

Утверждаю

И.П. Белоусова

Директор

Согласовано

№ 37

## МЕНЮ

на « 6 » февраля 2023 год

1 день

№ п/п	Завтрак с 7 до 11 лет	Выход порций, г	Ккал	Цена, руб.
1	Каша молочная овсяная	150	221,84	91,83
2	Сыр, масло сливочное	20/10	72,8/56,9	
3	Чай с лимоном	200	40,9	
4	Хлеб пшеничный	35	82,25	
5	Хлеб ржаной	20	42,8	
6	Яблоко	100	43	

№ п/п	Завтрак с 11 лет и старше	Выход порций, г	Ккал	Цена, руб.
1	Каша молочная овсяная	200	295,52	98,91
2	Сыр, масло сливочное	20/10	72,8/56,6	
3	Чай с лимоном	200	40,9	
4	Хлеб пшеничный	40	94	
5	Хлеб ржаной	30	64,2	
6	Яблоко	100	43	

№ п/п	Завтрак для учеников с ОВЗ	Выход порций, г	Ккал	Цена, руб.
1.	Каша молочная овсяная	150	221,84	91,83
2.	Сыр, масло сливочное	20/10	72,8/56,6	
3.	Чай с лимоном	200	40,9	
4.	Хлеб пшеничный	35	82,25	
5.	Хлеб ржаной	20	42,8	
6.	Яблоко	100	43	

№ п/п	Обед с 7 до 11 лет	Выход порций, г	Ккал	Цена, руб.
1	Рассольник	200	93,02	122,28
2	Икра кабачковая	60	54	
3	Каша гречневая с маслом	150	241,36	
4	Печень тушеная с соусом	100	159	
5	Сок фруктовый, яблоко	200 / 100	84,44 / 43	
6	Хлеб пшеничный, ржаной	20 / 30	47 / 64,2	

№ п/п	Обед для учеников с ОВЗ	Выход порций, г	Ккал	Цена, руб.
1.	Рассольник	200 / 250	93,02 / 116,27	122,28 / 138,71
2.	Икра кабачковая	60 / 100	54 / 90	
3.	Каша гречневая с маслом	150 / 180	241,36 / 289,62	
4.	Печень тушеная с соусом	100	159	
5.	Сок фруктовый	200	84,44	
6.	Хлеб пшеничный, ржаной	20 / 30	47 / 64,2	

№ п/п	Полдник для учеников с ОВЗ	Выход порций, г	Ккал	Цена, руб.
1.	Сыр, масло сливочное	20/10	72,8/56,6	63,92 / 70,97
2.	Чай с лимоном	200	40,9	
3.	Хлеб пшеничный	20/40	94/47	
4.	Яблоко	100	43	

Старший повар

Александр Александрович А. П.

Утверждаю

И.П. Белоусова

Директор

Согласовано

№ 37

## МЕНЮ

на « 12 » февраля 2023 год

## 2 день

№ п/п	Завтрак с 7 до 11 лет	Выход порций, г	Ккал	Цена, руб.
1	Салат из свеклы с яблоками	60	62,34	91,83
2	Птица запечённая с соусом	100	209,89	
3	Каша пшеничная с маслом	120	120	
4	Компот из сухофруктов	200	63,2	
5	Хлеб пшеничный, ржаной	35/20	82,25/42,8	

№ п/п	Завтрак с 11 лет и старше	Выход порций, г	Ккал	Цена, руб.
1	Салат из свеклы с яблоками	75	77,93	98,91
2	Птица запечённая с соусом	100	209,89	
3	Каша пшеничная с маслом	180	180	
4	Компот из сухофруктов	200	63,2	
5	Хлеб пшеничный, ржаной	40/30	94/64,2	

№ п/п	Завтрак для учеников с ОВЗ	Выход порций, г	Ккал	Цена, руб.
1.	Запеканка из творога со сметаной	150/20/160	273,01/291,22	91,83
2.	Какао с молоком	200	106,58	
3.	Хлеб пшеничный	35/40	82,25/94	
4.	Яблоко	100	44	

№ п/п	Обед с 7 до 11 лет	Выход порций, г	Ккал	Цена, руб.
1	Борщ	200	146,9	122,28
2	Салат из свеклы с яблоками	60	62,34	
3	Птица запечённая с соусом	100	209,89	
4	Каша пшеничная с маслом	150	150	
5	Компот из сухофруктов	200	63,2	
6	Хлеб пшеничный, ржаной	20/30	47/64,2	

