



Меню школьника  
Столовой общеобразовательной организации

20 ноября 2023 г.  
понедельник (1 день)

Наименование блюд	7 - 11 лет			12 - 18 лет		
	Масса порции, г	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции, г	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)

(в т.ч. УСП)

**Завтрак (в т.ч. ОВЗ, УСП)**

Шницель детский (филе куриное, мясо говядины, мясо свинины, хлеб, лук, сухари, масло раст.)	70		119,38	80		136,43
Макаронные изделия отварные (макаронные изд., масло сл.)	200		294,00	220		323,40
Чай с лимоном (чай, лимоны, сахар)	200		61,62	200		61,62
Хлеб пшеничный	36		84,60	50		117,50
<b>Итого за завтрак</b>	<b>506</b>	<b>65,80</b>	<b>559,60</b>	<b>550</b>	<b>74,31</b>	<b>638,95</b>

**Обед**

Винегрет овощной (2-й вариант) (картофель, свекла, морковь, огурцы, лук, зеленый горошек, масло раст.)	60		57,75	100		96,25
Суп картофельный (картофель, лук, морковь, масло раст.)	200		158,72	250		198,40
Фрикадельки куриные в соусе (2 вариант) (филе куриное, мясо свинины, лук, морковь, хлеб, яйцо, мука, томат. паста, сахар, сметана, масло раст.)	110		177,66	110		177,66
Каша вязкая (гречневая) (крупа гречневая, масло сл.)	170		193,80	180		205,20
Фруктовый чай с яблоком (чай, яблоки, сахар)	200		92,80	200		92,80
Хлеб пшеничный	40		94,00	45		105,75
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	40		72,40	45		81,45
<b>Итого за обед</b>	<b>820</b>	<b>86,97</b>	<b>847,13</b>	<b>930</b>	<b>96,07</b>	<b>957,51</b>

(в т.ч. УСП)

**Обед (2 смена) (в т.ч. ОВЗ, УСП)**

Винегрет овощной (2-й вариант) (картофель, свекла, морковь, огурцы, лук, зеленый горошек, масло раст.)	60		57,75	100		96,25
Суп картофельный (картофель, лук, морковь, масло раст.)	240		190,46	250		198,40
Шницель детский (филе куриное, мясо говядины, мясо свинины, хлеб, лук, сухари, масло раст.)	90		153,49	100		170,54
Макаронные изделия отварные (макаронные изд., масло сл.)	150		220,50	180		264,60
Фруктовый чай с яблоком (чай, яблоки, сахар)	200		92,80	200		92,80
Хлеб пшеничный	30		70,50	40		94,00
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	25		45,25	35		63,35
<b>Итого за обед</b>	<b>795</b>	<b>93,80</b>	<b>830,75</b>	<b>905</b>	<b>109,90</b>	<b>979,94</b>

**Полдник**

Молоко кипяченое	180		95,40			
Булочка домашняя (мука, сахар, масло сл., яйцо, дрожжи, масло раст.)	50		194,17			
Фруктовая нарезка (яблоки)	70		32,90			
<b>Итого за полдник</b>	<b>300</b>	<b>42,89</b>	<b>322,47</b>			

**Дополнительное питание**

Чай	180		2,70			
Сдоба обыкновенная (мука, сахар, масло сл., дрожжи, масло раст.)	45		140,25			
<b>Итого за дополнительное питание</b>	<b>225</b>	<b>5,50</b>	<b>142,95</b>			

Зав. Производством: Сулова А.А.

Калькулятор: Морозова А.В.



Согласовано  
Директор общеобразовательной организации



Меню школьника  
Столовой общеобразовательной организации

21 ноября 2023 г.  
вторник (2 день)

