

**ПРИМЕРНОЕ 24- ДНЕВНОЕ МЕНЮ
ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ
Март – Май 2023 г.**

I НЕДЕЛЯ		Пищевая/энергетическая ценность Б/Ж/У/ Эн.цен.(ккал)	II НЕДЕЛЯ		Пищевая/энергетическая ценность Б/Ж/У/ Эн.цен.(ккал)
ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.		ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.	
Каша кукурузная молочная с маслом	200/5	7,32/7,29/34,18 230,69	Каша рисовая молочная с аппасами и маслом NEW	200/5	6,23/7,14 31,66 215,55
Блинчики с маслом (2 шт)	80/10	4,39/9,71/26,83 219,19	Масло сливочное порциями	10	0,08/7,25 0,13 66,1
Батон пшеничный	30	2,25/0,87/14,94 78,6	Сыр порциями	15	3,48/4,43 0/54,6
Чай с сахаром и лимоном	200	0,04/0,74 30,26	Батон пшеничный	30	2,25 0,87/14,94 78,6
Фруктовый десерт	190	5/0,42/25	Чай с сахаром	200	0,07/27/28,73
			Молочный десерт	200	8,25/6,25 22 175
ВТОРНИК			ВТОРНИК		
Запеканка куриная под сырной шапкой / Филе птицы тушеное с овощами	90 90	20,17/20,31/2,09 274,0 15,77/13,36/1,61/190,47	Фрукты в ассортименте	150	0,6/0,6/14,77/0,5
Каша гречневая вязкая с маслом	150	4,3/4,24/18,77 129,54	Филе птицы тушеное в сливочно-сырном соусе NEW	90	19,78/24,51/2,57 312,28
Масло сливочное порциями	15	0,12/10,88 0,19/99,15	Каша гречневая вязкая с маслом	150	4,3/4,24/18,77 129,54
Хлеб пшеничный/ржаной	25/20	1,9/0,2/12,3/58,75/ 1,32/0,24/8,04 39,60	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	1,52 0,16/9,84/47/ 1,32 0,24 8,04 39,60
Напиток плодово-ягодный витаминизированный	200	0/0 14,16/55,48	Кисель витаминизированный плодово-ягодный	200	0/0 20,17/81,3
СРЕДА			СРЕДА		
Огурцы порционные	60	0,48/0,6 1,56/8,4	Огурцы порционные	60	0,48 0,6 1,56 8,4
Мясо тушеное	90	18/16,5 2,89/232,8	Рыба тушеная с овощами	90	12,86/1,65 4,94 84,8
Картофельное пюре с маслом/ Картофель запеченный с сыром	150 150	3,78/7,81/71,57 170,22 4,1/5,51 25,26 166,85	Картофель запеченный с зеленью	150	3,3/3,9/75,6 151,35
Хлеб пшеничный ржаной	20/20	1,52 0,16/9,84 47/ 1,32/0,24/8,04 39,60	Хлеб пшеничный/ржаной	45/30	3,42 0,36 72,14 105,75/ 1,98 0,36 12,06 59,4
Компот из сухофруктов	200	0,37/0/14,85 59,48	Компот из кураги	200	0,83/0,04/15,16 64,22
ЧЕТВЕРГ			ЧЕТВЕРГ		
Фрукты в ассортименте	150	0,6 0,45 15,45 70,5	Фрукты в ассортименте	150	0,6 0,45 15,45 70,5
Запеканка из творога с шоколадным соусом	150	25,34/11,2/29,53/322,83	Омлет с сыром	150	18,86/20,72 2,79 270,32
Батон пшеничный	30	2,25/0,87/14,94 78,6	Батон пшеничный	30	2,25 0,87 14,94 78,6
Чай с сахаром	200	0/0 7,27 28,73	Какао с молоком	200	6,64 5,15 16,81 141,19
ПЯТНИЦА			ПЯТНИЦА		
Сыр порциями	20	4,64/5,9 0/72,8	Маринад из моркови	60	1,12 4,27 6,02 68,62
Филе птицы тушеное в томатном соусе	90	14,84/12,69 4,46 191,87	Людия - кеоса с томатным соусом с зеленью Гуляш	90 90	12,52 10/12,54 190,38 18,13/17,05 3,69 240,96
Спагетти отварные с маслом	150	6,76/3,93/41,29 277,48	Рис отварной с маслом	150	3,34 4,91 33,93 191,49
Хлеб пшеничный ржаной	20/20	1,52 0,16/9,84 47/ 1,32/0,24/8,04 39,60	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	1,52 0,16/9,84 47/ 1,32 0,24 8,04 39,60
Чай с шиповником	200	0,06/0 19,25 76,95	Сок фруктовый	200	1/0,2 20,2 92
СУББОТА			СУББОТА		
Фрукты в ассортименте	150	0,6 0,6 14,7 70,5	Фрукты в ассортименте	150	0,6 0,45 15,45 70,5
Омлет натуральный	150	15,59 16,45 2,79 222,36	Пудинг из творога с изюмом со ступенчатым молоком	150	23,46/11,79/42,51 372,4
Батон пшеничный	40	3/1,16 19,92 104,8	Батон пшеничный	30	2,25 0,87 14,94 78,6
Горячий шоколад/ Кофейный напиток с молоком	200 200	3,28 2,56 11,81 83,43/ 6,28/4,75/19,59 130,79	Чай с сахаром и лимоном	200	0,04 0 7,4 30,26

