

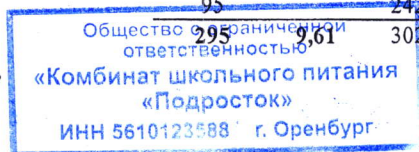
Меню школьника  
 Столовой общеобразовательной организации

09 января 2024 г.  
 вторник (2 день)

| Наименование блюд   | 7 - 11 лет      |              |                                | 12 - 18 лет     |               |                                |
|---|-----------------|--------------|--------------------------------|-----------------|---------------|--------------------------------|
|   | Масса порции, г | Цена (руб)   | Энергетическая ценность (ккал) | Масса порции, г | Цена (руб)    | Энергетическая ценность (ккал) |
| <i>Завтрак (в т.ч. ОВЗ, УСП)</i>  |                 |              | <i>(в т.ч. УСП)</i>            |                 |               |                                |
| Огурцы соленые (порциями)   | 42              |              | 5,46                           | 50              |               | 6,50                           |
| Плов (крупа рисовая, мясо свинины, лук, морковь, масло раст.)   | 220             |              | 385,00                         | 250             |               | 437,50                         |
| Чай с сахаром (чай, сахар)  | 200             |              | 60,00                          | 200             |               | 60,00                          |
| Хлеб пшеничный  | 50              |              | 117,50                         | 50              |               | 117,50                         |
| <b>Итого за завтрак</b>   | <b>512</b>      | <b>68,98</b> | <b>567,96</b>                  | <b>550</b>      | <b>78,36</b>  | <b>621,50</b>                  |
| <i>Обед</i>   |                 |              | <i>(в т.ч. УСП)</i>            |                 |               |                                |
| Салат "Солнечный" (картофель, морковь, кукуруза консерв., огурцы консерв., масло раст.)   | 60              |              | 78,22                          | 100             |               | 130,37                         |
| Борщ с капустой и картофелем (свекла, капуста, картофель, морковь, лук, томатная паста, масло раст., сахар)                     | 200             |              | 76,00                          | 250             |               | 95,00                          |
| Фрикадельки рыбные с томатным соусом (филе горбуши, хлеб, яйцо, лук, морковь, мука, масло сл., томат паста, сахар, масло раст.) | 90              |              | 101,70                         | 100             |               | 113,00                         |
| Пюре из гороха с маслом (горох, масло сл.)  | 150             |              | 247,40                         | 180             |               | 296,88                         |
| Компот из свежих плодов (яблоки, сахар)   | 200             |              | 142,00                         | 200             |               | 142,00                         |
| Хлеб пшеничный  | 20              |              | 47,00                          | 30              |               | 70,50                          |
| Хлеб столовый (ржано-пшеничный)   | 19              |              | 34,39                          | -               |               | -                              |
| <b>Итого за обед</b>  | <b>739</b>      | <b>91,61</b> | <b>726,71</b>                  | <b>860</b>      | <b>110,39</b> | <b>847,75</b>                  |
| <i>Обед (2 смена) (в т.ч. ОВЗ, УСП)</i>   |                 |              | <i>(в т.ч. УСП)</i>            |                 |               |                                |
| Салат "Солнечный" (картофель, морковь, кукуруза консерв., огурцы консерв., масло раст.)   | 65              |              | 84,74                          | 100             |               | 130,37                         |
| Борщ с капустой и картофелем (свекла, капуста, картофель, морковь, лук, томатная паста, масло раст., сахар)                     | 200             |              | 76,00                          | 250             |               | 95,00                          |
| Плов (крупа рисовая, мясо свинины, лук, морковь, масло раст.)   | 220             |              | 385,00                         | 230             |               | 402,50                         |
| Кисель с витаминами "Витошка"   | 200             |              | 74,00                          | 200             |               | 74,00                          |
| Хлеб пшеничный  | 42              |              | 98,70                          | 45              |               | 105,75                         |
| Хлеб столовый (ржано-пшеничный)   | 40              |              | 72,40                          | 45              |               | 81,45                          |
| <b>Итого за обед</b>  | <b>767</b>      | <b>98,46</b> | <b>790,84</b>                  | <b>870</b>      | <b>111,44</b> | <b>889,07</b>                  |
| <i>Полдник</i>  |                 |              |                                |                 |               |                                |
| Ряженка   | 200             |              | 112,52                         |                 |               |                                |
| Ватрушки с творожным фаршем (творог, мука, сахар, масло слив., яйцо, дрожжи, масло раст.)                                       | 100             |              | 196,67                         |                 |               |                                |
| <b>Итого за полдник</b>   | <b>300</b>      | <b>60,12</b> | <b>309,19</b>                  |                 |               |                                |
| <i>Дополнительное питание (для завтрака)</i>  |                 |              |                                |                 |               |                                |
| Чай с сахаром (чай, сахар)  | 180             |              | 54,00                          |                 |               |                                |
| Булочка молочная (мука, масло раст., молоко, дрожжи)  | 95              |              | 242,25                         |                 |               |                                |
| <b>Итого за дополнительное питание</b>  | <b>275</b>      | <b>9,32</b>  | <b>296,25</b>                  |                 |               |                                |
| <i>Дополнительное питание (для обеда 2 смены)</i>   |                 |              |                                |                 |               |                                |
| Чай с сахаром (чай, сахар)  | 200             |              | 60,00                          |                 |               |                                |
| Булочка молочная (мука, масло раст., молоко, дрожжи)  | 95              |              | 242,25                         |                 |               |                                |
| <b>Итого за дополнительное питание</b>  | <b>295</b>      | <b>9,61</b>  | <b>302,25</b>                  |                 |               |                                |