Наименование блюд	7 - 11 лет			12 - 18 лет		
	Масса порции, г	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции, г	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)
<i>(в т.ч. УСП)</i>						
<b>Завтрак (в т.ч. ОВЗ, УСП)</b>						
Огурцы соленые (порциями)	30		3,90	50		6,50
Плов (крупа рисовая, мясо свинины, лук, морковь, масло раст.)	220		385,00	250		437,50
Чай с сахаром (чай, сахар)	200		60,00	200		60,00
Хлеб пшеничный	50		117,50	50		117,50
<b>Итого за завтрак</b>	<b>500</b>	<b>65,80</b>	<b>566,40</b>	<b>550</b>	<b>78,69</b>	<b>621,50</b>
<b>Обед</b>						
Салат "Солнечный" (картофель, морковь, кукуруза консерв., огурцы консерв., масло раст.)	60		78,22	100		130,37
Борщ с капустой и картофелем (свекла, капуста, картофель, морковь, лук, томатная паста, масло раст., сахар)	200		76,00	250		95,00
Фрикадельки рыбные с томатным соусом (филе горбуши, хлеб, яйцо, лук, морковь, мука, масло сл., томат паста, сахар, масло раст.)	90		101,70	100		113,00
Пюре из гороха с маслом (горох, масло сл.)	150/6		254,88	180/5		289,40
Компот из свежих плодов (яблоки, сахар)	200		142,00	200		142,00
Хлеб пшеничный	20		47,00	30		70,50
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	19		34,39	-		-
<b>Итого за обед</b>	<b>745</b>	<b>91,16</b>	<b>734,19</b>	<b>865</b>	<b>107,00</b>	<b>840,27</b>
<i>(в т.ч. УСП)</i>						
<b>Обед (2 смена)(в т.ч. ОВЗ, УСП)</b>						
Салат "Солнечный" (картофель, морковь, кукуруза консерв., огурцы консерв., масло раст.)	65		84,74	100		130,37
Борщ с капустой и картофелем (свекла, капуста, картофель, морковь, лук, томатная паста, масло раст., сахар)	250		95,00	250		95,00
Плов (крупа рисовая, мясо свинины, лук, морковь, масло раст.)	200		350,00	250		437,50
Кисель с витаминами "Витошка"	200		74,00	200		74,00
Хлеб пшеничный	40		94,00	40		94,00
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	40		72,40	40		72,40
<b>Итого за обед</b>	<b>795</b>	<b>93,80</b>	<b>770,14</b>	<b>880</b>	<b>113,52</b>	<b>903,27</b>
<b>Полдник</b>						
Ряженка	200		112,52			
Ватрушки с творожным фаршем (творог, мука, сахар, масло слив., яйцо, дрожжи, масло раст.)	100		196,67			
<b>Итого за полдник</b>	<b>300</b>	<b>59,83</b>	<b>309,19</b>			
<b>Дополнительное питание</b>						
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54,00			
Булочка молочная (мука, масло раст., молоко, дрожжи)	45		114,75			
<b>Итого за дополнительное питание</b>	<b>225</b>	<b>5,50</b>	<b>168,75</b>			

Зав. Производством: Сулова А.А.

Калькулятор: Морозова А.В.



Согласовано

Директор общеобразовательной организации



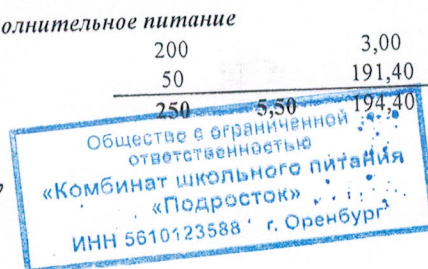
Меню школьника  
Столовой общеобразовательной организации

22 ноября 2023 г.  
среда (3 день)

Наименование блюд	7 - 11 лет			12 - 18 лет		
	Масса порции, г	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции, г	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)
<i>(в т.ч. УСП)</i>						
<b>Завтрак (в т.ч. ОВЗ, УСП)</b>						
Бутерброд горячий (батон, сметана, масло, сыр)	75		162,28	75		162,28
Каша "Дружба" (крупа рисовая, крупа пшеничная, молоко, сахар, масло сл.)	200		226,20	250		282,75
Чай с молоком (1-й вариант) (чай, сахар, молоко сгущенное)	200		89,32	200		89,32
Хлеб пшеничный	45		105,75	25		58,75
<b>Итого за завтрак</b>	<b>520</b>	<b>65,80</b>	<b>583,55</b>	<b>550</b>	<b>70,95</b>	<b>593,10</b>
<b>Обед</b>						
Салат "Радуга" (капуста, морковь, свекла, яблоки, сахар, лимон. кисл., масло раст.)	60		75,46	100		125,77
Рассольник ленинградский (картофель, морковь, лук, крупа перловая, огурцы конс., масло раст.)	200		96,60	250		120,75
Котлеты "Клас-сные" (филе куриное, мясо свинины, хлеб, лук, морковь, сухари, масло раст.)	90		180,51	100		200,57
Картофель, тушеный с луком (картофель, лук, сметана, мука, томатная паста, масло раст.)	150		195,00	180		234,00
Чай апельсиновый (чай, апельсины, сахар)	200		94,08	200		94,08
Хлеб пшеничный	30		70,50	40		94,00
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20		36,20	-		-
<b>Итого за обед</b>	<b>750</b>	<b>91,57</b>	<b>748,35</b>	<b>870</b>	<b>106,88</b>	<b>869,17</b>
<i>(в т.ч. УСП)</i>						
<b>Обед (2 смена) (в т.ч. ОВЗ, УСП)</b>						
Салат "Радуга" (капуста, морковь, свекла, яблоки, сахар, лимон. кисл., масло раст.)	60		75,46	100		125,77
Рассольник ленинградский (картофель, морковь, лук, крупа перловая, огурцы конс., масло раст.)	240		115,92	250		120,75
Котлеты "Клас-сные" (филе куриное, мясо свинины, хлеб, лук, морковь, сухари, масло раст.)	90		180,51	100		200,57
Картофель, тушеный с луком (картофель, лук, сметана, мука, томатная паста, масло раст.)	150		195,00	180		234,00
Чай апельсиновый (чай, апельсины, сахар)	200		94,08	200		94,08
Хлеб пшеничный	30		70,50	30		70,50
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30		54,30	25		45,25
<b>Итого за обед</b>	<b>800</b>	<b>93,80</b>	<b>785,77</b>	<b>885</b>	<b>107,42</b>	<b>890,92</b>
<b>Полдник</b>						
Молоко кипяченое	200		106			
Булочка российская (мука, сахар, масло раст., яйцо)	50		174,17			
Фруктовая нарезка (яблоки)	50		23,50			
<b>Итого за полдник</b>	<b>300</b>	<b>37,85</b>	<b>303,67</b>			
<b>Дополнительное питание</b>						
Чай	200		3,00			
Булочка российская (мука, сахар, масло раст., яйцо)	50		191,40			
<b>Итого за дополнительное питание</b>	<b>250</b>	<b>5,50</b>	<b>194,40</b>			