№ п/п	Обед для учеников с ОВЗ	Выход порций, г	Ккал	Цена, руб.
1.	Борщ	200/250	146,9/183,62	122,28/
2.	Салат из свеклы с яблоками	60/100	62,34/103,9	138,71
3.	Птица запечённая с соусом	100	209,89	
4.	Каша пшеничная с маслом	150/180	150/180	
5.	Компот из сухофруктов	200	63,9	
6.	Хлеб пшеничный, ржаной	20/40/30/40	47/64,2/94/85,8	

№ п/п	Полдник для учеников с ОВЗ	Выход порций, г	Ккал	Цена, руб.
1.	Запеканка из творога со сметаной	90/10	163,61	63,92/
2.	Чай с сахаром	200	39,24	70,97
3.	Хлеб пшеничный	20/30	47/64,08	
4.	Яблоко	100	47	

Старший повар

Александр Александрович Таркавченко А.П.

Утверждаю

И.П. Белоусова

Согласовано

Директор МАОУ МО № 34

Работник

## МЕНЮ

на « 8 » февраля 2023 год

3 день

№ п/п	Завтрак с 7 до 11 лет	Выход порций, г	Ккал	Цена, руб.
1	Зелёный горошек	40	16	91,83
2	Котлета рыбная с маслом	100/5	147,17	
3	Рис отварной	80	11,84	
4	Компот из яблок	200	64,22	
5	Хлеб ржаной, кекс	20/65	42,8/182	

№ п/п	Завтрак с 11 лет и старше	Выход порций, г	Ккал	Цена, руб.
1	Зелёный горошек	75	30	98,91
2	Котлета рыбная с маслом	100/5	147,17	
3	Рис отварной	180	251,64	
4	Компот из яблок	200		
5	Хлеб пшеничный, кекс	40/65	94/182	

№ п/п	Завтрак для учеников с ОВЗ	Выход порций, г	Ккал	Цена, руб.
1.	Помидор, огурец солёный	40/100	7,96/19,9	91,83
2.	Омлет	150/200	162,31/216,42	
3.	Чай с лимоном	200	40,9	
4.	Хлеб пшеничный, кекс	45/40/65	96,12/94/182	

№ п/п	Обед с 7 до 11 лет	Выход порций, г	Ккал	Цена, руб.
1	Суп-лапша домашняя	200	95,5	122,28
2	Зелёный горошек	60	24	
3	Котлета рыбная с маслом	100/5	147,17	
4	Рис отварной	150	209,7	
5	Компот из яблок	200	64,22	
6	Хлеб ржаной, кекс	30/65	64,2/182	

№ п/п	Обед для учеников с ОВЗ	Выход порций, г	Ккал	Цена, руб.
1.	Суп-лапша домашняя	200/250	96,5/119,38	122,28/ 138,71
2.	Зелёный горошек	60/100	24/40	
3.	Котлета рыбная с маслом	100/5	147,17	
4.	Рис отварной	150/180	209,7/251,64	
5.	Компот из яблок	200	64,22	
6.	Хлеб ржаной, кекс	30/40/65	64,2/85,6/182	

№ п/п	Полдник для учеников с ОВЗ	Выход порций, г	Ккал	Цена, руб.
1.	Омлет	120/160	129,85/162,31	63,92/ 70,97
2.	Чай с лимоном	200	40,9	
3.	Хлеб пшеничный	30/40	64,06/94	

Старший повар А.П. Гарькавецко А.П.





И.П. Белоусова

Директор 37

**М Е Н Ю**

на « 9 » февраля 2023 год

4 день

№ п/п	Завтрак с 7 до 11 лет	Выход порций, г		Цена, руб.
1	Салат из моркови с сахаром	40	32,66	91,83
2	Тефтеля	110	225,02	
3	Макароны отварные	120	149,65	
4	Чай с сахаром	200	39,34	
5	Хлеб пшеничный, яблоко	35/100	82,25/47	

№	Завтрак с 11 лет и старше	Выход порций, г	Ккал	Цена, руб.
1	Салат из моркови с сахаром	75	61,27	98,91
2	Тефтеля	110	225,02	
3	Макароны отварные	180	224,48	
4	Чай с сахаром	200	39,34	
5	Хлеб пшеничный, яблоко	35/100	82,25/47	