Зав. Производством: Сулова А.А.

Калькулятор: Морозова А.В.



Согласовано  
Директор общеобразовательной организации

Меню школьника  
Столовой общеобразовательной организации

10 января 2024 г.  
среда (3 день)

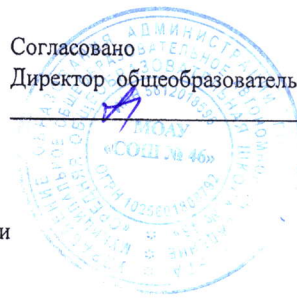
| Наименование блюд   | 7 - 11 лет      |              |                                | 12 - 18 лет     |               |                                |
|---|-----------------|--------------|--------------------------------|-----------------|---------------|--------------------------------|
|   | Масса порции, г | Цена (руб)   | Энергетическая ценность (ккал) | Масса порции, г | Цена (руб)    | Энергетическая ценность (ккал) |
| <b>Завтрак (в т.ч. ОБЗ, УСП)</b>  |                 |              | <b>(в т.ч. УСП)</b>            |                 |               |                                |
| Бутерброд горячий (батон, сметана, масло, сыр)  | 75              |              | 162,28                         | 75              |               | 162,28                         |
| Каша "Дружба" (крупа рисовая, крупа пшеничная, молоко, сахар, масло сл.)                      | 200             |              | 226,20                         | 250             |               | 282,75                         |
| Чай с молоком (1-й вариант) (чай, сахар, молоко сгущенное)                                    | 200             |              | 89,32                          | 200             |               | 89,32                          |
| Хлеб пшеничный  | 36              |              | 84,60                          | 25              |               | 58,75                          |
| <b>Итого за завтрак</b>   | <b>511</b>      | <b>68,98</b> | <b>562,40</b>                  | <b>550</b>      | <b>74,54</b>  | <b>593,10</b>                  |
| <b>Обед</b>   |                 |              |                                |                 |               |                                |
| Салат "Радуга" (капуста, морковь, свекла, яблоки, сахар, лимон. кисл., масло раст.)           | 60              |              | 75,46                          | 100             |               | 125,77                         |
| Рассольник ленинградский (картофель, морковь, лук, крупа перловая, огурцы конс., масло раст.) | 250             |              | 120,75                         | 250             |               | 120,75                         |
| Жаркое по-домашнему (картофель, лук, томатная паста, масло сл.)                               | 160             |              | 305,04                         | 200             |               | 381,30                         |
| Чай апельсиновый (чай, апельсины, сахар)  | 200             |              | 94,08                          | 200             |               | 94,08                          |
| Хлеб пшеничный  | 40              |              | 94,00                          | 40              |               | 94,00                          |
| Хлеб столовый (ржано-пшеничный)   | 40              |              | 72,40                          | 40              |               | 72,40                          |
| <b>Итого за обед</b>  | <b>750</b>      | <b>84,20</b> | <b>761,73</b>                  | <b>830</b>      | <b>102,32</b> | <b>888,30</b>                  |
| <b>Обед (2 смена)(в т.ч. ОБЗ, УСП)</b>  |                 |              | <b>(в т.ч. УСП)</b>            |                 |               |                                |
| Салат "Радуга" (капуста, морковь, свекла, яблоки, сахар, лимон. кисл., масло раст.)           | 60              |              | 75,46                          | 100             |               | 125,77                         |