Зав. Производством: Сулова А.А.

Калькулятор: Морозова А.В.





Меню школьника  
Столовой общеобразовательной организации

23 ноября 2023 г.  
четверг (4 день)

Наименование блюд	7 - 11 лет			12 - 18 лет		
	Масса порции, г	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции, г	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)

**Завтрак (в т.ч. ОБЗ, УСП)**

Куриное филе тушеное в соусе (филе куриное, масло сл., лук, морковь, томатная паста, мука, чеснок, сметана)	95		152,00	100		160,00
Каша вязкая (гречневая) (крупа гречневая, масло сл.)	165		188,10	200		228,00
Чай с лимоном (чай, лимоны, сахар)	200		61,62	200		61,62
Хлеб пшеничный	40		94,00	50		117,50
<b>Итого за завтрак</b>	<b>500</b>	<b>65,80</b>	<b>495,72</b>	<b>550</b>	<b>70,98</b>	<b>567,12</b>

(в т.ч. УСП)

**Обед**

Салат из белокочанной капусты с морковью (капуста, морковь, сахар, лимон кисл., масло раст.)	60		81,60	100		136,00
Суп "Кудрявый" (картофель, яйцо, лук, морковь, сметана, масло сл.)	200		99,42	250		124,28
Бифштекс "Нежность" (мясо говядины, мясо свинины, лук, капуста, хлеб, сухари, масло раст.)	90		197,73	100		219,70
Макаронные изделия отварные (макаронные изд., масло сл.)	150		220,50	180		264,60
Компот из смеси сухофруктов (сухофрукты, сахар)	200		113,79	200		113,79
Хлеб пшеничный	20		47,00	20		47,00
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20		36,20	20		36,20
<b>Итого за обед</b>	<b>740</b>	<b>96,93</b>	<b>796,24</b>	<b>870</b>	<b>112,01</b>	<b>941,57</b>

(в т.ч. УСП)

**Обед (2 смена) (в т.ч. ОБЗ, УСП)**

Салат из белокочанной капусты с морковью (капуста, морковь, сахар, лимон кисл., масло раст.)	60		81,60	100		136,00
Суп "Кудрявый" (картофель, яйцо, лук, морковь, сметана, масло сл.)	250		124,28	250		124,28
Куриное филе тушеное в соусе (филе куриное, масло сл., лук, морковь, томатная паста, мука, чеснок, сметана)	100		160,00	100		160,00
Каша вязкая (гречневая) (крупа гречневая, масло сл.)	160		182,40	180		205,20
Чай с лимоном (чай, лимоны, сахар)	200		61,62	200		61,62
Хлеб пшеничный	45		105,75	43		101,05
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	37		66,97	40		72,40
<b>Итого за обед</b>	<b>852</b>	<b>93,80</b>	<b>782,62</b>	<b>913</b>	<b>97,86</b>	<b>860,55</b>

**Полдник**

Ряженка	180		101,27			
Булочка с маком (мука, сахар, масло сл., дрожжи, мак, масло раст.)	50		137,50			
Фруктовая нарезка (яблоки)	70		32,90			
<b>Итого за полдник</b>	<b>300</b>	<b>45,76</b>	<b>271,67</b>			

**Дополнительное питание**

Чай с сахаром (чай, сахар)	190		57,00			
Булочка с маком (мука, сахар, масло сл., дрожжи, мак, масло раст.)	45		123,75			
<b>Итого за дополнительное питание</b>	<b>235</b>	<b>5,50</b>	<b>180,75</b>			

Зав. Производством: Сулова А.А.

