



Утверждаю: директор МАОУ СОШ № 5 Сафронова О.В.

## МЕНЮ ЗАВТРАКА

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



| № | Наименование блюда | Выход, г | ЭЦ, ккал |
|---|--------------------|----------|----------|
|---|--------------------|----------|----------|

### 1 октября 2024 г. Вторник

|                           |                                     |     |               |
|---------------------------|-------------------------------------|-----|---------------|
| 36/8                      | Тефтели из мяса говядины с рисом    | 100 | 219,86        |
| 47/3                      | Макаронные изделия отварные с сыром | 180 | 223,05        |
| 27/10                     | Чай                                 | 200 | 37,80         |
| пром.                     | Хлеб крестьянский с Валитек-8       | 40  | 84,22         |
| пром.                     | Хлеб ржаной                         | 30  | 58,01         |
| <b>Итого за 'Завтрак'</b> |                                     |     | <b>622,95</b> |

### 2 октября 2024 г. Среда

|                           |                               |       |               |
|---------------------------|-------------------------------|-------|---------------|
| 7/7                       | Рыба, запеченная с сыром      | 100   | 171,34        |
| 3/3                       | Картофельное пюре             | 200   | 176,78        |
| 29/10                     | Чай с лимоном                 | 200/5 | 39,63         |
| пром.                     | Хлеб крестьянский с Валитек-8 | 40    | 105,27        |
| пром.                     | Хлеб ржаной                   | 30    | 58,01         |
| <b>Итого за 'Завтрак'</b> |                               |       | <b>551,03</b> |

### 3 октября 2024 г. Четверг

|                           |                               |     |               |
|---------------------------|-------------------------------|-----|---------------|
| 1/6                       | Яйцо отварное                 | 40  | 62,78         |
| 4/9                       | Плов из мяса кур (филе)       | 250 | 338,59        |
| 27/10                     | Чай                           | 200 | 37,80         |
| пром.                     | Хлеб крестьянский с Валитек-8 | 40  | 84,22         |
| пром.                     | Хлеб ржаной                   | 30  | 58,01         |
| <b>Итого за 'Завтрак'</b> |                               |     | <b>518,62</b> |

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |