

Утверждаю:  
Директор МБОУ С(К)ШИ  
Л.Н. Чистина

СТОЛОВАЯ  
МЕНЮ «12» март 2016 г.

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
<b>Завтрак</b>			
Каша молочная пшеничная жидкая		200/5	243,92
Бутерброд с повидлом		20/35/10	209,3
Какао с молоком сгущенным		200/38/8	154,15
Хлеб пшеничный		30	90,62
		<b>546</b>	<b>697,99</b>
<b>Обед</b>			
Помидор свежий нарезка		60	13,8
Рассольник ленинградский сметаной со		200	119,68
Птица отварная		90/5	312,02
Рис отварной		150	225,18
Компот из кураги		200	91,98
Хлеб ржано-пшеничный		30	94,08
Хлеб пшеничный		30	90,62
		<b>765</b>	<b>947,36</b>
<b>Полдник</b>			
Булочка домашняя		80	304,27
Чай с сахаром и лимоном		200/15/7	61,62
		<b>302</b>	<b>365,89</b>
<b>Ужин</b>			
Овощное рагу		250	238,99
Чай с сахаром		200/15	60
Хлеб ржано-пшеничный		30	94,08
Хлеб пшеничный		30	90,62
		<b>525</b>	<b>483,69</b>
<b>Поздний ужин</b>			
Йогурт		200	117,31
		<b>200</b>	<b>117,31</b>

Шеф-повар \_\_\_\_\_

Мед.сестра \_\_\_\_\_

Утверждаю:  
Директор МБОУ С(К)ШИ  
Л.Н. ЧИСТИНА

СТОЛОВАЯ  
МЕНЮ «12» март 2016 г.

Возрастная категория: от 12 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
<b>Завтрак</b>			
Каша молочная пшеничная жидкая		250	304,88
Бутерброд с повидлом		20/35/10	209,30
Какао с молоком сгущенным		200/38/8	154,15
Хлеб пшеничный		60	181,24
		<b>617</b>	<b>849,57</b>
<b>Обед</b>			
Помидор свежий нарезка		100	23,0
Рассольник ленинградский сметаной со		250	149,6
Птица отварная		120/5	416,03
Рис отварной		200	300,24
Компот из кураги		200	91,98
Хлеб ржано-пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
		<b>995</b>	<b>1650,49</b>
<b>Полдник</b>			
Булочка домашняя		130	494,43
Чай с сахаром и лимоном		200/15/7	61,62
		<b>352</b>	<b>556,02</b>
<b>Ужин</b>			
Овощное рагу		280	267,67
Чай с сахаром		200/15	60
Хлеб ржано-пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
		<b>615</b>	<b>697,07</b>
<b>Поздний ужин</b>			
Йогурт		200	117,31
		<b>200</b>	<b>117,31</b>

Шеф-повар \_\_\_\_\_

Мед.сестра \_\_\_\_\_

Утверждаю:  
Директор МБОУ С(К)ШИ  
*Л.Н. Чистина*

СТОЛОВАЯ  
МЕНЮ «13» май 2026г.

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
<b>Завтрак</b>			
Каша рисовая молочная жидкая с маслом		200/5	210,13
Чай с сахаром		200/15	48,64
Хлеб пшеничный		60	181,24
Яйцо вареное (шт)		40	62,80
		<b>520</b>	<b>502,81</b>
<b>Обед</b>			
Огурцы соленые		60	8,4
Суп картофельный с горохом		200	79,03
Гуляш из говядины		70/20	331,53
Каша гречневая рассыпчатая		150	263,8
Компот из смеси сухофруктов		200	113,79
Хлеб ржано-пшеничный		30	94,08
Хлеб пшеничный		30	90,62
		<b>760</b>	<b>1179,25</b>
<b>Полдник</b>			
Булочка «Веснушка»		100	332,17
Сок фруктовый		200	88,0
		<b>300</b>	<b>420,17</b>
<b>Ужин</b>			
Голубцы ленивые		90/40	136,56
Картофельное пюре		150	160,41
Чай с сахаром		200/15	60
Хлеб ржано-пшеничный		30	94,08
Хлеб пшеничный		30	90,62
		<b>555</b>	<b>541,67</b>
<b>Поздний ужин</b>			
Кефир		200	163,80
		<b>200</b>	<b>163,80</b>

Шеф-повар \_\_\_\_\_

Мед.сестра \_\_\_\_\_

Утверждаю:  
Директор МБОУ С(К)ШИ  
*Л.Н. ЧИСТИНА*

СТОЛОВАЯ  
МЕНЮ «13» май 2026г.

Возрастная категория: от 12 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
<b>Завтрак</b>			
Каша рисовая молочная жидкая с маслом		250	256,13
Чай с сахаром		200/15	48,64
Хлеб пшеничный		60	181,24
Яйцо вареное (шт)		40	62,80
		<b>565</b>	<b>502,81</b>
<b>Обед</b>			
Огурцы соленые		100	14
Суп картофельный с горохом		250	98,79
Гуляш из говядины		80/30	378,83
Каша гречневая рассыпчатая		200	351,73
Компот из смеси сухофруктов		200	113,79
Хлеб ржано-пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
		<b>980</b>	<b>1326,54</b>
<b>Полдник</b>			
Булочка «Веснушка»		100	332,16
Сок фруктовый		200	88,0
		<b>300</b>	<b>420,16</b>
<b>Ужин</b>			
Голубцы ленивые		120/30	182,07
Картофельное пюре		200	213,88
Чай с сахаром		200/15	60,0
Хлеб ржано-пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
		<b>685</b>	<b>825,35</b>
<b>Поздний ужин</b>			
Кефир		200	163,8
		<b>200</b>	<b>163,8</b>

Шеф-повар \_\_\_\_\_

Мед.сестра \_\_\_\_\_

Утверждаю:  
Директор МБОУ С(К)ШИ  
И.Н. Чистина

СТОЛОВАЯ  
МЕНЮ «14» *март* 20*26* г.