№	Завтрак для учеников с ОВЗ	Выход порций, г	Ккал	Цена, руб.
1.	Каша молочная пшённая	150/220	183/268,4	91,83
2.	Сыр, масло	20/30/10	103/72,8/56,6	
3.	Чай с сахаром	200	39,24	
4.	Хлеб пшеничный, ржаной	35/20/40	82,25/42,8/94	
5.	Яблоко	100	47	

№ п/п	Обед с 7 до 11 лет	Выход порций, г	Ккал	Цена, руб.
1	Суп гороховый	200	127,42	122,28
2	Салат из моркови с сахаром	60	49,02	
3	Тефтеля	110	225,02	
4	Макароны отварные	150	187,08	
5	Сок фруктовый	200	84,44	
6	Хлеб пшеничный, ржаной	20/30	47/64,2	
7	Яблоко	100	47	

№ п/п	Обед для учеников с ОВЗ	Выход порций, г	Ккал	Цена, руб.
1.	Суп гороховый	200/250	127,42/159,27	122,28/ 138,71
2.	Салат из моркови с сахаром	60/100	49,02/81,7	
3.	Тефтеля	110	225,02	
4.	Макароны отварные	150/180	187,08/224,48	
5.	Сок фруктовый	200	84,44	
6.	Хлеб пшеничный, ржаной	20/30/40/40	47/64,2/94/85,8	

№ п/п	Полдник для учеников с ОВЗ	Выход порций, г	Ккал	Цена, руб.
1.	Каша молочная пшённая	120/160	186,74/222,32	63,92/ 70,97
2.	Кефир	150	79,5	
3.	Хлеб пшеничный	35/40	64,08/94	
4.	Яблоко	100	47	

Старший повар Алф Тарькавенко А.П.

Утверждаю



И.П. Белоусова

Директор



Согласовано

**М Е Н Ю**на « 10 » февраля 2023 год**5 день**

№ п/п	Завтрак с 7 до 11 лет	Выход порций, г	Ккал	Цена, руб.
1	Салат из квашенной капусты	40	30,69	91,83
2	Отбивная из птицы	100	233,22	
3	Пюре картофельное	120	97,91	
4	Кофейный напиток с молоком	200	98,3	
5	Хлеб пшеничный, ржаной	35/20	82,26/42,8	

№	Завтрак с 11 лет и старше	Выход порций, г	Ккал	Цена, руб.
1	Салат из квашенной капусты	75	61,27	98,91
2	Отбивная из птицы	100	233,22	
3	Пюре картофельное	180	146,66	
4	Кофейный напиток с молоком	200	98,3	
5	Хлеб пшеничный, ржаной	40/30	94/64,2	

№	Завтрак для учеников с ОВЗ	Выход порций, г	Ккал	Цена, руб.
1.	Каша молочная гречневая	150/220	208,42/306,69	91,83
2.	Сыр, масло	20/10	72,8/56,8	
3.	Кофейный напиток	200	98,3	
4.	Хлеб пшеничный	35/40	82,25/94	
5.	Яблоко	100	47	

№ п/п	Обед с 7 до 11 лет	Выход порций, г	Ккал	Цена, руб.
1	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	128,34	122,28
2	Салат из квашенной капусты	60	46,04	
3	Отбивная из птицы	100	233,22	
4	Пюре картофельное	150	122,34	
5	Компот из сухофруктов	200	63,2	
6	Хлеб пшеничный, ржаной	40/30	94/64,2	

№ п/п	Обед для учеников с ОВЗ	Выход порций, г	Ккал	Цена, руб.
1.	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/250	126,34/157,92	122,28/ 138,71
2.	Салат из квашенной капусты	60/100	46,04/76,73	
3.	Отбивная из птицы	100	233,22	
4.	Пюре картофельное	150/180	122,34/146,86	
5.	Компот из сухофруктов	200	63,2	
6.	Хлеб пшеничный, ржаной	40/30/40/40	47/64,2/94/85,8	

№ п/п	Полдник для учеников с ОВЗ	Выход порций, г	Ккал	Цена, руб.
1.	Каша молочная гречневая	120/160	166,74/222,32	63,92/ 70,97
2.	Кефир	150	79,5	
3.	Хлеб пшеничный	30/40	64,08/47	
4.	Яблоко	100	47	

Старший повар