

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

СТОЛОВАЯ
МЕНЮ « 7 » сентября 2020 г.

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
Завтрак			
Каша кукурузная молочная жидкая		200/5	232,2
Чай с сахаром и лимоном		200/15/7	61,62
Бутерброд с сыром		25/20	152,00
Хлеб пшеничный		30	90,62
		502	549,16

Обед

Огурец соленый	10	60	7,2
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	6-17	200	88,89
Птица отварная	33-63	90/5	312,02
Рис отварной	9-18	150	225,18
Компот из смеси сухофруктов	5-18	200	113,79
Хлеб ржано- пшеничный	3-11	30	94,08
Хлеб пшеничный	5-40	30	90,62
	73-16	765	931,78

Полдник

ПЕЧЕНЬЕ		80	338,8
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ		200/15/7	61,62
		302	400,42

УЖИН

ЗАПЕКАНКА МАННАЯ С ЯЛОКАМИ		200/5	323,6
ЧАЙ С САХАРОМ		200/15	60
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧН		30	94,08
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		60	181,24
		510	658,92

ПОЗДНИЙ УЖИН

КЕФИР		200	163,8
		200	163,8

Шеф-повар _____

Мед.сестра _____

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

СТОЛОВАЯ
МЕНЮ « 7 сентября 2020 г.

Возрастная категория: от 12 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
Завтрак			
Каша кукурузная молочная жидкая		250/5	290,25
Чай с сахаром и лимоном		200/15/7	61,62
Бутерброд с сыром		25/20	152,00
Хлеб пшеничный		60	181,24
		582	685,11

Обед

Огурец соленый		100	12,00
Борщ с капустой и картофелем со сметаной		250	111,11
Птица отварная		120/5	416,00
Рис отварной		200	300,24
Компот из смеси сухофруктов		200	113,79
Хлеб ржано- пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
		995	1322,50

Полдник

Печенье		130	550,50
Чай с сахаром и лимоном		200/15/7	61,62
		352	612,12

Ужин

Запеканка манная с яблоками		250/5	404,50
Чай с сахаром		200/15	60
Хлеб ржано-пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
		590	833,90

Поздний ужин

Кефир		200	163,8
		200	163,8

Шеф-повар _____

Мед.сестра _____

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

СТОЛОВАЯ
МЕНЮ «8 сентября 2026 г.

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
Завтрак			
Каша молочная		200/5	243,92
пшеничная жидкая			
Булочка «Нежная»		60/10	453,6
Какао с молоком сгущенным		190/38/3	154,15
Хлеб пшеничный		30	90,62
		536	942,29
Обед			
Салат из отварной свеклы	1-47	60	45,2
Рассольник домашний	13-47	200	119,6
Котлета из говядины	58-96	90	227,2
Макароны отварные с маслом слив.	8-14	150	211,09
Компот из кураги	6-22	200	91,98
Хлеб ржано-пшеничный	3-14	30	94,08
Хлеб пшеничный	5-90	30	90,62
	97-27	760	879,77
Полдник			
Пряники		100	359
Чай с сахаром и лимоном		200/15/7	61,62
		322	420,26
Ужин			
Овощное рагу		250	238,99
Чай с сахаром		200/15	60
Хлеб ржано-пшеничный		30	94,08
Хлеб пшеничный		30	90,62
		525	483,69
Поздний ужин			
Йогурт		200	117,31
		200	117,31

Шеф-повар _____

Мед.сестра _____

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

СТОЛОВАЯ
МЕНЮ «8 сентября 2026 г.

Возрастная категория: от 12 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
Завтрак			
Каша молочная		250/5	304,9
пшеничная жидкая			
Булочка «Нежная»		60/10	453,6
Какао с молоком сгущенным		190/38/3	154,15
Хлеб пшеничный		60	181,24
		616	1093,89
Обед			
Салат из отварной свеклы		100	75,33
Рассольник домашний		250	149,50
Котлета из говядины		120	302,93
Макароны отварные с маслом слив.		200	281,45
Компот из кураги		200	91,98
Хлеб ржано-пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
		990	1270,59
Полдник			
Пряники		130	466,70
Чай с сахаром и лимоном		200/15/7	61,62
		322	528,32
Ужин			
Овощное рагу		280	267,67
Чай с сахаром		200/15	60
Хлеб ржано-пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
		615	697,07
Поздний ужин			
Йогурт		200	117,31
		200	117,31

Шеф-повар _____

Мед.сестра _____

Утверждаю
Директор МБОУ С(К)ШИ

И.Н. Чистина

СТОЛОВАЯ

МЕНЮ « 9 сентября 2026 г.

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
Завтрак			
Каша манная молочная вязкая		200/5	244,92
Чай с сахаром		200/15	48,64
Вафли		50	270,5
Хлеб пшеничный.		30	90,62
		500	654,68
Обед			
Салат из свежих помидоров	<u>10-06</u>	60	68,28
Суп картофельный с клецками	<u>6-07</u>	200/30	89,55
Суфле рыбное	<u>30-92</u>	90	100,8
Картофельное пюре	<u>11-67</u>	150	160,41
Сок фруктовый	<u>14-61</u>	200	88,0
Хлеб ржано-пшеничный	<u>3-11</u>	30	94,08
Хлеб пшеничный	<u>5-90</u>	30	90,62
		790	691,74
Полдник			
Пирожок с повидлом		80	225,83
Чай с сахаром и лимоном		200/15 /7	61,62
		302	287,45
Ужин			
Кура отварная		90/5	312,02
Рис отварной		150	225,18
Чай с сахаром		200/15	60
Хлеб ржано-пшеничный		30	94,08
Хлеб пшеничный		30	90,62
		520	781,9
Поздний ужин			
Кефир		200	163,80
		200	163,80

Шеф-повар 

Мед.сестра 

Утверждаю:

Директор МБОУ С(К)ШИ

И.Н. ЧИСТИНА

СТОЛОВАЯ

МЕНЮ « 9 сентября 2026 г.

Возрастная категория: от 12 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
Завтрак			
Каша манная молочная вязкая		250/5	306,15
Чай с сахаром		200/15	48,64
Пряник		50	270,5
Хлеб пшеничный.		60	181,24
		625	806,53
Обед			
Салат из свежих помидоров		100	113,80
Суп картофельный с клецками		250/30	111,94
Суфле рыбное		120	134,40
Картофельное пюре		200	213,88
Сок фруктовый		200	88,0
Хлеб ржано-пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
		1020	1031,42
Полдник			
Пирожок с повидлом		130	366,82
Чай с сахаром и лимоном		200/15 /7	61,62
		352	428,44
Ужин			
Курица отварная		100/5	346,69
Рис отварной с маслом		200	300,24
Чай с сахаром		200	60
Хлеб ржано-пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
		860	1233,67
Поздний ужин			
Кефир		200	163,80
		200	163,80

Шеф-повар 

Мед.сестра 

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

СТОЛОВАЯ
МЕНЮ «10 сентября» 20__ г.

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
Завтрак			
Каша ячневая молочная вязкая		200/5	246,87
Кофейный напиток на сгущенном молоке		200	131,87
Сдоба обыкновенная с маслом сливочным		60/10	259,0
Хлеб пшеничный		30	90,62
		505	728,36

Обед

Салат из белокочанной капусты с морковью		60 3-84	42,01
Суп картофельный с макаронными изделиями		200 6-32	99,27
Плов из отварной птицы		90 65-91	100,8
Напиток из шиповника		200 5-83	46,87
Хлеб ржано-пшеничный		30 3-11	94,08
Хлеб пшеничный		30 5-90	90,62
		760	1226,67

Полдник

Коржик		80	322,8
Чай с сахаром и лимоном		200/15/7	61,62
		302	384,42

Ужин

Котлета из говядины		90	227,2
Капуста тушёная		150	52,30
Чай с сахаром		200/15	60
Хлеб ржано-пшеничный		30	94,08
Хлеб пшеничный		30	90,62
		515	524,2

Поздний ужин

Молоко кипячёное		200	117,31
		200	117,31

Шеф-повар _____

Мед.сестра _____

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

СТОЛОВАЯ
МЕНЮ «10 сентября» 20__ г.

Возрастная категория: от 12 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
Завтрак			
Каша ячневая молочная вязкая		250/5	308,59
Кофейный напиток на сгущенном молоке		190/38/3	154,15
Сдоба обыкновенная с маслом сливочным		60/10	259,0
Хлеб пшеничный		60	181,24
		616	902,98

Обед

Салат из белокочанной капусты с морковью		100	70,02
Суп картофельный с макаронными изделиями		250	124,09
Плов из отварной птицы		280	996,12
Напиток из шиповника		200	46,87
Хлеб ржано-пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
		950	1606,5

Полдник

Коржик		130	524,55
Чай с сахаром и лимоном		200/15/7	61,62
		352	586,17

Ужин

Котлета из говядины		120	302,93
Капуста тушёная		200	69,73
Чай с сахаром		200/15	60
Хлеб ржано-пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
		655	802,06

Поздний ужин

Молоко кипячёное		200	117,31
		200	117,31

Шеф-повар _____

Мед.сестра _____

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

СТОЛОВАЯ
МЕНЮ «11 сентября» 2016 г.

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
Завтрак			
Каша пшенная молочная жидкая		200/5	227,16
Чай с сахаром с лимоном		200/15/7	61,62
Хлеб пшеничный		30	90,62
Бутерброд с джемом		10/20/15	156,6
		502	536,0
Обед			
Салат из моркови	4-05	60	11,50
Суп картофельный с рыбной консервой	10-58	200	147,58
Тефтели из говядины в молочном соусе	67-81	90/40	280,07
Макароны отварные с маслом слив.	7-95	150	211,09
Компот из смеси сухофруктов	5-15	200	113,79
Хлеб ржано- пшеничный	3-11	30	94,08
Хлеб пшеничный	5-90	30	90,62
	110-54	800	948,53
Полдник			
Булочка домашняя		80	304,27
Чай с сахаром и лимоном		200/15/7	61,62
		302	365,89

Шеф-повар _____

Мед.сестра _____

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

СТОЛОВАЯ
МЕНЮ «11 сентября» 2016 г.

Возрастная категория: от 12 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
Завтрак			
Каша пшенная молочная жидкая		250/5	283,95
Чай с сахаром с лимоном		200/15/7	61,62
Хлеб пшеничный		60	181,24
Бутерброд с джемом		10/20/15	156,60
		582	683,41
Обед			
Салат из моркови		100	19,17
Суп картофельный с рыбной консервой		250	184,48
Тефтели из говядины в молочном соусе		120/40	373,43
Греча отварная с маслом		200	351,73
Компот из смеси сухофруктов		200	113,79
Хлеб ржано- пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
		1030	1341,72
Полдник			
Булочка домашняя		130	494,43
Чай с сахаром и лимоном		200/15/7	61,62
		352	556,05

Шеф-повар _____

Мед.сестра _____