



Согласовано

Директор общеобразовательной организации

Н.В. Шибанова

Меню школьника
Столовой общеобразовательной организации

11 декабря 2023 г.
понедельник (7 день)

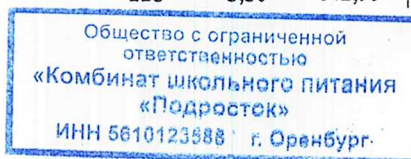
| Наименование блюд | 7 - 11 лет | | | 12 - 18 лет | | |
|---|-----------------|---------------------|--------------------------------|-----------------|---------------|--------------------------------|
| | Масса порции, г | Цена (руб) | Энергетическая ценность (ккал) | Масса порции, г | Цена (руб) | Энергетическая ценность (ккал) |
| Завтрак (в т.ч. ОБЗ, УСП) | | (в т.ч. УСП) | | | | |
| Фрикадельки куриные в соусе (1-й вариант) (филе куриное, мясо свинины, лук, морковь, хлеб, яйцо, мука, томат. паста, сахар, сметана, масло раст.) | 105 | | 154,02 | 105 | | 154,02 |
| Макаронные изделия отварные (макаронные изд., масло сл.) | 170 | | 249,90 | 205 | | 301,35 |
| Фруто-чай (апельсины, лимоны, курага, чай, сахар) | 200 | | 91,04 | 200 | | 91,04 |
| Хлеб пшеничный | 25 | | 58,75 | 50 | | 117,50 |
| Итого за завтрак | 500 | 65,80 | 553,71 | 560 | 69,77 | 663,91 |
| 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 |
| 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 |
| Итого за обед | 780 | 83,82 | 714,95 | 910 | 100,25 | 827,21 |
| Обед (2 смена) (в т.ч. ОБЗ, УСП) | | (в т.ч. УСП) | | | | |
| 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 |
| 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 | 110 | | 161,35 |
| Макаронные изделия отварные (макаронные изд., масло сл.) | 160 | | 235,20 | 180 | | 264,60 |
| Фруто-чай (апельсины, лимоны, курага, чай, сахар) | 200 | | 91,04 | 200 | | 91,04 |
| Хлеб пшеничный | 20 | | 47,00 | 50 | | 117,50 |
| Хлеб столовый (ржано-пшеничный) | 20 | | 36,20 | 45 | | 81,45 |
| Итого за обед | 770 | 93,80 | 727,96 | 935 | 109,33 | 936,47 |
| Полдник | | | | | | |
| Молоко кипяченое | 180 | | 95,40 | | | |
| Булочка домашняя (мука, сахар, масло сл., яйцо, дрожжи, масло раст.) | 50 | | 194,17 | | | |
| Фруктовая нарезка (яблоки) | 70 | | 32,90 | | | |
| Итого за полдник | 300 | 42,23 | 322,47 | | | |
| Дополнительное питание | | | | | | |
| Чай | 180 | | 2,70 | | | |
| Сдоба обыкновенная (мука, сахар, масло сл., дрожжи, масло раст.) | 45 | | 140,25 | | | |
| Итого за дополнительное питание | 225 | 5,50 | 142,95 | | | |

Зав. Производством: Сулова А.А.

Сулова А.А.

Калькулятор: Морозова А.В.

Морозова А.В.



Общество с ограниченной
ответственностью
«Комбинат школьного питания
«Подросток»
ИНН 5610123888 г. Оренбург



