

**Примерное меню завтраков для обучающихся находящихся в ТЖС
(5-11 кл.) и обедов ТЖС (1-11 кл.)
С 01.09.2026 год.**

Наименование блюда	Выход (вес) порции (мл или гр)	
1 НЕДЕЛЯ		
Понедельник		
Каша пшеничная молочная	200	
Чай с сахаром	200/15	
Хлеб пшеничный	40	
Итого	455	82-39
Вторник		
Колбаса отварная с соусом (35/55) с макаронами отварными (150)	90/150	
Чай с сахаром	200/15	
Хлеб пшеничный	40	
Итого	495	82-39
Среда		
Каша рисовая молочная	200	
Чай с сахаром	200/15	
Хлеб пшеничный	40	
Итого	455	82-39
Четверг		
Салат из свежей капусты (60) с картофельным пюре с соусом (50/150)	60/50/150	
Чай с сахаром	200/15	
Хлеб пшеничный	40	
Итого	515	82-39
Пятница		
Каша «Дружба» молочная	200	
Чай с сахаром	200/15	
Хлеб пшеничный	40	
Итого	455	82-39
2 НЕДЕЛЯ		
Понедельник		
Каша «Дружба» молочная (рис, пшено)	200	
Чай с сахаром	200/15	
Хлеб пшеничный	40	
Итого	455	82-39

Вторник		
Тефтели куриные с соусом (30/50) с гречей отварной (150)	80/150	
Чай с сахаром	200/15	
Хлеб пшеничный	40	
Итого	485	82-39
Среда		
Макаронные изделия с тертым сыром	200/10	
Чай с сахаром	200/15	
Бутерброд с повидлом	20/35	
Итого	480	82-39
Четверг		
Котлета куриная с соусом (30/50) с макаронами отварными (150)	80/150	
Чай с сахаром	200/15	
Хлеб пшеничный	40	
Итого	485	82-39
Пятница		
Каша рисовая молочная	200	
Чай с сахаром	200/15	
Хлеб пшеничный	40	
Итого	455	82-39

Наименование блюда	Обеды	
	Выход (вес) порции (мл или гр)	
1 НЕДЕЛЯ		
Понедельник		
Щи из свежей капусты с картофелем	1/250	
Оладьи с повидлом	150/35	
Чай с сахаром	200/15	
Хлеб ржаной	1/50	
Итого	700	82-39
Вторник		
Суп вермишелевый	1/250	
Салат из свежей капусты с картофельным пюре (40/150)	1/190	
Чай с сахаром	200/15	
Хлеб ржаной	1/45	
Итого	700	82-39
Среда		
Борщ из свежей капусты с картофелем	1/250	
Макаронны с сыром (170/15)	1/185	
Чай с сахаром	200/15	
Хлеб ржаной	1/50	
Итого	700	82-39
Четверг		
Суп картофельный с горохом	1/250	

Колбаса отварная с соусом	40/45	
Рис отварной	1/100	
Чай с сахаром	200/15	
Хлеб ржаной	1/50	
Итого	700	82-39
Пятница		
Суп рисовый с картофелем	1/250	
Тефтели куриные с соусом	30/55	
Греча отварная	1/100	
Чай с сахаром	200/15	
Хлеб ржаной	1/50	
Итого	700	82-39
2 НЕДЕЛЯ		
Понедельник		
Щи из свежей капусты с картофелем	1/250	
Оладьи с повидлом	150/35	
Чай с сахаром	200/15	
Хлеб ржаной	1/50	
Итого	700	82-39
Вторник		
Суп вермишелевый	1/250	
Салат из свежей капусты с картофельным пюре (40/150)	1/190	
Чай с сахаром	200/15	
Хлеб ржаной	1/45	
Итого	700	82-39
Среда		
Борщ из свежей капусты с картофелем	1/250	
Биточки куриные с соусом с рисом (50/35/100)	1/185	
Чай с сахаром	200/15	
Хлеб ржаной	1/50	
Итого	700	82-39
Четверг		
Суп картофельный с горохом	1/250	
Колбаса отварная с соусом	40/45	
Греча отварная	1/100	
Чай с сахаром	200/15	
Хлеб ржаной	1/50	
Итого	700	82-39
Пятница		
Суп рисовый с картофелем	1/250	
Тефтели куриные с соусом	30/55	
Макароны отварные	1/100	
Чай с сахаром	200/15	
Хлеб ржаной	1/50	
Итого	700	82-39

