



Меню школьника  
Столовой общеобразовательной организации

21 октября 2024 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)
<b>Завтрак (в т.ч. ОВЗ, УСП)</b>			<b>(в т.ч. УСП)</b>			
Фрикадельки куриные в соусе (1-й вариант) (филе куриное, мясо свинины, лук, морковь, хлеб, яйцо, мука, томат. паста, сахар, сметана, масло раст.)	100		146,68	100		146,68
Макаронные изделия отварные (макаронные изд., масло сл.)	160		235,20	200		294,00
Фруто-чай (апельсины, лимоны, курага, чай, сахар)	200		91,04	200		91,04
Хлеб пшеничный	50		117,50	50		117,50
<b>Итого за завтрак</b>	<b>510</b>	<b>68,98</b>	<b>590,42</b>	<b>550</b>	<b>70,33</b>	<b>649,22</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 "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) (крупка пшеничная, масло сл.)	150		178,50	180		214,20
Чай апельсиновый (чай, апельсины, сахар)	200		94,08	200		94,08
Хлеб пшеничный	30		70,50	40		94,00
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30		54,30	30		54,30
<b>Итого за обед</b>	<b>760</b>	<b>86,86</b>	<b>673,35</b>	<b>900</b>	<b>100,11</b>	<b>809,11</b>
<b>Обед (2 смена) (в т.ч. ОВЗ, УСП)</b>			<b>(в т.ч. УСП)</b>			
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.)	150		220,50	180		264,60
Чай апельсиновый (чай, апельсины, сахар)	200		94,08	200		94,08
Хлеб пшеничный	30		70,50	40		94,00
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30		54,30	40		72,40
<b>Итого за обед</b>	<b>780</b>	<b>98,46</b>	<b>757,90</b>	<b>920</b>	<b>105,55</b>	<b>906,96</b>
<b>Полдник</b>						
Молоко кипяченое	200		106,00			
Вафли	40		140,00			
Фруктовая нарезка (апельсины)	100		43,00			
<b>Итого за полдник</b>	<b>340</b>	<b>63,83</b>	<b>289,00</b>			
<b>Дополнительное питание (для завтрака)</b>						
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54,00			
Бутерброд с маслом (масло сл., хлеб)	25		80,16			
<b>Итого за дополнительное питание</b>	<b>205</b>	<b>9,32</b>	<b>134,16</b>			
<b>Дополнительное питание (для обеда 2 смены)</b>						
Чай с сахаром (чай, сахар)	200		60,00			
Бутерброд с маслом (масло сл., хлеб)	25		80,16			
<b>Итого за дополнительное питание</b>	<b>225</b>	<b>9,61</b>	<b>140,16</b>			

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

22 октября 2024 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)
<b>Завтрак (в т.ч. ОВЗ, УСП)</b>						
Бутерброд горячий (батон, сметана, сыр, масло сл.)	65		140,64	<b>(в т.ч. УСП)</b>		
Каша рисовая вязкая (крупа рисовая, молоко, сахар, масло сл.)	200		228,00	65		140,64
Чай с молоком (чай, молоко сгущенное, сахар)	200		89,32	245		279,30
Хлеб пшеничный	40		94,00	200		89,32
<b>Итого за завтрак</b>	<b>505</b>	<b>68,98</b>	<b>551,96</b>	<b>550</b>	<b>92,02</b>	<b>603,26</b>
<b>Обед</b>						
Салат "Фантазия" (картофель, морковь, лук, огурцы, 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
Жаркое по-домашнему (мясо говядины, картофель, лук, томатная паста масло сл.)	180		343,17	200		381,30
Компот из свежих плодов (яблоки, лимон.кисл., сахар)	200		142,00	200		142,00
Хлеб пшеничный	30		70,50	30		70,50
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30		54,30	30		54,30
<b>Итого за обед</b>	<b>700</b>	<b>98,46</b>	<b>764,86</b>	<b>810</b>	<b>122,29</b>	<b>874,59</b>
<b>Обед (2 смена)(в т.ч. ОВЗ, УСП)</b>						
<b>(в т.ч. УСП)</b>						
Салат "Фантазия" (картофель, морковь, лук, огурцы, 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
Жаркое по-домашнему (мясо говядины, картофель, лук, томатная паста масло сл.)	180		343,17	200		381,30
Компот из свежих плодов (яблоки, лимон.кисл., сахар)	200		142,00	200		142,00
Хлеб пшеничный	30		70,50	30		70,50
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30		54,30	30		54,30
<b>Итого за обед</b>	<b>700</b>	<b>98,46</b>	<b>764,86</b>	<b>810</b>	<b>122,29</b>	<b>874,59</b>
<b>Полдник</b>						
Ряженка	180		101,27			
Печенье	40		166,80			
Фруктовая нарезка (яблоки)	100		47,00			
<b>Итого за полдник</b>	<b>320</b>	<b>51,49</b>	<b>315,07</b>			
<b>Дополнительное питание (для завтрака)</b>						
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54,00			
Бутерброд с сыром (сыр, хлеб)	30		77,00			
<b>Итого за дополнительное питание</b>	<b>210</b>	<b>9,32</b>	<b>131,00</b>			
<b>Дополнительное питание (для обеда 2 смены)</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>9,61</b>	<b>137,00</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