| Рассольник ленинградский (картофель, морковь, лук, крупа перловая, огурцы конс., масло раст.) | 200             |              | 96,60                          | 250             |               | 120,75                         |
| Жаркое по-домашнему (картофель, лук, томатная паста, масло сл.)                               | 195             |              | 371,77                         | 200             |               | 381,30                         |
| Соки овощные, фруктовые и ягодные   | 200             |              | 46,00                          | 200             |               | 46,00                          |
| Хлеб пшеничный  | 40              |              | 94,00                          | 40              |               | 94,00                          |
| Хлеб столовый (ржано-пшеничный)   | 35              |              | 63,35                          | 40              |               | 72,40                          |
| <b>Итого за обед</b>  | <b>730</b>      | <b>98,46</b> | <b>747,18</b>                  | <b>830</b>      | <b>107,99</b> | <b>840,22</b>                  |
| <b>Полдник</b>  |                 |              |                                |                 |               |                                |
| Молоко кипяченое  | 200             |              | 106                            |                 |               |                                |
| Булочка российская (мука, сахар, масло раст., яйцо)   | 50              |              | 174,17                         |                 |               |                                |
| Фруктовая нарезка (яблоки)  | 50              |              | 23,50                          |                 |               |                                |
| <b>Итого за полдник</b>   | <b>300</b>      | <b>37,48</b> | <b>303,67</b>                  |                 |               |                                |
| <b>Дополнительное питание (для завтрака)</b>  |                 |              |                                |                 |               |                                |
| Чай с сахаром (чай, сахар)  | 180             |              | 54,00                          |                 |               |                                |
| Булочка российская (мука, сахар, масло раст., яйцо)   | 75              |              | 287,10                         |                 |               |                                |
| <b>Итого за дополнительное питание</b>  | <b>255</b>      | <b>9,32</b>  | <b>341,10</b>                  |                 |               |                                |
| <b>Дополнительное питание (для обеда 2 смены)</b>   |                 |              |                                |                 |               |                                |
| Чай с сахаром (чай, сахар)  | 200             |              | 60,00                          |                 |               |                                |
| Булочка российская (мука, сахар, масло раст., яйцо)   | 75              |              | 287,10                         |                 |               |                                |
| <b>Итого за дополнительное питание</b>  | <b>275</b>      | <b>9,61</b>  | <b>347,10</b>                  |                 |               |                                |

Зав. Производством: Сулова А.А.

Калькулятор: Морозова А.В.

«Комбинат школьного питания  
«Подросток»  
ИНН 5610123588 г. Оренбург





Меню школьника  
 Столовой общеобразовательной организации

11 января 2024 г.  
 четверг (4 день)

