

Согласовано
 Директор общеобразовательной организации



Меню школьника
 Столовой общеобразовательной организации

14 октября 2024 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)
<i>(в т.ч. УСП)</i>						
Завтрак (в т.ч. ОВЗ, УСП)						
Помидоры свежие (порциями)	43		10,32	43		10,32
Шницель детский (филе куриное, мясо говядины, мясо свинины, хлеб, лук, сухари, масло раст.)	56		95,5	90		153,49
Макаронные изделия отварные (макаронные изд., масло сл.)	180		264,60	180		264,60
Чай с лимоном (чай, лимоны, сахар)	200		61,62	200		61,62
Хлеб пшеничный	30		70,50	40		94,00
Итого за завтрак	509	68,98	502,54	553	93,67	584,03

<i>(в т.ч. УСП)</i>						
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	40		94,00
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30		54,30	40		72,40
Итого за обед	810	95,18	829,03	920	101,72	936,71

<i>(в т.ч. УСП)</i>						
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.)	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	40		94,00
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	40		72,40	40		72,40
Итого за обед	820	98,46	847,13	920	101,72	936,71

Полдник						
Молоко кипяченое	200		106,00			
Печенье	40		166,80			
Фруктовая нарезка (яблоки)	110		51,70			
Итого за полдник	350	46,14	324,50			

Дополнительное питание (для завтрака)						
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54,00			
Бутерброд с маслом (масло сл., хлеб)	25		80,16			
Итого за дополнительное питание	205	9,32	134,16			

Дополнительное питание (для обеда 2 смены)						
Чай с сахаром (чай, сахар)	200		60,00			
Бутерброд с маслом (масло сл., хлеб)	25		80,16			
Итого за дополнительное питание	225	9,61	140,16			

Зав. Производством: Сулова А.А.

Калькулятор: Морозова А.В.

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

Согласовано

Директор общеобразовательной организации



Меню школьника
Столовой общеобразовательной организации

15 октября 2024 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>						
Завтрак (в т.ч. ОВЗ, УСП)						
Огурцы свежие (порциями)	50		7,00	50		7,00
Плов (крупа рисовая, мясо свинины, лук, морковь, масло раст.)	200		350,00	250		437,50
Чай с сахаром (чай, сахар)	200		60,00	200		60,00
Хлеб пшеничный	50		117,50	50		117,50
Итого за завтрак	500	68,98	534,50	550	75,26	622,00

Обед						
Салат из свежих помидоров (помидоры, масло раст.)	60		66,00	100		110,00
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		247,40	180		296,88
Компот из свежих плодов (яблоки, сахар)	200		142,00	200		142,00
Хлеб пшеничный	40		94,00	40		94,00
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	40		72,40	40		72,40
Итого за обед	780	99,93	799,50	910	113,36	923,28

<i>(в т.ч. УСП)</i>						
Обед (2 смена)(в т.ч. ОВЗ, УСП)						
Салат из свежих помидоров (помидоры, масло раст.)	60		66,00	-		-
Салат из свежих помидоров и огурцов (помидоры, огурцы, лук, масло раст.)	-		-	100		64,00
Борщ с капустой и картофелем (свекла, капуста, картофель, морковь, лук, томатная паста, масло раст., сахар)	200		76,00	250		95,00
Плов (крупа рисовая, мясо свинины, лук, морковь, масло раст.)	200		350,00	250		437,50
Компот из свежих плодов (яблоки, сахар)	200		142,00	200		142,00
Хлеб пшеничный	40		94,00	40		94,00
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	40		72,40	40		72,40
Итого за обед	740	98,46	800,40	880	102,10	904,90

Полдник			
Ряженка	180		101,27
Пряники	50		183,00
Фруктовая нарезка (яблоки)	100		47,00
Итого за полдник	330	52,01	331,27

Дополнительное питание (для завтрака)			
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54,00
Бутерброд с маслом (масло сл., хлеб)	25		80,16
Итого за дополнительное питание	205	9,32	134,16

Дополнительное питание (для обеда 2 смены)			
Чай с сахаром (чай, сахар)	200		60,00
Бутерброд с маслом (масло сл., хлеб)	25		80,16
Итого за дополнительное питание	225	9,61	140,16

Зав. Производством: Сулова А.А.

Калькулятор: Морозова А.В.

