

утверждаю:

Директор МОАУ «СОШ № 15»

Ж.П. Наливкина

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 15 января 2024

Сезон: зимний период

Неделя: вторая

День: 1 день примерного меню

Завтрак 12-00 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Цена
Каша вязкая мол.овсяная	100	136,4	12-47
Чай с сахаром	200	26,8	2-08
Хлеб домашний подовый	25	37,84	1-80

Завтрак 68.50 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Цена
Каша вязкая мол.овсяная	150	272,9	18-71
Чай с сахаром и лимоном	200	37,9	5-16
Фрукт (яблоко)	160	115,3	25-92
Хлеб домашний подовый	30	45,40	2-16

Обед 100 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Цена
Салат из белокочанной капусты	60	40	5-23
Рассольник «Ленинградский» со смет.	200/5	106,4	14-62
Биточки рубленые из птицы с соусом	120	243,6	49-91
Макаронны отварные	150	211,5	11-90
Компот из свежих яблок	200	62,00	9-73
Хлеб домашний подовый	45	68,01	3-25
Хлеб ржаной	25	42,8	1-72

Завтрак-полдник (ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Цена
Каша вязкая молоч.овсяная	150	272,9	18-71
Чай с сахаром и лимоном	200	37,9	5-16
Хлеб домашний подовый	30	45,40	2-16
Фрукт (яблоко)	160	115,3	25-92
Булочка дорожная	50	193,5	6-06
Чай с сахаром	200	26,80	2-08

Ответственный по питанию:

 А.А. Копьева

Зав. производством:

 Е.М. Дадасова

Утверждаю:

Директор МОАУ «СОШ № 15»

Ж.П. Наливкина

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 16 января 2024

Сезон: зимний период

Неделя: вторая

День: 2 день примерного меню

Завтрак 12-00 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Цена
Каша гречнев. вязкая с/с	100/15	147,0	7-35
Чай с сахаром	200	26,8	2-08
Хлеб домашний подовый	25	37,84	1-80

Завтрак 68.50 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Цена
Курица тушеная с морковью	100	156,4	51-58
Каша гречневая вязкая	200	293,9	13-25
Кофейный напиток с молоком	200	105,0	10-86
Хлеб домашний подовый	30	45,40	2-16

Обед 100 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Цена
Винегрет овощной	60	76,90	8-96
Щи из свежей капусты со сметаной	200/5	75,20	12-75
Котлета рыбная любительская	90	230,8	33-03
Картофельное пюре	150	156,0	17-52
Кисель плодово-ягодный	200	107,1	6-86
Хлеб домашний подовый	45	68,01	3-25
Хлеб ржаной	25	42,8	1-72

Завтрак-полдник (ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Цена
Курица тушеная с морковью	100	156,4	51-58
Каша гречневая вязкая	200	293,9	13-25
Кофейный напиток с молоком	200	105,0	10-86
Хлеб домашний подовый	30	45,40	2-16
Сдоба фигурная	50	186,5	4-98
Кисель плодово-ягодный	180	107,1	6-17

Ответственный по питанию:

 А.А. Копьева

Зав. производством:

 Е.И. Дадасова

Утверждаю:

Директор МОАУ «СОШ № 15»

Ж.П. Наливкина

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 17 января 2024

Сезон: зимний период

Неделя: вторая

День: 3 день примерного меню

Завтрак 12-00 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Цена
Каша молочная «Дружба»	100	74,85	14-68
Чай с сахаром	200	26,8	2-08
Хлеб домашний подовый	25	37,84	1-80

Завтрак 68.50 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Цена
Бутерброд с сыром	20/40	137,3	16-72
Каша молочная «Дружба»	200/5	257,7	19-59
Напиток из шиповника	200	65,30	10-46
Печенье	36	70,80	6-70

