

**МЕНЮ ОБЕДА**

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



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

**25 ноября 2024 г. Понедельник**

|                        |  |               |               |
|------------------------|--|---------------|---------------|
| 47/1                   | Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом | 60,00         | 63,74         |
| 19/2                   | Суп картофельный с рыбой (минтай)  | 250,00        | 157,97        |
| 36/8                   | Тефтели из мяса говядины с рисом   | 90,00         | 197,88        |
| 47/3                   | Макаронные изделия отварные с сыром  | 150,00        | 185,88        |
| 6/10                   | Компот из сухофруктов  | 200,00        | 87,60         |
| пром.                  | Хлеб крестьянский с Валитек-8  | 35,00         | 73,69         |
| пром.                  | Хлеб ржаной  | 25,00         | 48,35         |
| <b>Итого за 'Обед'</b> |  | <b>810,00</b> | <b>815,10</b> |

**26 ноября 2024 г. Вторник**

|                        |   |               |               |
|------------------------|---|---------------|---------------|
| 20/1                   | Салат из свежих томатов с растительным маслом | 60,00         | 46,05         |
| 28/2                   | Суп-пюре гороховый                            | 250,00        | 134,13        |
| 40/2                   | Гренки (сухарики)                             | 20,00         | 50,40         |
| 54-9м-2                | Жаркое по-домашнему                           | 200,00        | 306,96        |
| пром.                  | Напиток с витаминами Витошка                  | 200,00        | 70,71         |
| пром.                  | Хлеб крестьянский с Валитек-8                 | 35,00         | 73,69         |
| пром.                  | Хлеб ржаной                                   | 25,00         | 48,35         |
| <b>Итого за 'Обед'</b> |   | <b>790,00</b> | <b>730,30</b> |

**27 ноября 2024 г. Среда**

|                        |  |               |               |
|------------------------|--|---------------|---------------|
| 6/1                    | Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом | 60,00         | 55,62         |
| 14/2                   | Суп картофельный с крупой                                      | 250,00        | 151,27        |
| -                      | Мясо говядины отварное   | 20,00         | 55,99         |
| 7/7                    | Рыба, запеченная с сыром                                       | 100,00        | 171,34        |
| 3/3                    | Картофельное пюре  | 150,00        | 132,59        |
| 29/10                  | Чай с лимоном  | 200,00        | 38,66         |
| пром.                  | Хлеб крестьянский с Валитек-8                                  | 35,00         | 73,69         |
| пром.                  | Хлеб ржаной  | 25,00         | 48,35         |
| <b>Итого за 'Обед'</b> |  | <b>840,00</b> | <b>727,50</b> |

**28 ноября 2024 г. Четверг**

|                        |  |               |               |
|------------------------|--|---------------|---------------|
| 40/1                   | Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом | 60,00         | 63,06         |
| 22/2                   | Суп-лапша на курином бульоне                           | 250,00        | 148,02        |
| 4/9                    | Плов из мяса кур (филе)                                | 250,00        | 338,59        |
| 30/10                  | Чай с молоком  | 200,00        | 95,20         |
| пром.                  | Хлеб крестьянский с Валитек-8                          | 35,00         | 73,69         |
| пром.                  | Хлеб ржаной  | 25,00         | 48,35         |
| <b>Итого за 'Обед'</b> |  | <b>820,00</b> | <b>766,90</b> |

**29 ноября 2024 г. Пятница**

|                        |   |               |               |
|------------------------|---|---------------|---------------|
| 41/1                   | Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным | 60,00         | 80,58         |
| 11/2                   | Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2)                                    | 250,00        | 131,57        |
| 48/8                   | Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)                                    | 120,00        | 159,29        |
| 1/3                    | Картофель отварной  | 150,00        | 135,49        |
| 14/10                  | Компот из чернослива  | 200,00        | 88,57         |
| пром.                  | Хлеб крестьянский с Валитек-8   | 35,00         | 73,69         |
| пром.                  | Хлеб ржаной   | 25,00         | 48,35         |
| <b>Итого за 'Обед'</b> |   | <b>840,00</b> | <b>717,53</b> |