МОАУ «СОШ №35»

И.В. Родионова

Меню школьника  
Столовой общеобразовательной организации

23 октября 2024 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)
<b>Завтрак (в т.ч. ОВЗ, УСП)</b>						
<i>(в т.ч. УСП)</i>						
Тефтели (1-й вариант) (мясо говядины, хлеб, лук, морковь, мука, сахар, томат паста, масло раст.)	90		209,40	95		221,03
Каша вязкая (гречневая) (крупа гречневая, масло сл.)	200		228,00	205		233,70
Фруктовый чай с яблоком (чай, яблоки, сахар)	200		92,80	200		92,80
Хлеб пшеничный	40		94,00	50		117,50
<b>Итого за завтрак</b>	<b>530</b>	<b>68,98</b>	<b>624,20</b>	<b>550</b>	<b>74,43</b>	<b>665,03</b>
<b>Обед</b>						
Салат витаминный (капуста, яблоки, морковь, сахар, лимон. кисл., масло раст.)	60		82,80	100		138,00
Рассольник ленинградский (картофель, морковь, лук, крупа перловая, огурцы консерв., 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 (лимон, сахар)	200		89,60	200		89,60
Хлеб пшеничный	30		70,50	40		94,00
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30		54,30	40		72,40
<b>Итого за обед</b>	<b>760</b>	<b>93,77</b>	<b>742,90</b>	<b>910</b>	<b>107,05</b>	<b>924,63</b>
<b>Обед (2 смена)(в т.ч. ОВЗ, УСП)</b>						
<i>(в т.ч. УСП)</i>						
Салат витаминный (капуста, яблоки, морковь, сахар, лимон. кисл., масло раст.)	60		82,80	100		138,00
Рассольник ленинградский (картофель, морковь, лук, крупа перловая, огурцы консерв., масло раст.)	200		96,60	250		120,75
Тефтели (1-й вариант) (мясо говядины, хлеб, лук, морковь, мука, сахар, томат паста, масло раст.)	90		209,40	100		232,67
Каша вязкая (гречневая) (крупа гречневая, масло сл.)	150		171,00	180		205,20
Лимонный напиток (лимон, сахар)	200		89,60	200		89,60
Хлеб пшеничный	30		70,50	30		70,50
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30		54,30	30		54,30
<b>Итого за обед</b>	<b>760</b>	<b>98,46</b>	<b>774,20</b>	<b>890</b>	<b>112,73</b>	<b>911,02</b>
<b>Полдник</b>						
Молоко кипяченое	200		106,00			
Пряники	50		183,00			
Фруктовая нарезка (яблоки)	100		47,00			
<b>Итого за полдник</b>	<b>350</b>	<b>45,05</b>	<b>336,00</b>			
<b>Дополнительное питание (для завтрака)</b>						
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54,00			
Бутерброд с маслом (масло сл., хлеб)	25		80,16			
<b>Итого за дополнительное питание</b>	<b>205</b>	<b>9,32</b>	<b>134,16</b>			
<b>Дополнительное питание (для обеда 2 смены)</b>						
Чай с сахаром (чай, сахар)	200		60,00			
Бутерброд с маслом (масло сл., хлеб)	25		80,16			
<b>Итого за дополнительное питание</b>	<b>225</b>	<b>9,61</b>	<b>140,16</b>			

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

Зав. Производством: Суслова А.А.

Калькулятор: Морозова А.Б.