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

Согласовано
Директор общеобразовательной организации



Меню школьника
Столовой общеобразовательной организации

16 октября 2024 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)
Завтрак (в т.ч. ОВЗ, УСП)						
Бутерброд горячий (батон, сметана, масло, сыр)	70		151,46	70		151,46
Каша "Дружба" (крупа рисовая, крупа пшениная, молоко, сахар, масло сл.)	200		226,20	250		282,75
Чай с молоком (чай, сахар, молоко сгущенное)	200		89,32	200		89,32
Хлеб пшеничный	30		70,50	30		70,50
Итого за завтрак	500	68,98	537,48	550	92,04	594,03

Обед						
Салат "Фантазия" (картофель, огурцы, морковь, лук, зеленый горошек, масло раст.)	60		78,89	100		131,49
Рассольник ленинградский (картофель, морковь, лук, крупа перловая, огурцы конс., масло раст.)	200		96,60	250		120,75
Тефтели (1-й вариант) (мясо говядины, хлеб, лук, морковь, мука, томатная паста, сахар, масло раст.)	90		209,4	100		232,67
Капуста тушеная (капуста, морковь, лук, сахар, мука, томатная паста, масло раст.)	150		130,74	180		156,89
Кисель из концентрата плодового или ягодного (кисель, сахар)	200		122,00	200		122,00
Хлеб пшеничный	30		70,50	30		70,50
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30		54,30	30		54,30
Итого за обед	760	98,46	762,43	890	116,69	888,60

Обед (2 смена) (в т.ч. ОВЗ, УСП)						
Салат "Фантазия" (картофель, огурцы, морковь, лук, зеленый горошек, масло раст.)	60		78,89	100		131,49
Рассольник ленинградский (картофель, морковь, лук, крупа перловая, огурцы конс., масло раст.)	200		96,60	250		120,75
Тефтели (1-й вариант) (мясо говядины, хлеб, лук, морковь, мука, томатная паста, сахар, масло раст.)	90		209,4	100		232,67
Капуста тушеная (капуста, морковь, лук, сахар, мука, томатная паста, масло раст.)	150		130,74	180		156,89
Кисель из концентрата плодового или ягодного (кисель, сахар)	200		122,00	200		122,00
Хлеб пшеничный	30		70,50	30		70,50
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30		54,30	30		54,30
Итого за обед	760	98,46	762,43	890	116,69	888,60

Полдник		
Молоко кипяченое	200	106,00
Вафли	40	140,00
Фруктовая нарезка (яблоки)	100	47,00
Итого за полдник	340	52,27

Дополнительное питание (для завтрака)		
Чай с сахаром (чай, сахар)	180	54,00
Бутерброд с сыром (сыр, хлеб)	30	77,00
Итого за дополнительное питание	210	9,32

Дополнительное питание (для обеда 2 смены)		
Чай с сахаром (чай, сахар)	200	60,00
Бутерброд с сыром (сыр, хлеб)	30	77,00
Итого за дополнительное питание	230	9,61

Зав. Производством: Суелова А.А.

Калькулятор: Морозова А.В.

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

Согласовано
 Директор общеобразовательной организации



Меню школьника
 Столовой общеобразовательной организации

17 октября 2024 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)
<i>Завтрак (в т.ч. ОВЗ, УСП)</i>						
Помидоры свежие (порциями)	60		14,40	60		14,40
Каша гречневая по-купечески (филе куриное, крупа гречневая, морковь, лук, масло раст.)	200		354,46	250		443,08
Чай с лимоном (чай, лимоны, сахар)	200		61,62	200		61,62
Хлеб пшеничный	40		94,00	40		94,00
Итого за завтрак	500	68,98	524,48	550	86,01	613,10
<i>Обед</i>						
Салат из белокочанной капусты (капуста, морковь, сахар, лимон кисл., масло раст.)	60		52,44	100		87,40
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	30		70,50	40		94,00
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30		54,30	40		72,40
Итого за обед	760	117,54	808,68	910	131,40	976,17
<i>Обед (2 смены) (в т.ч. ОВЗ, УСП)</i>						
Салат из белокочанной капусты (капуста, морковь, сахар, лимон кисл., масло раст.)	60		52,44	100		87,40
Суп "Кудрявый" (картофель, яйцо, лук, морковь, сметана, масло сл.)	200		99,42	250		124,28
Каша гречневая по-купечески (филе куриное, крупа гречневая, морковь, лук, масло раст.)	180		319,01	200		354,46
Компот из смеси сухофруктов (сухофрукты, сахар)	200		113,79	200		113,79
Хлеб пшеничный	35		82,25	40		94,00
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30		54,30	40		72,40
Итого за обед	705	98,46	721,21	830	114,96	846,33
<i>Полдник</i>						
Ряженка	180		101,27			
Печенье	40		166,80			
Фруктовая нарезка (апельсины)	100		43,00			
Итого за полдник	320	63,05	311,07			
<i>Дополнительное питание (для завтрака)</i>						
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54,00			
Бутерброд с маслом (масло сл., хлеб)	25		80,16			
Итого за дополнительное питание	205	9,32	134,16			
<i>Дополнительное питание (для обеда 2 смены)</i>						
Чай с сахаром (чай, сахар)	200		60,00			
Бутерброд с маслом (масло сл., хлеб)	25		80,16			
Итого за дополнительное питание	225	9,61	140,16			