**МЕНЮ ОБЕДА**

для всех категорий обучающихся, включая детей с ОВЗ и инвалидов

(возраст

12-18 лет)

| №                                    | Наименование блюда   | Выход, г       | ЭЦ, ккал       |
|--------------------------------------|--|----------------|----------------|
| <b>25 ноября 2024 г. Понедельник</b> |  |                |                |
| 47/1                                 | Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом         | 100,00         | 106,23         |
| 19/2                                 | Суп картофельный с рыбой (минтай)  | 250,00         | 157,97         |
| 40/3                                 | Каша гречневая рассыпчатая с овощами   | 180,00         | 319,11         |
| 9/8                                  | Печень по-строгановски   | 120,00         | 229,25         |
| пром.                                | Напиток с витаминами Витошка   | 200,00         | 70,71          |
| пром.                                | Хлеб крестьянский с Валитек-8  | 40,00          | 84,22          |
| пром.                                | Хлеб ржаной  | 40,00          | 77,35          |
| <b>Итого за 'Обед'</b>               |  | <b>930,00</b>  | <b>1044,84</b> |
| <b>26 ноября 2024 г. Вторник</b>     |  |                |                |
| 20/1                                 | Салат из свежих томатов с растительным маслом  | 100,00         | 76,75          |
| 28/2                                 | Суп-пюре гороховый   | 250,00         | 134,13         |
| 40/2                                 | Гренки (сухарики)  | 20,00          | 50,40          |
| 54-9м-2                              | Жаркое по-домашнему  | 250,00         | 383,70         |
| 30/10                                | Чай с молоком  | 200,00         | 95,20          |
| пром.                                | Хлеб крестьянский с Валитек-8  | 40,00          | 84,22          |
| пром.                                | Хлеб ржаной  | 40,00          | 77,35          |
| <b>Итого за 'Обед'</b>               |  | <b>900,00</b>  | <b>901,76</b>  |
| <b>27 ноября 2024 г. Среда</b>       |  |                |                |
| 6/1                                  | Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом                       | 100,00         | 92,69          |
| 14/2                                 | Суп картофельный с крупой  | 250,00         | 151,27         |
| -                                    | Мясо говядины отварное   | 20,00          | 55,99          |
| 42/8                                 | Тефтели из мяса говядины   | 180,00         | 235,66         |
| 47/3                                 | Макаронные изделия отварные с сыром  | 180,00         | 223,05         |
| 6/10                                 | Компот из изюма  | 200,00         | 88,91          |
| пром.                                | Хлеб крестьянский с Валитек-8  | 40,00          | 84,22          |
| пром.                                | Хлеб ржаной  | 30,00          | 58,01          |
| <b>Итого за 'Обед'</b>               |  | <b>1000,00</b> | <b>989,80</b>  |
| <b>28 ноября 2024 г. Четверг</b>     |  |                |                |
| 40/1                                 | Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом                               | 100,00         | 105,10         |
| 22/2                                 | Суп-лапша на курином бульоне   | 250,00         | 207,13         |
| 32/3                                 | Рагу из овощей   | 180,00         | 132,48         |
| 5/9                                  | Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)  | 100,00         | 137,99         |
| 37/10                                | Напиток из шиповника (вариант 2)   | 200,00         | 74,32          |
| пром.                                | Хлеб крестьянский с Валитек-8  | 40,00          | 84,22          |
| пром.                                | Хлеб ржаной  | 40,00          | 77,35          |
| <b>Итого за 'Обед'</b>               |  | <b>910,00</b>  | <b>818,59</b>  |
| <b>29 ноября 2024 г. Пятница</b>     |  |                |                |
| 41/1                                 | Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом | 100,00         | 100,96         |
| 11/2                                 | Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2)   | 250,00         | 131,57         |
| 19/7                                 | Тефтели рыбные с рисом в соусе (минтай)  | 120,00         | 125,08         |
| 3/3                                  | Картофельное пюре  | 180,00         | 159,10         |
| пром.                                | Напиток с витаминами Витошка   | 200,00         | 70,71          |
| пром.                                | Хлеб крестьянский с Валитек-8  | 40,00          | 84,22          |
| пром.                                | Хлеб ржаной  | 30,00          | 58,01          |
| <b>Итого за 'Обед'</b>               |  | <b>920,00</b>  | <b>729,66</b>  |