Калькулятор: Морозова А.В.

Общество с ограниченной ответственностью  
«Комбинат школьного питания  
«Подросток»  
ИНН 5610123588 г. Оренбург

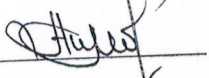


Меню школьника  
Столовой общеобразовательной организации

24 ноября 2023 г.  
пятница (5 день)

Наименование блюд	7 - 11 лет			12 - 18 лет		
	Масса порции, г	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции, г	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)
<i>(в т.ч. УСП)</i>						
<b>Завтрак (в т.ч. ОВЗ, УСП)</b>						
"Ежики" с овощами (мясо говядины, мясо свинины, крупа рисовая, лук, морковь, яйцо, масло раст.)	90		168,00	120		224,00
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло слив.)	170		185,30	180		196,20
Чай с сахаром (чай, сахар)	200		60,00	200		60,00
Хлеб пшеничный	50		117,50	50		117,50
<b>Итого за завтрак</b>	<b>510</b>	<b>65,80</b>	<b>530,80</b>	<b>550</b>	<b>81,47</b>	<b>597,70</b>
<b>Обед</b>						
Салат "Здоровье" (морковь, свекла, зеленый горошек, масло раст.)	60		72,18	100		120,30
Щи из свежей капусты с картофелем (капуста, картофель, морковь, лук, масло раст., томатная паста)	200		66,40	250		83,00
Плов (мясо говядины, крупа рисовая, лук, морковь, масло раст.)	180		376,20	220		385,00
Компот из свежих плодов (яблоки, сахар)	200		142,00	200		142,00
Хлеб пшеничный	33		77,55	35		82,25
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30		54,30	35		63,35
<b>Итого за обед</b>	<b>703</b>	<b>89,39</b>	<b>788,63</b>	<b>840</b>	<b>109,93</b>	<b>875,90</b>
<i>(в т.ч. УСП)</i>						
<b>Обед (2 смена)(в т.ч. ОВЗ, УСП)</b>						
Салат "Здоровье" (морковь, свекла, зеленый горошек, масло раст.)	60		72,18	100		120,30
Щи из свежей капусты с картофелем (капуста, картофель, морковь, лук, масло раст., томатная паста)	230		76,36	250		83,00
"Ежики" с овощами (мясо говядины, мясо свинины, крупа рисовая, лук, морковь, яйцо, масло раст.)	105		196,00	100		186,67
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло слив.)	150		163,50	180		196,20
Компот из свежих плодов (яблоки, сахар)	200		142,00	200		142,00
Хлеб пшеничный	31		72,85	50		117,50
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30		54,30	40		72,40
<b>Итого за обед</b>	<b>806</b>	<b>93,80</b>	<b>777,19</b>	<b>920</b>	<b>101,56</b>	<b>918,07</b>
<b>Полдник</b>						
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200		92,00			
Корж молочный	60		239,00			
Фруктовая нарезка (яблоки)	50		23,50			
<b>Итого за полдник</b>	<b>310</b>	<b>40,52</b>	<b>354,50</b>			
<b>Дополнительное питание</b>						
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54,00			
Булочка школьная (мука, сахар, масло раст., дрожжи, масло сл.)	45		128,70			
<b>Итого за дополнительное питание</b>	<b>225</b>	<b>5,50</b>	<b>182,70</b>			

Зав. Производством: Сулова А.А. 

Калькулятор: Морозова А.В. 

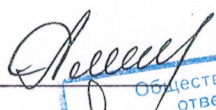




Меню школьника  
 Столовой общеобразовательной организации

25 ноября 2023 г.  
 суббота (6 день)

Наименование блюд	7 - 11 лет			12 - 18 лет		
	Масса порции, г	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции, г	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)
<i>Завтрак (в т.ч. ОВЗ, УСП)</i>			<i>(в т.ч. УСП)</i>			
Сыр (порциями)	11		40,04	11		40,04
Каша пшенная вязкая (крупа пшенная, молоко, сахар, масло сл.)	190		198,55	250		261,25
Кисель с витаминами "Витошка"	200		74,00	200		74,00
Булочка ванильная (мука, масло раст., яйцо, дрожжи)	70		231,00	70		231,00
Хлеб пшеничный	35		82,25	20		47,00
<b>Итого за завтрак</b>	<b>506</b>	<b>65,80</b>	<b>625,84</b>	<b>551</b>	<b>71,76</b>	<b>653,29</b>
<i>Дополнительное питание</i>						
Чай	180		2,70			
Гренки из пшеничного хлеба	35		116,97			
<b>Итого за дополнительное питание</b>	<b>215</b>	<b>5,50</b>	<b>119,67</b>			

Зав. Производством: Сулова А.А. 

Калькулятор: Морозова А.В. 