



Утверждаю:

МЕНЮ ЗАВТРАКА

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

	Наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	ЭЦ, ккал
--	-----------------------------	--------------	-------------

9 октября 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

10 октября 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

11 октября 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

12 октября 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

13 октября 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:

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

9 октября 2023 г. Понедельник

754.88

552.29

570.20

541,08

635,84