

**ПРИМЕРНОЕ 24- ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ  
Ноябрь 2023 г. – Февраль 2024 г.**

*кадетов*

ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.	Пищевая/энергетическая ценность Б/Ж/У/Эп.цен.(ккал)	II НЕДЕЛЯ		Пищевая/энергетическая ценность Б/Ж/У/Эп.цен.(ккал)
			ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.	
Каша рисовая молочная с маслом	250/8	7,95/9/39,87/271,87	Каша кукурузная молочная с маслом	250/8	9,22/9,17/43,02/290,33
Блинчики с карамельным соусом (2 шт) NEW	106/15	5,48/12,56/43,61/318,9	Сыр порциями	30	6,96/8,86/0/109,2
Батон пшеничный	30	2,25/0,87/14,95/78,6	Батон пшеничный	62	4,65/1,8/30,88/162,44
Чай с сахаром	200	0/0/7,27/28,73	Чай с сахаром	200	0/0/7,27/28,73
<b>ВТОРНИК</b>			<b>ВТОРНИК</b>		
Запекалка из птицы с цветной капустой NEW /Курица запеченная	100	15,15/14,69/8,52/228,84	Фрукты в ассортименте	150	0,6/0,6/14,7/70,5
Каша гречневая вязкая с маслом	180	26,45/22,03/0,8/305,07	Курица запеченная с соусом и зеленью	100	26,7/22,04/1,78/310,19
Сыр сливочный в индивидуальной упаковке	17	5,16/5,08/22,52/155,44	Каша гречневая вязкая с маслом	180	5,16/5,08/22,52/155,44
Хлеб пшеничный/ржаной	30/25	2,48/3,96/0,68/48,11	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	1,52/0,16/9,84/47/1,32/0,24/8,04/39,6
Напиток плодово-ягодный витаминизированный	200	1,65/0,3/10,05/49,5	Кисель витаминизированный плодово-ягодный	200	0/0/20,2/81,4
<b>СРЕДА</b>			<b>СРЕДА</b>		
Икра овощная	100	2/9/8,54/122	Сыр сливочный в индивидуальной упаковке	17	2,48/3,96/0,68/48,11
Котлета мясная (говядина, свишина, курица)	100	17,23/16,75/9,38/258,3	Рыба тушеная с овощами	100	14,03/1,84/4,88/90,74
Картофельное пюре с маслом	180	3,94/9,37/25,88/204,26	Картофель запеченный с зеленью	180	3,88/6,13/30,36/191,75
Жаркое с мясом	280	18,29/28,47/28,69/446,42	Хлеб пшеничный/ржаной	45/30	3,42/0,36/22,14/105,75/1,98/0,36/12,06/59,4
Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	2,28/0,24/14,76/70,5/1,32/0,24/8,04/39,6	Компот из сухофруктов	200	0,37/0/14,85/59,48
Компот из сухофруктов	200	0,37/0/14,85/59,48	<b>ЧЕТВЕРГ</b>		
<b>ЧЕТВЕРГ</b>			<b>ЧЕТВЕРГ</b>		
Фрукты в ассортименте	150	0,6/0,6/14,7/70,5	Фрукты в ассортименте	100	0,8/0,2/7,5/38
Пудинг из творога с яблоками со сгущенным молоком	200	31,25/15,36/45,72/449,95	Омлет натуральный	200	20,79/21,94/3,72/296,49
Батон пшеничный	30	2,25/0,87/14,95/78,6	Масло сливочное порциями	20	0,16/14,5/0,26/132
Чай с сахаром и лимоном	200	0,04/0/7,4/30,26	Батон пшеничный	30	2,25/0,87/14,95/78,6
	150	0,6/0,6/14,7/70,5	Какао с молоком/Кофейный напиток с молоком	200	66,64/5,15/16,18/141,19/6,28/4,75/19,59/130,79
<b>ПЯТНИЦА</b>			<b>ПЯТНИЦА</b>		
Фрукты в ассортименте	100	0,8/0,2/7,5/38	Маринад из моркови	100	1,86/7,12/10,04/114,37
Филе птицы тушеное в томатном соусе	100	16,49/14,11/4,96/213,19	Бигочек мясной (говядина, курица) /Луляш	100	19,16/16,64/8,74/261,9/18,4/17,5/3,16/244
Спагетти отварные с маслом	180	8,11/4,72/49,54/272,97	Рис отварной с маслом	180	4,01/5,89/40,72/229,79
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	1,52/0,16/9,84/47/1,32/0,24/8,04/39,6	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	1,52/0,16/9,84/47/1,32/0,24/8,04/39,6
Чай с шиповником	200	0,06/0/19,25/76,95	Сок фруктовый	200	1/0,2/20,2/92
<b>СУББОТА</b>			<b>СУББОТА</b>		
Фрукты в ассортименте	150	0,6/0,0,45/15,45/70,5	Фрукты в ассортименте	150	0,6/0,0,45/15,45/70,5
Омлет с сыром	200	25,15/26,96/3,72/360,42	Запекалка из творога с ягодным соусом	200	30,59/13,4/43,45/419,82
Батон пшеничный	30	2,25/0,87/14,95/78,6	Батон пшеничный	30	2,25/0,87/14,95/78,6
Горячий шоколад	200	3,28/2,56/11,81/83,43	Чай с сахаром и лимоном	200	0,04/0/7,4/30,26