Меню школьника
Столовой общеобразовательной организации

12 декабря 2023 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) |
| <i>Завтрак (в т.ч. ОВЗ, УСП)</i> | | | <i>(в т.ч. УСП)</i> | | | |
| Бутерброд горячий (батон, сметана, сыр, масло сл.) | 70 | | 151,46 | 70 | | 151,46 |
| Каша рисовая вязкая (крупа рисовая, молоко, сахар, масло сл.) | 200 | | 228,00 | 245 | | 279,30 |
| Чай с молоком (чай, молоко сгущенное, сахар) | 200 | | 89,32 | 200 | | 89,32 |
| Хлеб пшеничный | 40 | | 94,00 | 35 | | 82,25 |
| Итого за завтрак | 510 | 65,80 | 562,78 | 550 | 71,55 | 602,33 |
| <i>Обед</i> | | | | | | |
| 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) | 200 | | 76,00 | 250 | | 95,00 |
| 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 |
| Компот из свежих плодов (яблок) (яблоки, лимон.кисл., сахар) | 200 | | 142,00 | 200 | | 142,00 |
| Хлеб пшеничный | 35 | | 82,25 | 40 | | 94,00 |
| Хлеб столовый (ржано-пшеничный) | 30 | | 54,30 | 35 | | 63,35 |
| Итого за обед | 765 | 92,78 | 777,45 | 905 | 109,28 | 922,61 |
| <i>Обед (2 смена)(в т.ч. ОВЗ, УСП)</i> | | | <i>(в т.ч. УСП)</i> | | | |
| 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 |
| 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.) | 160 | | 174,40 | 180 | | 196,20 |
| Компот из свежих плодов (яблок) (яблоки, лимон.кисл., 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 | 800 | 93,80 | 754,00 | 880 | 108,11 | 871,96 |
| <i>Полдник</i> | | | | | | |
| Раженка | 200 | | 112,52 | | | |
| Булочка с маком (мука, сахар, масло сл., дрожжи, мак, масло раст.) | 50 | | 137,50 | | | |
| Фруктовая нарезка (яблоки) | 50 | | 23,50 | | | |
| Итого за полдник | 300 | 43,41 | 273,52 | | | |
| <i>Дополнительное питание</i> | | | | | | |
| Чай с сахаром (чай, сахар) | 190 | | 57,00 | | | |
| Булочка с маком (мука, сахар, масло сл., дрожжи, мак, масло раст.) | 45 | | 123,75 | | | |
| Итого за дополнительное питание | 235 | 5,50 | 180,75 | | | |

Зав. Производством: Суслова А.А.

Калькулятор: Морозова А.В.





Согласовано

Директор общеобразовательной организации

Н.В. Ромашкина

Меню школьника
Столовой общеобразовательной организации

13 декабря 2023 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. ОВЗ, УСП) | | | (в т.ч. УСП) | | | |
| Тефтели (1-й вариант) (мясо говядины, хлеб, лук, морковь, масло сл., мука, сахар, томат паста, масло раст.) | 100 | | 232,67 | 100 | | 232,67 |
| Каша вязкая (гречневая) (крупа гречневая, масло сл.) | 175 | | 199,50 | 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 | 510 | 65,80 | 607,22 | 550 | 68,12 | 670,97 |
| Обед | | | | | | |
| Салат витаминный (капуста, яблоки, морковь, сахар, лимон. кисл., масло раст.) | 60 | | 82,80 | 100 | | 138,00 |
| Рассольник ленинградский (картофель, морковь, лук, крупа перловая, огурцы конс., масло раст.) | 200 | | 96,60 | 250 | | 120,75 |
| 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 |
| Лимонный напиток (лимоны, сахар) | 200 | | 89,60 | 200 | | 89,60 |
| Хлеб пшеничный | 25 | | 58,75 | 30 | | 70,50 |
| Хлеб столовый (ржано-пшеничный) | 20 | | 36,20 | 30 | | 54,30 |
| Итого за обед | 745 | 82,90 | 713,05 | 890 | 98,34 | 883,03 |
| Обед (2 смена)(в т.ч. ОВЗ, УСП) | | | (в т.ч. УСП) | | | |
| Салат витаминный (капуста, яблоки, морковь, сахар, лимон. кисл., масло раст.) | 60 | | 82,80 | 100 | | 138,00 |
| Рассольник ленинградский (картофель, морковь, лук, крупа перловая, огурцы конс., масло раст.) | 210 | | 101,43 | 250 | | 120,75 |
| Тефтели (1-й вариант) (мясо говядины, хлеб, лук, морковь, масло сл., мука, сахар, томат паста, масло раст.) | 100 | | 232,67 | 100 | | 232,67 |
| Каша вязкая (гречневая) (крупа гречневая, масло сл.) | 153 | | 174,42 | 180 | | 205,20 |
| Соки овощные, фруктовые и ягодные | 200 | | 46,00 | - | | - |
| Лимонный напиток (лимоны, сахар) | - | | - | 200 | | 89,60 |
| Хлеб пшеничный | 45 | | 105,75 | 35 | | 82,25 |
| Хлеб столовый (ржано-пшеничный) | 43 | | 77,83 | 35 | | 63,35 |
| Итого за обед | 811 | 93,80 | 820,90 | 900 | 92,56 | 931,82 |
| 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 | | | |
| Фруктовая нарезка (яблоки) | 50 | | 23,50 | | | |
| Итого за полдник | 300 | 40,55 | 287,83 | | | |
| Дополнительное питание | | | | | | |
| Чай с сахаром (чай, сахар) | 180 | | 54,00 | | | |
| Булочка молочная (мука, масло раст., молоко, дрожжи) | 45 | | 114,75 | | | |
| Итого за дополнительное питание | 225 | 5,50 | 168,75 | | | |

Зав. Производством: Сулова А.А.

