



20 – ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 – 4 КЛАССОВ
 Ноябрь 2023 г. – Февраль 2024 г.

1 неделя		Пищевая/энергетическая ценность Б/Ж/У(г)/Эн.цен.(ккал)	2 неделя		Пищевая/энергетическая ценность Б/Ж/У(г)/Эн.цен.(ккал)
ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр		ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр	
Каша рисовая молочная с маслом	200/5	6,31/7,15/26,65/244,56	Каша кукурузная молочная с маслом	200/5	7,17/7,38/32,86/241,9
Блинчики с маслом	80/5	4,44/6,31/18/131,4	Сыр порциями	15	3,66/3,54/0/46,5
Батон пшеничный	20	1,44/0,13/14,73/75,6	Чай с сахаром	200	0,4/0,2/19,8/47,6
Чай с сахаром	200	0,2/0,11/44,8	Батон пшеничный	20	1,44/0,13/14,73/75,6
			Фруктовый десерт	40	5,4/4,2/18/131,4
ВТОРНИК			ВТОРНИК		
Курица запеченная	90	20,18/15,3/0,54/229,77	Фрукты в ассортименте	150	0,6/0/16,95/69
Каша гречневая вязкая с маслом	150	4,35/3,9/33,9/210,3	Курица запеченная с соусом и зеленью	90	24,03/15,83/0,54/229,77
Сыр сливочный в индивидуальной упаковке	17	1,7/4,42/0,85/49,98	Каша гречневая вязкая с маслом	150	4,35/3,9/20,4/134,25
Хлеб ржаной	25	1,4/0,14/7,44/36,26	Хлеб ржаной	20	1,14/0,22/7,44/36,26
Сок фруктовый	200	0/0/19,2/76,8	Сок фруктовый	200	0/0/20,4/97,6
СРЕДА			СРЕДА		
Икра овощная	60	1,2/5,4/5,16/6,18	Сыр сливочный в индивидуальной упаковке	17	1,7/4,42/0,85/24,6
Жаркое с мясом	240	17,24/16,5/2/145,5	Рыба тушеная с овощами	90	12,42/2,88/4,59/93,51
Хлеб ржаной	20	1,4/0,22/7,44/36,26	Картофель запеченный с зеленью	150	3,3/3,9/25,6/151,35
Компот из сухофруктов	200	0,4/0/27/4/110	Хлеб ржаной	20	1,14/0,22/7,44/36,26
			Компот из сухофруктов	200	0,4/0/27/110
ЧЕТВЕРГ			ЧЕТВЕРГ		
Пудинг из творога с яблоками со сгущенным молоком	150	21,15/15,6/30/348,75	Фрукты в ассортименте	100	1,35/0/12,9/57
Фрукты в ассортименте	150	1,35/0/12,9/57	Омлет натуральный	150	18,75/19,5/2,7/261,45
Батон пшеничный	35	1,44/0,13/14,73/75,6	Батон пшеничный	30	1,44/0,13/14,73/75,6
			Масло сливочное порциями	15	0,12/10,88/0,19/99
Чай с сахаром и лимоном	200	0,2/0/11/44,8	Компот из смеси фруктов и ягод	200	0/0/25/100
ПЯТНИЦА			ПЯТНИЦА		
Филе птицы тушеное в томатном соусе	90	14,85/13,32/5,94/202,79	Гуляш	90	18,13/13,95/3,42/138,78
Макароны отварные с маслом	150	6,45/4,05/40,2/223,65	Рис отварной с маслом	150	3,3/4,95/32,25/223,6
Фрукты в ассортименте	100	0,8/0,2/7,5	Маринад из моркови	60	1,2/4,42/0,85/49,98
Хлеб ржаной	20	1,14/0,22/7,44/36,26	Хлеб ржаной	20	1,14/0,22/7,44/36,26
Чай с шиповником	200	0,4/0,6/17,8/78,6	Сок фруктовый	200	6,6/5,1/18,6/148,4

