

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

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

19 февраля 2024 г. Понедельник

42/1	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растительным маслом	60	74,48
19/2	Суп картофельный с рыбой (минтай)	250	157,97
36/8	Тефтели из мяса говядины с рисом	90	197,88
8/11	Соус красный основной	50	21,09
46/3	Макаронные изделия отварные	150	183,94
6/10	Компот из сухофруктов	200	87,60
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68

Итого за 'Обед'**814,27****20 февраля 2024 г. Вторник**

20/1	Салат из свежих томатов с растительным маслом	60	46,05
28/2	Суп-пюре гороховый	250	134,13
40/2	Гренки (сухарики)	20	50,40
54-9м-2	Жаркое по-домашнему	200	306,96
12/10	Компот из чернослива и изюма	200	88,66
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68

Итого за 'Обед'**717,52****21 февраля 2024 г. Среда**

6/1	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	60	55,62
14/2	Суп картофельный с крупой	250	151,27
-	Мясо говядины отварное	20	55,99
7/7	Рыба, запеченная с сыром	100	171,34
38/3	Рис припущенный с овощами	150	238,03
29/10	Чай с лимоном	200/5	39,63
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68

Итого за 'Обед'**803,18****22 февраля 2024 г. Четверг**

40/1	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	60	63,06
22/2	Суп-лапша на курином бульоне	250	148,02
4/9	Плов из мяса кур (филе)	250	338,59
27/10	Чай	200	37,80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68

Итого за 'Обед'**678,78**

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

№	Наименование блюда	Блюда	Энергетическая ценность (ккал)
---	--------------------	-------	--------------------------------

19 февраля 2024 г. Понедельник

42/1	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растительным маслом	100	124,14
19/2	Суп картофельный с рыбой (минтай)	250	157,97
20/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины, запеченные со сметанным соусом	100/50	248,80
43/3	Каша рисовая рассыпчатая	180	236,10
6/10	Компот из сухофруктов	200	87,60
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35

Итого за 'Обед'**987,16****20 февраля 2024 г. Вторник**

20/1	Салат из свежих помидоров с растительным маслом	100	76,75
28/2	Суп-пюре гороховый	250	134,13
40/2	Гренки (сухарики)	20	50,40
54-9м-2	Жаркое по-домашнему	250	383,70
12/10	Компот из чернослива и изюма	200	88,66
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35

Итого за 'Обед'**866,21****21 февраля 2024 г. Среда**

6/1	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	100	92,69
14/2	Суп картофельный с крупой	250	151,27
-	Мясо говядины отварное	20	55,99
42/8	Тефтели из мяса говядины	100	235,66
32/3	Рагу из овощей	180	132,48
6/10	Компот из изюма	200	88,91
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35

Итого за 'Обед'**889,56****22 февраля 2024 г. Четверг**

40/1	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	105,10
22/2	Суп-лапша на курином бульоне	250	148,02
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)	100	137,99
47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	180	223,05
37/10	Напиток из шиповника (вариант 2)	200	74,32
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35

Итого за 'Обед'**821,04**