Зав. Производством: Сулова А.А.

Калькулятор: Морозова А.В.

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

Согласовано

Директор общеобразовательной организации



Меню школьника
Столовой общеобразовательной организации

18 октября 2024 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)
Завтрак (в т.ч. ОВЗ, УСП)			(в т.ч. УСП)			
Огурцы свежие (порциями)	30		4,20	30		4,20
"Ежики" с овощами (мясо говядины, мясо свинины, крупа рисовая, лук, морковь, яйцо, масло раст.)	70		130,67	100		186,67
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло слив.)	150		163,50	180		196,20
Чай с сахаром (чай, сахар)	200		60,00	200		60,00
Хлеб пшеничный	50		117,50	40		94,00
Итого за завтрак	500	68,98	475,87	550	102,91	541,07
Обед						
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.)	220		385,00	220		385,00
Лимонный напиток (лимоны, сахар)	200		89,60	200		89,60
Хлеб пшеничный	30		70,50	40		94,00
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30		54,30	40		72,40
Итого за обед	740	119,64	737,98	850	123,74	844,30
Обед (2 смена) (в т.ч. ОВЗ, УСП)			(в т.ч. УСП)			
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
"Ежики" с овощами (мясо говядины, мясо свинины, крупа рисовая, лук, морковь, яйцо, масло раст.)	95		177,33	100		186,67
Картофельное пюре (картофель, молоко, масло слив.)	150		163,50	180		196,20
Лимонный напиток (лимоны, сахар)	200		89,60	200		89,60
Хлеб пшеничный	30		70,50	40		94,00
Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30		54,30	40		72,40
Итого за обед	765	98,46	693,81	910	122,25	842,17
Полдник						
Молоко кипяченое	200		106,00			
Пряники	50		183,00			
Фруктовая нарезка (яблоки)	100		47,00			
Итого за полдник	350	45,05	336,00			
Дополнительное питание (для завтрака)						
Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54,00			
Бутерброд с сыром (сыр, хлеб)	30		77,00			
Итого за дополнительное питание	210	9,32	131,00			
Дополнительное питание (для обеда 2 смены)						
Чай с сахаром (чай, сахар)	200		60,00			
Бутерброд с сыром (сыр, хлеб)	30		77,00			
Итого за дополнительное питание	230	9,61	137,00			

Зав. Производством: Сулова А.А.

Калькулятор: Морозова А.В.

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

Согласовано
Директор общеобразовательной организации



Меню школьника
Столовой общеобразовательной организации

19 октября 2024 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>			
Бутерброд горячий "Сырный" (батон, сметана, сыр, чеснок)	70		183,56	70		183,56
Каша пшенная вязкая (крупа пшенная, молоко, сахар, масло сл.)	200		209,00	250		261,25
Чай апельсиновый (чай, апельсины, сахар)	200		94,08	200		94,08
Хлеб пшеничный	30		70,50	30		70,50
Итого за завтрак	500	68,98	557,14	550	88,48	609,39

Дополнительное питание (для завтрака)

Чай с сахаром (чай, сахар)	180		54,00
Гренки из пшеничного хлеба	45		150,39
Итого за дополнительное питание	225	9,32	204,39

Зав. Производством: Суслова А.А.

Калькулятор: Морозова А.В.

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