Сулова А.А.

Калькулятор: Морозова А.В.

Морозова А.В.





Согласовано

Директор общеобразовательной организации

МОАУ «СОШ №35»

Н.В. Давыдова

Меню школьника
Столовой общеобразовательной организации

14 декабря 2023 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) |
| <i>Завтрак (в т.ч. ОБЗ, УСП)</i> | | | <i>(в т.ч. УСП)</i> | | | |
| Огурцы соленые (порциями) | 21 | | 2,73 | 50 | | 6,50 |
| Плов из филе птицы (филе куриное, крупа рисовая, лук, морковь, масло раст.) | 230 | | 402,76 | 250 | | 437,78 |
| Чай с сахаром (чай, сахар) | 200 | | 60,00 | 200 | | 60,00 |
| Хлеб пшеничный | 50 | | 117,50 | 50 | | 117,50 |
| Итого за завтрак | 501 | 65,80 | 582,99 | 550 | 79,02 | 621,78 |
| <i>Обед</i> | | | | | | |
| Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком (картофель, огурцы, зеленый горошек, лук, масло раст.) | 60 | | 59,40 | 100 | | 99,00 |
| 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 | | 153,49 | 100 | | 170,54 |
| Макаронные изделия отварные (макаронные изд., масло сл.) | 150 | | 220,50 | 185 | | 271,95 |
| Компот из смеси сухофруктов (сухофрукты, сахар) | 200 | | 113,79 | 200 | | 113,79 |
| Хлеб пшеничный | 25 | | 58,75 | 40 | | 94,00 |
| Хлеб столовый (ржано-пшеничный) | 20 | | 36,20 | 25 | | 45,25 |
| Итого за обед | 745 | 97,97 | 708,53 | 900 | 117,71 | 877,53 |
| <i>Обед (2 смена)(в т.ч. ОБЗ, УСП)</i> | | | <i>(в т.ч. УСП)</i> | | | |
| Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком (картофель, огурцы, зеленый горошек, лук, масло раст.) | 60 | | 59,40 | 100 | | 99,00 |
| Щи из свежей капусты с картофелем (капуста, картофель, морковь, лук, масло раст., томатная паста) | 250 | | 83,00 | 250 | | 83,00 |
| Плов из филе птицы (филе куриное, крупа рисовая, лук, морковь, масло раст.) | 220 | | 385,24 | 220 | | 385,24 |
| Кисель с витаминами "Витощка" | 185 | | 68,45 | - | | - |
| Компот из смеси сухофруктов (сухофрукты, сахар) | - | | - | 200 | | 113,79 |
| Хлеб пшеничный | 35 | | 82,25 | 45 | | 105,75 |
| Хлеб столовый (ржано-пшеничный) | 33 | | 59,73 | 45 | | 81,45 |
| Итого за обед | 783 | 93,80 | 738,07 | 860 | 93,16 | 868,23 |
| <i>Полдник</i> | | | | | | |
| Соки овощные, фруктовые и ягодные | 200 | | 92,00 | | | |
| Корж молочный (мука, сахар, масло сл., яйцо, разрыхлитель, молоко, ванилин) | 60 | | 239,00 | | | |
| Фруктовая нарезка (яблоки) | 50 | | 23,50 | | | |
| Итого за полдник | 310 | 40,24 | 354,50 | | | |
| <i>Дополнительное питание</i> | | | | | | |
| Чай с сахаром (чай, сахар) | 180 | | 54,00 | | | |
| Булочка российская (мука, сахар, масло раст., яйцо) | 40 | | 139,20 | | | |
| Итого за дополнительное питание | 220 | 5,50 | 193,20 | | | |

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

МОАУ

«СОШ №35»