**ПРИМЕРНОЕ 24- ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ  
Ноябрь 2023 г. – Февраль 2024 г.**



		IV НЕДЕЛЯ		ПОНЕДЕЛЬНИК		Вторник		СРЕДА		ЧЕТВЕРГ		ПЯТНИЦА		СУББОТА							
		Выход, гр.	Пищевая/энергетическая ценность БЖУ/Эн.пеп.(ккал)	ПОНЕДЕЛЬНИК		Вторник		СРЕДА		ЧЕТВЕРГ		ПЯТНИЦА		СУББОТА							
				Выход, гр.	Пищевая/энергетическая ценность БЖУ/Эн.пеп.(ккал)	Выход, гр.	Пищевая/энергетическая ценность БЖУ/Эн.пеп.(ккал)	Выход, гр.	Пищевая/энергетическая ценность БЖУ/Эн.пеп.(ккал)	Выход, гр.	Пищевая/энергетическая ценность БЖУ/Эн.пеп.(ккал)	Выход, гр.	Пищевая/энергетическая ценность БЖУ/Эн.пеп.(ккал)	Выход, гр.	Пищевая/энергетическая ценность БЖУ/Эн.пеп.(ккал)						
<b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>																					
Фрукты в ассортименте	150	0,6	0,6	14,7	70,5	Фрукты в ассортименте	150	0,6	0,6	14,7	70,5	Фрукты в ассортименте	150	0,6	0,6	14,7	70,5				
Каши манная, молочная с ягодным соусом и маслом М.У.	250	25,8	6,98	9,25	37,33	26,35	Запеканка из творога с ягодным соусом М.У.	200	27,57	12,11	40,72	383,58	Запеканка из творога с ягодным соусом М.У.	200	27,57	12,11	40,72	383,58			
Сыр порционный	15		5,48	4,43	0,24,6		Батон пшеничный	30	2,28	0,87	14,94	78,6	Сыр сливочный (индивидуальной упаковке)	30	2,28	0,87	14,94	78,6			
Батон пшеничный	35		22,63	1,01	17,43	91,7	Чай с сахаром	200	0,07	0,13	30,76		Батон пшеничный	30	2,28	0,87	14,94	78,6			
Чай с сахаром	200		0,07	0,13	30,76		Молокопастер.	200	0,07	0,13	30,76		Чай с сахаром (в димитом)	200	0,07	0,13	30,76				
<b>Вторник</b>						<b>Вторник</b>				<b>СРЕДА</b>											
Пюре овощная	100		1,7	13,85	09	148	Фрукты в ассортименте	150	0,6	0,6	14,7	70,5	Фрукты в ассортименте	150	0,6	0,6	14,7	70,5			
Биточек мясной под сырной шапкой М.У.	100		17,92	16,39	7,98	257,36	Котлета мясная (говядина, свиная курица)	100	17,92	16,39	7,98	257,36	Запеканка из творога с ягодным соусом М.У.	200	27,57	12,11	40,72	383,58			
Мясо тушеное	100		18,23	17,03	2,13	234,89	Бифстегоанов	100	18,23	17,03	2,13	234,89	Батон пшеничный	30	2,28	0,87	14,94	78,6			
Картофель запеченный	180		3,98	6,68	31,19	200,49	Рис отварной с маслом	180	3,98	6,68	31,19	200,49	Сыр сливочный (индивидуальной упаковке)	30	2,28	0,87	14,94	78,6			
Хлеб пшеничный ржаной	30	20	1,52	0,16	9,84	47	Хлеб пшеничный ржаной	30	20	1,52	0,16	9,84	47	Батон пшеничный	30	2,28	0,87	14,94	78,6		
Пантон. плодово-ягодный витаминизированный	200		0,07	0,13	30,76		Кисель витаминизированный (плодово-ягодный)	200	0,07	0,13	30,76		Чай с сахаром (в димитом)	200	0,07	0,13	30,76				
<b>СРЕДА</b>						<b>СРЕДА</b>				<b>ЧЕТВЕРГ</b>											
