

Утверждаю:



МЕНЮ ЗАВТРАКА

для всех категорий обучающихся, включая детей с ОВЗ и инвалидов
(возраст 7-11 лет)

Наименование изделий (блюд)	Г	ЭЦ, ккал
-----------------------------	---	-------------

25 сентября 2023 г. Понедельник

Биточки (котлеты) из мяса говядины с крупой (геркулес)	90	182,39
Соус красный основной	50	21,09
Макаронные изделия отварные	150	183,94
Сок	200	86,48
Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
Хлеб ржаной	20	38,68

Итого за 'Завтрак'

565,21

26 сентября 2023 г. Вторник

Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	60	63,06
Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины с овощами	250	344,32
Напиток из шиповника (вариант 2)	200	74,32
Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
Хлеб ржаной	20	38,68

Итого за 'Завтрак'

573,02

27 сентября 2023 г. Среда

Хлеб с сыром	30/10	104,07
Омлет запеченный или паровой	150	211,23
Какао с молоком и витаминами Витошка	200	96,54
Батон	45	115,89
Пряники	80	293,39

Итого за 'Завтрак'

821,12

28 сентября 2023 г. Четверг

Бедро куриное отварное в соусе	130	203,86
Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	265,93
Чай	200	37,80
Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
Хлеб ржаной	20	38,68
Йогурт "Растишка"	110	98,25

Итого за 'Завтрак'

697,15

29 сентября 2023 г. Пятница

Биточки (котлеты) из рыбы (минтай)	100	105,43
Рис припущенный с овощами	150	238,03
Чай с лимоном	200/5	39,63
Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
Хлеб ржаной	20	38,68
Апельсин	180,00	53,64

Итого за 'Завтрак'

528,04

Утверждаю:

МЕНЮ ЗАВТРАКА

для всех категорий обучающихся, включая детей с ОВЗ и инвалидов
(возраст 12-18 лет)



	Наименование изделий (блюд)	Выход	ЭЦ, ккал
--	-----------------------------	-------	----------

25 сентября 2023 г. Понедельник

	Гуляш из мяса говядины	120	265,40
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180	319,11
	Чай	200	37,80
	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
	Хлеб ржаной	25	48,35
	Итого за 'Завтрак'		754,88

26 сентября 2023 г. Вторник

	Рыба, запеченная в омлете (минтай)	100	144,00
	Каша рисовая рассыпчатая	180	236,10
	Чай с лимоном	200/5	39,63
	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
	Хлеб ржаной	25	48,35
	Итого за 'Завтрак'		552,29

27 сентября 2023 г. Среда

	Фрикадельки из мяса говядины припущенные	100	197,30
	Картофельное пюре	180	159,10
	Напиток с витаминами Витошка	200	70,71
	Хлеб крестьянский с Валитек-8	45	94,74
	Хлеб ржаной	25	48,35
	Итого за 'Завтрак'		570,20

28 сентября 2023 г. Четверг

	Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)	100	137,99
	Макаронные изделия отварные с сыром	180	223,05
	Чай	200	37,80
	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
	Хлеб ржаной	30	58,01
	Итого за 'Завтрак'		541,08

29 сентября 2023 г. Пятница

	Хлеб с маслом и сыром	40,00	121,87
	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	250,00	251,38
	Чай с молоком	200	95,20
	Батон	65	167,39
	Итого за 'Завтрак'		635,84