Обед 100 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Цена
Салат «Студенческий»	60	95,0	13-98
Суп картофельный с клецками	200	98,3	12-61
Тефтели из говядины в соусе	100	237,5	41-10
Гороховое пюре	150	180	14-68
Чай с сахаром и лимоном	200	37,90	5-16
Хлеб домашний подовый	45	68,01	3-25
Хлеб ржаной	25	42,8	1-72

Завтрак-полдник (ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Цена
Бутерброд с сыром	20/40	137,3	16-72
Каша молочная «Дружба»	200/5	257,7	19-59
Напиток из шиповника	200	65,30	10-46
Печенье	36	70,80	6-70
Булка ванильная	50	172,8	6-70
Чай с сахаром	200	24,12	2-08

Ответственный по питанию:

 А.А. Копьева

Зав. производством:

 Е.М. Дадасова



Утверждаю:

Директор МОАУ «СОШ № 15»

Ж.П. Наливкина

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 18 января 2024

Сезон: зимний период

Неделя: вторая

День: 4 день примерного меню

Завтрак 12-00 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Цена
Каша перлов. рассып. с/с	100/15	104	8-55
Чай с сахаром	200	26,80	2-08
Хлеб домашний подовый	25	37,84	1-80

Завтрак 68.50 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Цена
Салат из моркови с сахаром	60	69,20	5-92
Омлет с отварным картофелем	200	318,2	72-24
Хлеб домашний подовый	40	59,43	2-89
Чай с сахаром	200	26,80	2-08

Обед 100 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Цена
Салат «Прелесть»	60	55,5	10-28
Свекольник со сметаной	200/5	81,8	14-97
Гуляш из говядины	90	208,8	90-01
Каша перловая рассыпчатая	150	187,1	11-73
Компот из смеси сухофруктов	200	93,60	7-03
Хлеб домашний подовый	45	68,01	3-25
Хлеб ржаной	25	42,8	1-72


Завтрак-полдник (ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Цена
Салат из моркови с сахаром	60	13-08	5-92
Омлет с отварным картофелем	200	217,5	72-24
Хлеб домашний подовый	40	59,43	2-89
Чай с сахаром	200	119,0	2-08
Плюшка Оренбург	50	200	6-09
Чай с сахаром	200	24,12	2-08

Ответственный по питанию:

 А.А. Копьева

Зав. производством:

 Е.Н. Дадасова

Утверждаю:

Директор МОАУ «СОШ № 15»

Ж.П. Наливкина

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 19 января 2024

Сезон: зимний период

Неделя: вторая

День: 5 день примерного меню

Завтрак 12-00 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Цена
Каша ячневая вязкая	100	124,6	5-36
Чай с сахаром	200	26,80	2-08
Хлеб домашний подовый	25	37,84	1-80

Завтрак 68.50 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Цена
Салат из белокочанной капусты	60	40,0	5-23
Ежики мясные в соусе	90	171,1	50-56
Макаронны отварные	150	211,5	11-90
Чай с молоком и сахаром	200	50,90	6-67
Хлеб домашний подовый	30	45,40	2-16

Обед 100 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Цена
Салат «Школьный»	60	65,0	9-47
Суп картофельный с вермишелью	200	112,4	10-97
Куры тушеные с овощами	120	196,5	49-60
Каша гречневая вязкая	150	180,5	9-93
Напиток из шиповника	200	68,77	10-46
Хлеб домашний подовый	45	68,01	3-25
Хлеб ржаной	25	42,8	1-72


Завтрак-полдник (ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Цена
Салат из белокочанной капусты	60	40,0	5-23
Ежики мясные в соусе	90	171,1	50-56
Макаронны отварные	150	211,5	11-90
Чай с молоком и сахаром	200	50,90	6-67
Хлеб домашний подовый	30	45,40	2-16
Булка дорожная	50	193,5	6-06
Чай с сахаром	200	24,12	2-08

Ответственный по питанию:

 А.А. Копьева

Зав. производством:

 Е.М. Дадасова