



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

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

04 декабря 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

05 декабря 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

06 декабря 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 с каротином	45	115,89
Пряники	80	293,39
Итого за 'Завтрак'		821,12

07 декабря 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
Итого за 'Завтрак'		598,90

08 декабря 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



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

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

04 декабря 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**

05 декабря 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**

06 декабря 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**

07 декабря 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**

08 декабря 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 с каротином	65	167,39

Итого за 'Завтрак' **635,84**