| Наименование блюд   | 7 - 11 лет      |              |                                | 12 - 18 лет         |               |                                |
|---|-----------------|--------------|--------------------------------|---------------------|---------------|--------------------------------|
|   | Масса порции, г | Цена (руб)   | Энергетическая ценность (ккал) | Масса порции, г     | Цена (руб)    | Энергетическая ценность (ккал) |
| <b>Завтрак (в т.ч. ОБЗ, УСП)</b>  |                 |              |                                | <b>(в т.ч. УСП)</b> |               |                                |
| Куриное филе тушеное в соусе (филе куриное, масло сл., лук, морковь, томатная паста, мука, чеснок, сметана) | 100             |              | 160,00                         | 100                 |               | 160,00                         |
| Каша вязкая (гречневая) (крупа гречневая, масло сл.)  | 175             |              | 199,50                         | 200                 |               | 228,00                         |
| Чай с лимоном (чай, лимоны, сахар)  | 200             |              | 61,62                          | 200                 |               | 61,62                          |
| Хлеб пшеничный  | 40              |              | 94,00                          | 50                  |               | 117,50                         |
| <b>Итого за завтрак</b>   | <b>515</b>      | <b>68,98</b> | <b>515,12</b>                  | <b>550</b>          | <b>71,06</b>  | <b>567,12</b>                  |
| <b>Обед</b>   |                 |              |                                |                     |               |                                |
| Салат из белокочанной капусты (капуста, морковь, сахар, лимон кисл., масло раст.)                           | 60              |              | 52,44                          | 100                 |               | 87,40                          |
| Суп "Кудрявый" (картофель, яйцо, лук, морковь, сметана, масло сл.)  | 200             |              | 99,42                          | 250                 |               | 124,28                         |
| Бифштекс "Нежность" (мясо говядины, мясо свинины, лук, капуста, хлеб, сухари, масло раст.)                  | 90              |              | 197,73                         | 100                 |               | 219,70                         |
| Макаронные изделия отварные (макаронные изд., масло сл.)  | 160             |              | 235,20                         | 180                 |               | 264,60                         |
| Компот из смеси сухофруктов (сухофрукты, сахар)   | 200             |              | 113,79                         | 200                 |               | 113,79                         |
| Хлеб пшеничный  | 20              |              | 47,00                          | 20                  |               | 47,00                          |
| Хлеб столовый (ржано-пшеничный)   | 20              |              | 36,20                          | 20                  |               | 36,20                          |
| <b>Итого за обед</b>  | <b>750</b>      | <b>99,21</b> | <b>781,78</b>                  | <b>870</b>          | <b>113,66</b> | <b>892,97</b>                  |
| <b>Обед (2 смена) (в т.ч. ОБЗ, УСП)</b>   |                 |              |                                | <b>(в т.ч. УСП)</b> |               |                                |
| Салат из белокочанной капусты (капуста, морковь, сахар, лимон кисл., масло раст.)                           | 60              |              | 52,44                          | 100                 |               | 87,40                          |
| Суп "Кудрявый" (картофель, яйцо, лук, морковь, сметана, масло сл.)  | 250             |              | 124,28                         | 250                 |               | 124,28                         |
| Куриное филе тушеное в соусе (филе куриное, масло сл., лук, морковь, томатная паста, мука, чеснок, сметана) | 100             |              | 160,00                         | 100                 |               | 160,00                         |
| Каша вязкая (гречневая) (крупа гречневая, масло сл.)  | 155             |              | 176,70                         | 180                 |               | 205,20                         |
| Компот из смеси сухофруктов (сухофрукты, сахар)   | 200             |              | 113,79                         | 200                 |               | 113,79                         |
| Хлеб пшеничный  | 40              |              | 94,00                          | 43                  |               | 101,05                         |
| Хлеб столовый (ржано-пшеничный)   | 40              |              | 72,40                          | 40                  |               | 72,40                          |
| <b>Итого за обед</b>  | <b>845</b>      | <b>98,46</b> | <b>793,61</b>                  | <b>913</b>          | <b>102,53</b> | <b>864,12</b>                  |
| <b>Полдник</b>  |                 |              |                                |                     |               |                                |
| Ряженка   | 180             |              | 101,27                         |                     |               |                                |
| Булочка с маком (мука, сахар, масло сл., дрожжи, мак, масло раст.)  | 50              |              | 137,50                         |                     |               |                                |
| Фруктовая нарезка (яблоки)  | 70              |              | 32,90                          |                     |               |                                |
| <b>Итого за полдник</b>   | <b>300</b>      | <b>45,10</b> | <b>271,67</b>                  |                     |               |                                |
| <b>Дополнительное питание (для завтрака)</b>  |                 |              |                                |                     |               |                                |
| Чай с сахаром (чай, сахар)  | 200             |              | 60,00                          |                     |               |                                |
| Булочка с маком (мука, сахар, масло сл., дрожжи, мак, масло раст.)  | 100             |              | 275,00                         |                     |               |                                |
| <b>Итого за дополнительное питание</b>  | <b>300</b>      | <b>9,32</b>  | <b>335,00</b>                  |                     |               |                                |
| <b>Дополнительное питание (для обеда 2 смены)</b>   |                 |              |                                |                     |               |                                |
| Чай с сахаром (чай, сахар)  | 180             |              | 54,00                          |                     |               |                                |
| Булочка с маком (мука, сахар, масло сл., дрожжи, мак, масло раст.)  | 100             |              | 275,00                         |                     |               |                                |
| <b>Итого за дополнительное питание</b>  | <b>280</b>      | <b>9,61</b>  | <b>329,00</b>                  |                     |               |                                |

Зав. Производством: Сулова А.А.

