



МЕНЮ			
обучающихся, получающих начальное общее образование 1-4 классов (7-11 лет) (горячий завтрак)			
ДЕНЬ 1 - понедельник			
Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Каша жидкая молочная из пшеничной крупы	200	25	326
Сыр порциями	15	10	51
Хлеб пшеничный	30	3	70,5
Какао с молоком	200	12	130,8
Фрукты свежие	100	27	47
Итого за день	545	77,00	645,3
ДЕНЬ 2 - вторник			
Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Омлет запеченный с сыром	150	36	229,8
Икра кабачковая	30	7	35,7
Чай с сахаром	200	3	58
Фрукты свежие	100	27	96
Хлеб пшеничный	40	4	104,48
Итого за день	520	77,00	523,98
ДЕНЬ 3 - среда			
Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Шницель из мяса со сметанным соусом	100	40	173,75
Картофель отварной	150	15	181,5
Салат из квашеной капусты	60	12	50,4
Хлеб пшеничный	30	3	70,5
Чай с лимоном	207	7	60
Итого за день	547	77,00	536,15
ДЕНЬ 4 - четверг			
Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Запеканка из творога с молоком сгущенным	165	43	278,565
Чай с сахаром	200	3	58
Фрукты свежие	100	27	38
Хлеб пшеничный	40	4	104,48
Итого за день	505	77,00	479,045
ДЕНЬ 5 - пятница			
Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Гуляш 45/45	90	53	118,8
Каша гречневая рассыпчатая	150	8	321
Мармелад	15	5	48,15
Чай с лимоном	207	7	60
Хлеб пшеничный	40	4	94
Итого за день	502	77,00	641,95
ДЕНЬ 6 - понедельник			
Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Каша жидкая молочная из овсяной крупы	200	30	300
Масло (порциями)	10	5	75
Фрукты свежие	100	27	47
Какао с молоком	200	12	112,86
Хлеб пшеничный	30	3	70,5
Итого за второй день	540	77,00	605,36
ДЕНЬ 7 - вторник			
Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Рыба тушеная в томате с овощами	100	53	112
Рис отварной	150	10	228
Салат из свеклы отварной	60	8	59,904
Чай с сахаром	200	3	58
Хлеб пшеничный	30	3	78,36
Итого за день	540	77,0	536,264

ДЕНЬ 8 - среда			
Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Печень по строгановски	100	51	164
Картофельное пюре	150	15	163,5
Чай с сахаром	200	3	58
Хлеб пшеничный	30	3	70,5
Печенье	20	5	64,8
Итого за день	500	77,0	520,8
ДЕНЬ 9 - четверг			
Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Котлеты рубленные из птицы со сметанным соусом	100	48,00	161,407
Макаронные изделия отварные	150	12	224,28
Икра кабачковая	60	7	71,4
Чай с лимоном	207	7	60
Хлеб пшеничный	30	3	70,5
Итого за день	547	77,0	587,587
ДЕНЬ 10 - пятница			
Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Энергетическая ценность (ккал)
Каша молочная "Дружба"	200	55	265,91
Чай с сахаром	200	3	58
Хлеб пшеничный	40	4	70,5
Пряник домашний	60	15	256,1
Итого за день	500	77	650,51