Фрукты в ассортименте	150		0,6	0,6	14,7	70,5	Фрукты в ассортименте	150	0,6	0,6	14,7	70,5	Фрукты в ассортименте	150	0,6	0,6	14,7	70,5			
Запеканка творожная (тепла со сливочным маслом)	200		27,57	12,11	40,72	383,58	Запеканка из творога с ягодным соусом М.У.	200	27,57	12,11	40,72	383,58	Запеканка из творога с ягодным соусом М.У.	200	27,57	12,11	40,72	383,58			
Батон пшеничный	30		2,28	0,87	14,94	78,6	Сыр сливочный (индивидуальной упаковке)	30	2,28	0,87	14,94	78,6	Сыр сливочный (индивидуальной упаковке)	30	2,28	0,87	14,94	78,6			
Горячий напиток	200		3,28	2,56	11,81	83,43	Батон пшеничный	30	2,28	0,87	14,94	78,6	Батон пшеничный	30	2,28	0,87	14,94	78,6			
<b>ЧЕТВЕРГ</b>						<b>ЧЕТВЕРГ</b>				<b>ПЯТНИЦА</b>											
Сыр порционный	20		5,48	4,43	0,24,6		Сыр порционный	20	5,48	4,43	0,24,6		Фрукты в ассортименте	150	0,6	0,6	14,7	70,5			
Филе индейки в кисло-сладком соусе	100		15,49	17,98	8,79	219,12	Запеканка из творога	100	15,49	17,98	8,79	219,12	Омлет куриный	100	15,49	17,98	8,79	219,12			
Макарон. отварные с маслом	180		8,11	14,72	49,54	272,97	Рыба запеченная с сыром	100	8,11	14,72	49,54	272,97	Картофель запеченный	180	3,98	6,68	31,19	200,49			
Хлеб пшеничный ржаной	30	20	1,52	0,16	9,84	47	Картофель запеченный	180	3,98	6,68	31,19	200,49	Хлеб пшеничный ржаной	30	20	1,52	0,16	9,84	47		
Компот из сухофруктов	200		0,27	0,13	30,76	59,48	Хлеб пшеничный ржаной	30	20	1,52	0,16	9,84	47	Компот из сухофруктов	200	0,27	0,13	30,76	59,48		
<b>ПЯТНИЦА</b>						<b>ПЯТНИЦА</b>				<b>СУББОТА</b>											
Фрукты в ассортименте	100		0,8	0,7	7,8	38	Фрукты в ассортименте	100	0,8	0,7	7,8	38	Фрукты в ассортименте	100	0,8	0,7	7,8	38			
Омлет с сыром	200		25,15	26,96	37,2	360,42	Омлет куриный	200	25,15	26,96	37,2	360,42	Омлет куриный	200	25,15	26,96	37,2	360,42			
Горячий бутерброд на масле (помидор, сыр)	60		5,54	4,69	14,5	123,12	Батон пшеничный	30	5,54	4,69	14,5	123,12	Батон пшеничный	30	5,54	4,69	14,5	123,12			
Чай с облепихой	200		0,07	0,17	88	69,66	Сок фруктовый	200	0,07	0,17	88	69,66	Сок фруктовый	200	0,07	0,17	88	69,66			
<b>СУББОТА</b>						<b>СУББОТА</b>				<b>СУББОТА</b>											
Фрукты в ассортименте	150		0,6	0,6	14,7	70,5	Пюре свекольная	100	0,6	0,6	14,7	70,5	Пюре свекольная	100	0,6	0,6	14,7	70,5			
Жаркое с мясом	280		18,29	28,47	28	69	146,42	Курица	100	18,29	28,47	28	69	146,42	Курица	100	18,29	28,47	28	69	146,42
Хлеб пшеничный ржаной	30	20	1,52	0,16	9,84	47	Хлеб пшеничный ржаной	30	20	1,52	0,16	9,84	47	Хлеб пшеничный ржаной	30	20	1,52	0,16	9,84	47	
Чай с сахаром и димитом	200		0,04	0,07	13	30,76	Чай с сахаром и димитом	200	0,04	0,07	13	30,76	Чай с сахаром и димитом	200	0,04	0,07	13	30,76			