Калькулятор: Морозова А.В.





Меню школьника  
 Столовой общеобразовательной организации

12 января 2024 г.  
 пятница (5 день)

| Наименование блюд   | 7 - 11 лет      |              |                                | 12 - 18 лет         |               |                                |
|---|-----------------|--------------|--------------------------------|---------------------|---------------|--------------------------------|
|   | Масса порции, г | Цена (руб)   | Энергетическая ценность (ккал) | Масса порции, г     | Цена (руб)    | Энергетическая ценность (ккал) |
| <b>Завтрак (в т.ч. ОВЗ, УСП)</b>  |                 |              |                                | <b>(в т.ч. УСП)</b> |               |                                |
| "Ежики" с овощами (мясо говядины, мясо свинины, крупа рисовая, лук, морковь, яйцо, масло раст.)   | 94              |              | 175,47                         | 120                 |               | 224,00                         |
| Картофельное пюре (картофель, молоко, масло слив.)  | 165             |              | 179,85                         | 180                 |               | 196,20                         |
| Чай с сахаром (чай, сахар)  | 200             |              | 60,00                          | 200                 |               | 60,00                          |
| Хлеб пшеничный  | 44              |              | 103,40                         | 50                  |               | 117,50                         |
| <b>Итого за завтрак</b>   | <b>503</b>      | <b>68,98</b> | <b>518,72</b>                  | <b>550</b>          | <b>83,91</b>  | <b>597,70</b>                  |
| <b>Обед</b>   |                 |              |                                |                     |               |                                |
| Салат "Здоровье" (морковь, свекла, зеленый горошек, масло раст.)                                  | 60              |              | 72,18                          | 100                 |               | 120,30                         |
| Щи из свежей капусты с картофелем (капуста, картофель, морковь, лук, масло раст., томатная паста) | 200             |              | 66,40                          | 250                 |               | 83,00                          |
| Плов (мясо говядины, крупа рисовая, лук, морковь, масло раст.)                                    | 180             |              | 376,20                         | 220                 |               | 385,00                         |
| Компот из свежих плодов (яблоки, сахар)   | 200             |              | 142,00                         | 200                 |               | 142,00                         |
| Хлеб пшеничный  | 30              |              | 70,5                           | 35                  |               | 82,25                          |
| Хлеб столовый (ржано-пшеничный)   | 30              |              | 54,30                          | 35                  |               | 63,35                          |
| <b>Итого за обед</b>  | <b>700</b>      | <b>90,43</b> | <b>781,58</b>                  | <b>840</b>          | <b>111,94</b> | <b>875,90</b>                  |
| <b>Обед (2 смена)(в т.ч. ОВЗ, УСП)</b>  |                 |              |                                | <b>(в т.ч. УСП)</b> |               |                                |
| Салат "Здоровье" (морковь, свекла, зеленый горошек, масло раст.)                                  | 60              |              | 72,18                          | 100                 |               | 120,30                         |
| Щи из свежей капусты с картофелем (капуста, картофель, морковь, лук, масло раст., томатная паста) | 200             |              | 66,40                          | 250                 |               | 83,00                          |
| "Ежики" с овощами (мясо говядины, мясо свинины, крупа рисовая, лук, морковь, яйцо, масло раст.)   | 110             |              | 205,33                         | 100                 |               | 186,67                         |
| Картофельное пюре (картофель, молоко, масло слив.)  | 150             |              | 163,50                         | 180                 |               | 196,20                         |
| Компот из свежих плодов (яблоки, сахар)   | 200             |              | 142,00                         | 200                 |               | 142,00                         |
| Хлеб пшеничный  | 32              |              | 75,20                          | 50                  |               | 117,50                         |
| Хлеб столовый (ржано-пшеничный)   | 30              |              | 54,30                          | 40                  |               | 72,40                          |
| <b>Итого за обед</b>  | <b>782</b>      | <b>98,46</b> | <b>778,91</b>                  | <b>920</b>          | <b>105,23</b> | <b>918,07</b>                  |
| <b>Полдник</b>  |                 |              |                                |                     |               |                                |
| Соки овощные, фруктовые и ягодные   | 200             |              | 92,00                          |                     |               |                                |
| Корж молочный   | 60              |              | 239,00                         |                     |               |                                |
| Фруктовая нарезка (яблоки)  | 50              |              | 23,50                          |                     |               |                                |
| <b>Итого за полдник</b>   | <b>310</b>      | <b>40,24</b> | <b>354,50</b>                  |                     |               |                                |
| <b>Дополнительное питание (для завтрака)</b>  |                 |              |                                |                     |               |                                |
| Чай с сахаром (чай, сахар)  | 180             |              | 54,00                          |                     |               |                                |
| Булочка школьная (мука, сахар, масло раст., дрожжи, масло сл.)                                    | 95              |              | 271,70                         |                     |               |                                |
| <b>Итого за дополнительное питание</b>  | <b>275</b>      | <b>9,32</b>  | <b>325,70</b>                  |                     |               |                                |
| <b>Дополнительное питание (для обеда 2 смены)</b>   |                 |              |                                |                     |               |                                |
| Чай с сахаром (чай, сахар)  | 200             |              | 60,00                          |                     |               |                                |
| Булочка школьная (мука, сахар, масло раст., дрожжи, масло сл.)                                    | 95              |              | 271,70                         |                     |               |                                |
| <b>Итого за дополнительное питание</b>  | <b>295</b>      | <b>9,61</b>  | <b>331,70</b>                  |                     |               |                                |