**ПРИМЕРНОЕ 24- ДНЕВНОЕ МЕНЮ
ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4
КЛАССОВ
Март - Май 2023 г.**

III НЕДЕЛЯ		Пищевая/энергетическая ценность Б/Ж/У/ Эн.цен.(ккал)	IV НЕДЕЛЯ		Пищевая/энергетическая ценность Б/Ж/У/ Эн.цен.(ккал)
ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.		ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.	
Макаронны отварные с сыром и маслом	150	7,85/5,23/41,29/243,85	Каша овсяная молочная с маслом	200/5	8,2/8,73/29,68/230,33
Фрукты в ассортименте	150	0,6/0,45/15,45/70,5	Влирик со стуженным молоком (1 шт)	40/10	2,9/3,99/18,99/127,19
Хлеб пшеничный ржаной	30/30	2,28/0,24/14,76/70,50/ 1,98/0,36/12,06/59,4	Батон пшеничный	30	2,25/0,87/14,91/78,6
Чай с сахаром	200	0/0/7,27/28,73	Чай с сахаром	200	0/0/7,27/28,73
Фруктовый десерт	100	0/0/15/60	Молочный десерт	200	8,25/6,25/22/175
ВТОРНИК			ВТОРНИК		
Салат из свежих помидоров с капустой брокколи N1-W/Помидоры порционные	60 60	1,16/3,65/2,28/48,38 0,66/0,12/2,28/14,4	Котлета мясная (свинина, говядина, курица)/ Бифстроганов	90 90	15,51/15,0/8,44/232,4/ 18,49/18,54/3,89/256
Мясные колобки N1-W/Улит	110	14,98/12,23/256,89 18,13/17,05/3,69/240,96	Картофель запеченный	150	3,31/5,56/25,99/167,07
Картофель запеченный	150	3,31/5,56/25,99/167,07	Сыр порциями	15	3,48/4,43/0,54/60
Хлеб пшеничный ржаной	30/20	2,28/0,24/14,76/70,50/ 1,32/0,24/8,04/39,60	Хлеб пшеничный/ржаной	25/20	1,9/0,2/12,3/58,75/ 1,32/0,24/8,04/39,60
Напиток плодово-ягодный витаминизированный	200	0/0/14,4/58,4	Кисель витаминизированный плодово - ягодный	200	0/0/19,94/80,30
СРЕДА			СРЕДА		
Фрукты в ассортименте	150	0,6/0,6/14,7/70,5	Фрукты в ассортименте	150	0,6/0,45/15,45/70,5
Горячий бутерброд на батоне (помидор, сыр)	50	4,84/4,43/9,87/99,54	Пудинг из творога с персиками с карамельным соусом N1-W	150	21,5/13,61/31,05/333,11
Ванкеанка из творога со стуженным молоком	150	25,71/11,96/32,3/442,12	Сыр сливочный в индивидуальной упаковке	17	2,48/3,96/0,68/48,11
Батон пшеничный	20	1,5/0,58/9,96/52,4	Батон пшеничный	20	1,5/0,58/9,96/52,4
Чай с сахаром и лимоном	200	0,04/0,7,4/30,26	Чай с сахаром и лимоном	200	0,04/0,7,4/30,26
ЧЕТВЕРГ			ЧЕТВЕРГ		
Сыр порциями	15	3,48/4,43/0,54/60	Фрукты в ассортименте	150	0,6/0,6/14,7/70,5
Куриные паттесы с томатным соусом и зеленью/	105	12,38/10,59/16,84/167,46	Биточек из рыбы / Рыба запеченная с сыром	90 90	14,8/13,02/12,17/226,36/ 18,5/3,73/2,51/116,1
Филе птицы тушеное с овощами	90	15,77/13,36/1,61/190,47	Рис отварной с маслом	150	3,34/4,91/33,93/191,49
Макаронны отварные с маслом	150	6,76/3,93/41,29/227,48	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	1,52/0,16/9,84/47/ 1,32/0,24/8,04/39,60
Хлеб пшеничный ржаной	25/20	1,9/0,2/12,3/58,75/ 1,32/0,24/8,04/39,60	Компот из кураги	200	0,83/0,04/18,16/64,22
Компот из сухофруктов	200	0,37/0,14,85/59,48			
ПЯТНИЦА			ПЯТНИЦА		
Фрукты в ассортименте	150	0,6/0,45/15,45/70,5	Огурцы порционные	60	0,48/0,6/1,86/8,4
Жаркое с мясом	240	20,15/19,08/24,59/350,62	Улит	90	18,13/17,05/3,69/240,96
Хлеб пшеничный ржаной	20/20	1,52/0,16/9,84/47/ 1,32/0,24/8,04/39,60	Спагетти отварные с маслом	150	6,76/3,93/41,29/227,48
Чай с облепихой	200	0/0/17,88/69,66	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	1,52/0,16/9,84/47/ 1,32/0,24/8,04/39,60
			Сок фруктовый	200	1/0,2/20,2/92
СУББОТА			СУББОТА		
Фрукты в ассортименте	150	0,6/0,45/15,45/70,5	Фрукты в ассортименте	150	0,6/0,45/15,45/70,5
Омлет натуральный	150	15,89/16,45/2,79/222,36	Омлет с сыром	150	18,86/20,32/2,79/270,32
Батон пшеничный	60	4,5/1,74/29,88/157,2	Батон пшеничный	30	2,25/0,87/14,91/78,6
Горячий шоколад/ Кофейный напиток с молоком	200/ 200	3,28/2,56/11,81/83,43/ 6,28/4,75/19,59/130,79	Какао с молоком	200	6,64/5,15/16,81/141,19