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
<b>Завтрак</b>			
Омлет с зеленым горошком		205	231,28
Какао на сгущенном молоке		200/38/8	154,15
Хлеб пшеничный		30	90,62
Сдоба обыкновенная с маслом сливочным		60/10	259,0
		<b>551</b>	<b>735,05</b>
<b>Обед</b>			
Салат из белокочанной капусты с морковью		60	7,2
Суп крестьянский с крупой		200	112,4
Суфле рыбное		90	100,8
Картофельное пюре		150	160,41
Компот из свежих яблок (с витамином С)		200	114,56
Хлеб ржано-пшеничный		30	94,08
Хлеб пшеничный		30	90,62
		<b>760</b>	<b>680,07</b>
<b>Полдник</b>			
Бутерброд с сыром		50/40	304,00
Чай с сахаром и лимоном		200/15/7	61,62
		<b>312</b>	<b>365,62</b>
<b>Ужин</b>			
Тефтели из говядины в молочном соусе		90/40	280,07
Макароны отварные с маслом слив.		150	211,09
Чай с сахаром		200/15	60
Хлеб ржано-пшеничный		30	94,08
Хлеб пшеничный		30	90,62
		<b>555</b>	<b>735,86</b>
<b>Поздний ужин</b>			
Молоко кипячёное		200	117,31
		<b>200</b>	<b>117,31</b>

Шеф-повар \_\_\_\_\_

Мед.сестра \_\_\_\_\_

Утверждаю:  
Директор МБОУ С(К)ШИ  
И.Н. ЧИСТИНА

СТОЛОВАЯ  
МЕНЮ «14» *март* 20*26* г.

Возрастная категория: от 12 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
<b>Завтрак</b>			
Омлет с зеленым горошком		255	287,69
Какао на сгущенном молоке		200/38/8	154,15
Хлеб пшеничный		60	181,24
Сдоба обыкновенная с маслом сливочным		60/10	259,0
		<b>631</b>	<b>882,08</b>
<b>Обед</b>			
Салат из белокочанной капусты с морковью		100	12,00
Суп крестьянский с крупой		250	140,50
Суфле рыбное		120	134,40
Картофельное пюре		200	213,88
Компот из свежих яблок (с витамином С)		200	114,56
Хлеб ржано-пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
		<b>990</b>	<b>904,74</b>
<b>Полдник</b>			
Бутерброд с сыром		50/40	304,00
Чай с сахаром и лимоном		200/15/7	61,62
		<b>312</b>	<b>365,62</b>
<b>Ужин</b>			
Тефтели из говядины в молочном соусе		120/40	373,43
Макароны отварные с маслом слив.		200	281,45
Чай с сахаром		200/15	60,0
Хлеб ржано-пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
		<b>695</b>	<b>1084,28</b>
<b>Поздний ужин</b>			
Молоко кипячёное		200	117,31
		<b>200</b>	<b>117,31</b>

Шеф-повар \_\_\_\_\_

Мед.сестра \_\_\_\_\_

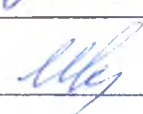
Утверждаю:  
Директор МБОУ С(К)ШИ  
Л.Н. Чистина

СТОЛОВАЯ  
МЕНЮ «15» март 2026 г.

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

№ наименование	цена	выход	энерг. цен. ккал
<b>Завтрак</b>			
Каша «Дружба»		200/5	241,11
Чай с сахаром		200/15	48,64
Печенье		50	207,5
Хлеб пшеничный		30	90,62
		<b>500</b>	<b>587,87</b>
<b>Обед</b>			
Огурец соленый		60	42,01
Свекольник		200	83,33
Котлеты «Школьные»		90/5	191,7
Пюре картофельное с маслом		100	106,97
Капуста тушеная		50	43,58
Напиток из шиповника		200	46,87
Хлеб ржано-пшеничный		30	94,08
Хлеб пшеничный		30	90,62
		<b>765</b>	<b>699,16</b>
<b>Полдник</b>			
Ватрушка с повидлом		80	292,08
Чай с сахаром и лимоном		200/15/7	61,62
		<b>302</b>	<b>353,7</b>

Шеф-повар 

Мед.сестра 

Утверждаю:  
Директор МБОУ С(К)ШИ  
Л.Н. ЧИСТИНА

СТОЛОВАЯ  
МЕНЮ «15» март 2026 г.

Возрастная категория: от 12 лет

№ наименование	цена	выход	энерг. цен. ккал
<b>Завтрак</b>			
Каша «Дружба»		250/5	301,39
Чай с сахаром		200/15	48,64
Печенье		50	207,5
Хлеб пшеничный		60	181,24
		<b>580</b>	<b>738,77</b>
<b>Обед</b>			
Огурец соленый		100	12,00
Свекольник		250	104,16
Котлета Школьная		120	302,93
Пюре картофельное с маслом		150	281,45
Капуста тушеная		50	43,58
Напиток из шиповника		200	46,87
Хлеб ржано-пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
		<b>995</b>	<b>1050,09</b>
<b>Полдник</b>			
Ватрушка с повидлом		130	474,65
Чай с сахаром и лимоном		200/15/7	61,62
		<b>352</b>	<b>536,27</b>

Шеф-повар 

Мед.сестра 