Зав. Производством: Сулова А.А.

Калькулятор: Морозова А.В.



Согласовано  
Директор общеобразовательной организации



Меню школьника  
Столовой общеобразовательной организации

13 января 2024 г.  
суббота (6 день)

| Наименование блюд   | 7 - 11 лет      |              |                                | 12 - 18 лет     |              |                                |
|---|-----------------|--------------|--------------------------------|-----------------|--------------|--------------------------------|
|   | Масса порции, г | Цена (руб)   | Энергетическая ценность (ккал) | Масса порции, г | Цена (руб)   | Энергетическая ценность (ккал) |
| <i>Завтрак (в т.ч. ОВЗ, УСП)</i>                              |                 |              | <i>(в т.ч. УСП)</i>            |                 |              |                                |
| Сыр (порциями)  | 13              |              | 47,32                          | 13              |              | 47,32                          |
| Каша пшенная вязкая (крупа пшенная, молоко, сахар, масло сл.) | 200             |              | 209,00                         | 250             |              | 261,25                         |
| Кисель с витаминами "Витошка"                                 | 200             |              | 74,00                          | 200             |              | 74,00                          |
| Булочка ванильная (мука, масло раст., яйцо, дрожжи)           | 70              |              | 231,00                         | 70              |              | 231,00                         |
| Хлеб пшеничный  | 36              |              | 84,60                          | 20              |              | 47,00                          |
| <b>Итого за завтрак</b>                                       | <b>519</b>      | <b>65,80</b> | <b>645,92</b>                  | <b>553</b>      | <b>73,79</b> | <b>660,57</b>                  |

*Дополнительное питание (для завтрака)*

|  |            |             |               |
|--|------------|-------------|---------------|
| Чай с сахаром (чай, сахар)             | 180        |             | 54,00         |
| Гренки из пшеничного хлеба             | 53         |             | 177,13        |
| <b>Итого за дополнительное питание</b> | <b>233</b> | <b>9,32</b> | <b>231,13</b> |

*Дополнительное питание (для обеда 2 смены)*

|  |            |             |               |
|--|------------|-------------|---------------|
| Чай с сахаром (чай, сахар)             | 200        |             | 60,00         |
| Гренки из пшеничного хлеба             | 53         |             | 177,13        |
| <b>Итого за дополнительное питание</b> | <b>253</b> | <b>9,61</b> | <b>237,13</b> |

Зав. Производством: Сулова А.А.

Калькулятор: Морозова А.В.

