

МЕНЮ ОБЕДА

для всех категорий обучающихся, включая детей с ОВЗ и инвалидов

(возраст 7-11 лет)



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

7 сентября 2026 г. Понедельник

Обед

6/1	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	60	55,62
18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	127,39
41/2	Фрикадельки мясные	20	43,64
9/8	Печень по-строгановски	100	191,04
39/3	Капа гречневая рассыпчатая	150	170,91
пром.	Напиток с витаминами Витоншка (шиповник гранат)	200	70,71
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	73,69
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
Итого за 'Обед'		780	781,35

8 сентября 2026 г. Вторник

Обед

16/1	Салат из моркови с растительным маслом	60	59,01
24/2	Суп молочный с лапшой	250	172,11
8/5	Запеканка (сырники) из творога	150	313,88
-	Молоко сгущенное	30	95,22
-	Какао с молоком и витаминами Витоншка	200	96,54
пром.	Батон с каротином	45	115,89
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
Итого за 'Обед'		760	841,99

9 сентября 2026 г. Среда

Обед

4/1	Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом	60	55,53
16/2	Суп картофельный с бобовыми	250	164,06
39/8	Фрикадельки из мяса говядины припущенные	90	177,57
3/3	Картофельное пюре	150	132,59
6/10	Компот из сухофруктов	200	87,60
- пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	73,69
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
Итого за 'Обед'		810	739,38

10 сентября 2026 г. Четверг

Обед

40/1	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	60	63,06
29/2	Суп-поре из картофеля	250	111,34
40/2	Гренки (сухарики)	20	50,40
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)	100	137,99
46/3	Макаронные изделия отварные	150	185,88
6/10	Компот из изюма	200	88,91
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	73,69
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
Итого за 'Обед'		690	759,62

11 сентября 2026 г. Пятница

Обед

пром.	Огурец свежий	60	9,37
4/2	Борщ с картофелем	250	165,17
24/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины с морковью	90	193,60
32/3	Рагу из овощей	150	147,20
37/10	Напиток из шиповника (вариант 2)	200	74,32
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	73,69
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
Итого за 'Обед'		810	711,70

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

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

7 сентября 2026 г. Понедельник**Обед**

6/1	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	100	92,69
18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	127,39
41/2	Фрикадельки мясные	20	43,64
18/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины с крупой (геркулес)	100	202,66
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	40	77,35
Итого за 'Обед'		650	888,80

8 сентября 2026 г. Вторник**Обед**

16/1	Салат из моркови с растительным маслом	100	98,35
24/2	Суп молочный с лапшой	250	172,11
8/5	Запеканка (сырники) из творога	200	418,51
-	Молоко сгущенное	40	126,96
-	Какао с молоком и витаминами Виташка	200	96,54
пром.	Батон с каротином	60	154,52
пром.	Хлеб ржаной	30	58,01
Итого за 'Обед'		780	1026,66

9 сентября 2026 г. Среда**Обед**

4/1	Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом	100	92,55
16/2	Суп картофельный с бобовыми	250	174,06
-	Мясо говядины отварное	20	55,99
4/6	Омлет запеченный или паровой с сыром	180	253,47
12/10	Компот из чернослива и изюма	200	88,66
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	30	58,01
Итого за 'Обед'		820	806,96

10 сентября 2026 г. Четверг**Обед**

40/1	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	105,10
29/2	Суп-шоре из картофеля	250	111,34
40/2	Гренки (сухарики)	20	50,40
2/9	Бедро куриное отварное в соусе (вар.2)	130	228,25
11/3	Капуста тушеная	180	121,34
27/10	Чай	200	37,80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	40	77,35
Итого за 'Обед'		960	815,80

11 сентября 2026 г. Пятница**Обед**

пром.	Огурец свежий	100	15,61
4/2	Борщ с картофелем	250	165,00
24/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины с морковью	100	225,11
32/3	Рагу из овощей	180	132,48
37/10	Напиток из шиповника (вариант 2)	200	74,32
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	40	77,35
Итого за 'Обед'		530	774,09