Н.В. Колотанова

Меню школьника
Столовой общеобразовательной организации

15 декабря 2023 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) |
| <i>Завтрак (в т.ч. ОБЗ, УСП)</i> | | | <i>(в т.ч. УСП)</i> | | | |
| Мясные шарики с овощами (филе куриное, мясо говядины, мясо свинины, крупа рисовая, лук, морковь, яйцо, масло раст.) | 97 | | 214,48 | 120 | | 265,33 |
| Каша вязкая (пшеничная) (крупа пшеничная, масло сл.) | 170 | | 202,30 | 180 | | 214,20 |
| Чай апельсиновый (чай, апельсины, сахар) | 200 | | 94,08 | 200 | | 94,08 |
| Хлеб пшеничный | 36 | | 84,60 | 50 | | 117,50 |
| Итого за завтрак | 503 | 65,80 | 595,46 | 550 | 78,31 | 691,11 |
| <i>Обед</i> | | | | | | |
| Салат "Солнечный"(картофель, морковь, кукуруза конс., огурцы, масло раст.) | 60 | | 78,22 | 100 | | 130,37 |
| 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 свежих плодов (яблок) (яблоки, лимон.кисл., сахар) | 200 | | 142,00 | 200 | | 142,00 |
| Хлеб пшеничный | 30 | | 70,50 | 35 | | 82,25 |
| Хлеб столовый (ржано-пшеничный) | 25 | | 45,25 | 30 | | 54,30 |
| Итого за обед | 715 | 78,12 | 825,47 | 835 | 94,24 | 963,54 |
| <i>Обед (2 смена)(в т.ч. ОБЗ, УСП)</i> | | | <i>(в т.ч. УСП)</i> | | | |
| Салат "Солнечный"(картофель, морковь, кукуруза конс., огурцы, масло раст.) | 60 | | 78,22 | 100 | | 130,37 |
| Суп картофельный с бобовыми (картофель, горох, лук, морковь, масло раст.) | 200 | | 107,80 | 250 | | 134,75 |
| Мясные шарики с овощами (филе куриное, мясо говядины, мясо свинины, крупа рисовая, лук, морковь, яйцо, масло раст.) | 115 | | 254,28 | 115 | | 254,28 |
| Каша вязкая (пшеничная) (крупа пшеничная, масло сл.) | 155 | | 184,45 | 180 | | 214,20 |
| Компот из свежих плодов (яблоки, лимон.кисл., сахар) | 200 | | 142,00 | 200 | | 142,00 |
| Хлеб пшеничный | 20 | | 47,00 | 20 | | 47,00 |
| Хлеб столовый (ржано-пшеничный) | - | | - | 20 | | 36,20 |
| Итого за обед | 750 | 93,80 | 813,75 | 885 | 107,80 | 958,80 |
| <i>Полдник</i> | | | | | | |
| Ряженка | 200 | | 112,52 | | | |
| Ватрушки с творожным фаршем (творог, мука, сахар, масло слив., яйцо, дрожжи, масло раст.) | 100 | | 196,67 | | | |
| Итого за полдник | 300 | 60,12 | 309,19 | | | |
| <i>Дополнительное питание</i> | | | | | | |
| Чай с сахаром (чай, сахар) | 180 | | 54,00 | | | |
| Булочка школьная (мука, сахар, масло раст., дрожжи, масло сл.) | 45 | | 128,70 | | | |
| Итого за дополнительное питание | 225 | 5,50 | 182,70 | | | |

Зав. Производством: Суслова А.А.

Калькулятор: Морозова А.В.





Согласовано
Директор общеобразовательной организации

Н.В. Подштанова

Меню школьника
Столовой общеобразовательной организации

16 декабря 2023 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) |
| <i>Завтрак (в т.ч. ОВЗ, УСП)</i> | | | <i>(в т.ч. УСП)</i> | | | |
| Бутерброд горячий (батон, сметана, сыр, масло сл.) | 75 | | 162,28 | 75 | | 162,28 |
| Каша пшенная вязкая (крупа пшенная, молоко, сахар, масло сл.) | 200 | | 250,00 | 240 | | 358,80 |
| Фруто-чай (апельсины, лимоны, курага, чай, сахар) | 200 | | 91,04 | 200 | | 91,04 |
| Хлеб пшеничный | 28 | | 65,80 | 35 | | 82,25 |
| Итого за завтрак | 503 | 65,80 | 569,12 | 550 | 70,71 | 694,37 |
| <i>Дополнительное питание</i> | | | | | | |
| Чай | 200 | | 3,00 | | | |
| Гренки из пшеничного хлеба | 35 | | 145,95 | | | |
| Итого за дополнительное питание | 235 | 5,50 | 148,95 | | | |

Зав. Производством: Суслова А.А.

Суслова А.А.

Калькулятор: Морозова А.В.

Морозова А.В.

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