Меню школьника  
 Столовой общеобразовательной организации

24 октября 2024 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)
<b>Завтрак (в т.ч. ОВЗ, УСП)</b>						
Помидоры свежие (порциями)	50		12,00	50		12,00
Плов из филе птицы (филе куриное, крупа рисовая, лук, морковь, масло раст.)	200		350,22	250		437,78
Чай с сахаром (чай, сахар)	200		60,00	200		60,00
Хлеб пшеничный	50		117,50	50		117,50
<b>Итого за завтрак</b>	<b>500</b>	<b>68,98</b>	<b>539,72</b>	<b>550</b>	<b>79,37</b>	<b>627,28</b>
<b>Обед</b>						
Салат из свежих огурцов (огурцы, масло раст.)	60		61,20	100		102,00
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	180		264,60
Компот из смеси сухофруктов (сухофрукты, сахар)	200		113,79	200		113,79
Хлеб пшеничный	30		70,50	40		94,00
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30		54,30	40		72,40
<b>Итого за обед</b>	<b>760</b>	<b>107,71</b>	<b>740,18</b>	<b>910</b>	<b>123,80</b>	<b>900,33</b>
<b>Обед (2 смена)(в т.ч. ОВЗ, УСП)</b>						
Салат из свежих огурцов (огурцы, масло раст.)	60		61,20	100		102,00
Щи из свежей капусты с картофелем (капуста, картофель, морковь, лук, масло раст., томатная паста)	200		66,40	250		83,00
Плов из филе птицы (филе куриное, крупа рисовая, лук, морковь, масло раст.)	220		385,24	225		394,00
Компот из смеси сухофруктов (сухофрукты, сахар)	200		113,79	200		113,79
Хлеб пшеничный	30		70,50	40		94,00
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30		54,30	40		72,40
<b>Итого за обед</b>	<b>740</b>	<b>98,46</b>	<b>751,43</b>	<b>855</b>	<b>115,00</b>	<b>859,19</b>
<b>Полдник</b>						
Ряженка	180		101,27			
Вафли	40		140,00			
Фруктовая нарезка (яблоки)	100		47,00			
<b>Итого за полдник</b>	<b>320</b>	<b>59,23</b>	<b>288,27</b>			
<b>Дополнительное питание (для завтрака)</b>						
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54,00			
Бутерброд с сыром (сыр, хлеб)	30		77,00			
<b>Итого за дополнительное питание</b>	<b>210</b>	<b>9,32</b>	<b>131,00</b>			
<b>Дополнительное питание (для обеда 2 смены)</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>9,61</b>	<b>137,00</b>			

Зав. Производством: Сулова А.А.

Калькулятор: Морозова А.В.

*Сулова А.А.*  
*Морозова А.В.*

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





Меню школьника  
 Столовой общеобразовательной организации

25 октября 2024 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)
<b>Завтрак (в т.ч. ОВЗ, УСП)</b>						
Мясные шарики с овощами (филе куриное, мясо говядины, мясо свинины, крупа рисовая, лук, морковь, яйцо, масло раст.)	95		210,06	120		265,33
Пюре картофельное (картофель, молоко, масло сл.)	155		168,95	180		196,20
Чай апельсиновый (чай, апельсины, сахар)	200		94,08	200		94,08
Хлеб пшеничный	50		117,50	50		117,50
<b>Итого за завтрак</b>	<b>500</b>	<b>68,98</b>	<b>590,59</b>	<b>550</b>	<b>108,86</b>	<b>673,11</b>
<b>Обед</b>						
Салат "Радуга"(капуста, морковь, свекла, 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 свежих плодов (яблок) (яблоки, лимон.кисл., сахар)	200		142,00	200		142,00
Хлеб пшеничный	30		70,50	40		94,00
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30		54,30	40		72,40
<b>Итого за обед</b>	<b>720</b>	<b>74,23</b>	<b>831,76</b>	<b>850</b>	<b>83,91</b>	<b>988,79</b>
<b>Обед (2 смена)(в т.ч. ОВЗ, УСП)</b>						
Салат "Радуга"(капуста, морковь, свекла, 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
Мясные шарики с овощами (филе куриное, мясо говядины, мясо свинины, крупа рисовая, лук, морковь, яйцо, масло раст.)	120		265,33	120		265,33
Пюре картофельное (картофель, молоко, масло сл.)	150		163,50	180		196,20
Компот из свежих плодов (яблоки, лимон.кисл., сахар)	200		142,00	200		142,00
Хлеб пшеничный	30		70,50	30		70,50
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30		54,30	30		54,30
<b>Итого за обед</b>	<b>790</b>	<b>98,46</b>	<b>878,89</b>	<b>910</b>	<b>127,20</b>	<b>988,85</b>
<b>Полдник</b>						
Молоко кипяченое	180		95,4			
Печенье	40		166,80			
Фруктовая нарезка (апельсины)	100		43,00			
<b>Итого за полдник</b>	<b>320</b>	<b>54,06</b>	<b>305,20</b>			
<b>Дополнительное питание (для завтрака)</b>						
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54,00			
Бутерброд с маслом (масло сл., хлеб)	25		80,16			
<b>Итого за дополнительное питание</b>	<b>205</b>	<b>9,32</b>	<b>134,16</b>			
<b>Дополнительное питание (для обеда 2 смены)</b>						
Чай с сахаром (чай, сахар)	200		60,00			
Бутерброд с маслом (масло сл., хлеб)	25		80,16			
<b>Итого за дополнительное питание</b>	<b>225</b>	<b>9,61</b>	<b>140,16</b>			

Зав. Производством: Суслова А.А.

Калькулятор: Морозова А.В.

Общество с ограниченной ответственностью  
 «Комбинат школьного питания Подросток»

ИНН 5610123588

г. Оренбург