3 неделя		Пищевая/энергетическая ценность Б/Ж/У(г)/ Эн.цен.(ккал)	4 неделя		Пищевая/энергетическая ценность Б/Ж/У(г)/ Эн.цен.(ккал)
ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр		ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр	
Каша манная молочная с маслом	200\5	7,65\5,25\40,2\233,9	Каша овсяная молочная с маслом	200/5	7,79/11,89/26,65/244,56
Сыр порциями	15	3,48\4,43\0\54,6	Батон пшеничный	20	1,44/0,13/14,73/75,6
Батон пшеничный	25	1,44/0,13/14,73/75,6	Оладьи с джемом	50	2,67/9,57/17,81
Чай с сахаром	200	6,6/5,1/18,6/148,4	Молочный десерт	200	5,4/4,2/18/131,4
Фрукты в ассортименте	150	0,6\0,6\14,7\70,5	Чай с сахаром	200	6,6/5,1/18,6/148,4
ВТОРНИК			ВТОРНИК		
Икра овощная	60	1,24\0,21\1,02\6,18	Бефстроганов	90	18,49\8,01\0,54\229,77
Мясо тушеное	90	18\16,95\3,42\138,78	Рис отварной с маслом	150	3,3/4,95/32,25/223,6
Картофель запеченный	150	3,3/4,95/32,25/186,45	Фрукты в ассортименте	150	0,6\0,6\14,7\70
Хлеб ржаной	20	1,14/0,22/7,44/36,26	Хлеб ржаной	30	1,14/0,22/7,44/36,26
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	0,26/0/15,76\62	Кисель витаминизированный плодово-ягодный	200	0\0\20\80,6
СРЕДА			СРЕДА		
Запеканка творожная со сгущенным молоком	150	22,95\10,05\32,59\314,86	Фрукты в ассортименте	100	0,6\0,6\14,7\70,5
Фрукты в ассортименте	150	0,6\0,6\14,7\70,5	Запеканка творожная со сгущенным молоком	150	22,95\10,05\32,59\314,86
Батон пшеничный	20	1,44/0,13/14,73/75,6	Батон пшеничный	35	1,44/0,13/14,73/75,6
Сок фруктовый	200	0,4/0,6/17,8/78,6	Сыр сливочный в индивидуальной упаковке	17	2,48\3,96\0,68\48,11
			Чай с сахаром и лимоном	200	0,304\0\7,4\30,26
ЧЕТВЕРГ			ЧЕТВЕРГ		
Сыр порциями	15	3,48/4,43,54/0	Рыба запеченная с сыром	90	17,01\6,36\3,1\136,17
Филе птицы тушеное с овощами	90	13,94\3,42\5,94\202,79	Картофель запеченный	150	3,15/4,5/40,2/223,65
Макароны отварные с маслом	150	6,76\3,93\41,29\227,48	Сыр порциями	15	3,48\4,43\0\54,6
Хлеб ржаной	20	1,14/0,22/7,44/36,26	Хлеб ржаной	30	1,14/0,22/7,44/36,26
Компот из сухофруктов	200	0,4\0\7\110	Компот из сухофруктов	200	0\0\25\100
ПЯТНИЦА			ПЯТНИЦА		
Омлет с сыром	150	18,86\20,22\2,79\270,32	Фрукты в ассортименте	150	0,6\0,6\14,7\70,5
Горячий бутерброд на батоне (помидор, сыр)	60	5,54\4,69\14,55\123,12	Омлет натуральный	150	15,59\16,45\2,79\222,36
Чай с облепихой	200	0,2/0/11/44,8	Батон пшеничный	35	1,44/0,13/14,73/75,6
Фрукты в ассортименте	100	0,6\0,6\14,7\70,5	Сок фруктовый	200	0,4/0,6/17,8/78,6