масло раст.)	94		175,47	120		224,00
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло слив.)	165		179,85	180		196,20
Чай с сахаром (чай, сахар)	200		60,00	200		60,00
Хлеб пшеничный	41		96,35	50		117,50
<b>Итого за завтрак</b>	<b>500</b>	<b>68,98</b>	<b>511,67</b>	<b>550</b>	<b>84,38</b>	<b>597,70</b>
<b>Обед</b>						
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
Компот из свежих плодов (яблоки, сахар)	200		142,00	200		142,00
Хлеб пшеничный	30		70,5	35		82,25
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30		54,30	35		63,35
<b>Итого за обед</b>	<b>700</b>	<b>90,69</b>	<b>781,58</b>	<b>840</b>	<b>112,24</b>	<b>875,90</b>
<b>Обед (2 смена) (в т.ч. ОВЗ, УСП)</b>						
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
"Ежики" с овощами (мясо говядины, мясо свинины, крупа рисовая, лук, морковь, яйцо, масло раст.)	110		205,33	100		186,67
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло слив.)	150		163,50	180		196,20
Компот из свежих плодов (яблоки, сахар)	200		142,00	200		142,00
Хлеб пшеничный	32		75,20	50		117,50
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20		36,20	40		72,40
<b>Итого за обед</b>	<b>772</b>	<b>98,46</b>	<b>760,81</b>	<b>920</b>	<b>105,81</b>	<b>918,07</b>
<b>Полдник</b>						
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200		92,00			
Корж молочный	60		239,00			
Фруктовая нарезка (яблоки)	50		23,50			
<b>Итого за полдник</b>	<b>310</b>	<b>40,36</b>	<b>354,50</b>			
<b>Дополнительное питание (для завтрака)</b>						
Чай с сахаром (чай, сахар)	200		60,00			
Бутерброд с сыром (сыр, хлеб)	30		77,00			
<b>Итого за дополнительное питание</b>	<b>230</b>	<b>9,32</b>	<b>137,00</b>			
<b>Дополнительное питание (для обеда 2 смены)</b>						
Чай с сахаром (чай, сахар)	190		57,00			
Бутерброд с сыром (сыр, хлеб)	32		82,13			
<b>Итого за дополнительное питание</b>	<b>222</b>	<b>9,61</b>	<b>139,13</b>			

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  
*И.В. Маманова*

Меню школьника  
Столовой общеобразовательной организации

27 января 2024 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)
<b>Завтрак (в т.ч. ОВЗ, УСП)</b>			<b>(в т.ч. УСП)</b>			
Сыр (порциями)	13		47,32	13		47,32
Каша пшенная вязкая (крупя пшенная, молоко, сахар, масло сл.)	200		209,00	250		261,25
Кисель с витаминами "Витошка"	200		74,00	200		74,00
Булочка ванильная (мука, масло раст., яйцо, дрожжи)	70		231,00	70		231,00
Хлеб пшеничный	33		77,55	20		47,00
<b>Итого за завтрак</b>	<b>516</b>	<b>68,98</b>	<b>638,87</b>	<b>553</b>	<b>74,31</b>	<b>660,57</b>
<b>Дополнительное питание</b>						
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54,00			
Гренки из пшеничного хлеба	50		177,13			
<b>Итого за дополнительное питание</b>	<b>230</b>	<b>9,32</b>	<b>231,13</b>			

Зав. Производством: Сулова А.А. *Сулова*  
Калькулятор: Морозова А.В. *Морозова*

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