

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: **05 мая 2025 г. (понедельник)**

Сезон: **весенний период**

Неделя: **вторая**

День: **1 день примерного меню**

Завтрак 1-4 классы

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Рыба, тушеная с овощами	75/50	213
Картофельное пюре	150	198
Масло сливочное порционно	5	33,1
Чай с сахаром	200	25
Хлеб пшеничный	30	66,6

Завтрак 5-11 классы

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Рыба, тушеная с овощами	100/75	230
Картофельное пюре	180	200
Масло сливочное порционно	15	109
Чай с сахаром	200	25
Хлеб пшеничный	50	111

Обед

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат из моркови с луком с зеленым горошком	60	45,1
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	200/10	128
Куры тушеные в соусе	80/30	182
Каша рассыпчатая перловая	150	180
Компот из свежих фруктов	180	61
Хлеб пшеничный	50	111
Хлеб ржаной	40	84

Завтрак (ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Рыба, тушеная с овощами	75/50	140
Картофельное пюре	150	123
Масло сливочное порционно	5	66
Чай с сахаром	200	25
Хлеб пшеничный	30	118

Обед (ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	200/5	118
Чай с сахаром	180	61
Хлеб пшеничный	20	94

Ответственный по питанию:

 **Е.В. Козликова**



утверждено:
Директор МОАУ «СОШ № 5»
О.С.Речкалова

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 06.05.2025 г. (вторник)

Сезон: весенний период

Неделя: вторая

День: 2 день примерного меню

Завтрак 1-4 классы

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Фрикадельки из кур	90	169
Макаронные изделия	150	196
Масло сливочное порционно	5	33,1
Фрукт (яблоко)	1/120	58
Хлеб пшеничный	30	66,6
Чай с лимоном и сахаром	200	37

Завтрак 5-11 классы

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Фрикадельки из кур	100	177
Макаронные изделия отварные	180	235
Масло сливочное порционно	20	109
Хлеб пшеничный	50	111
Чай с лимоном и сахаром	200	37

Обед

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат студенческий	60	87
Суп любительский	200	149
Шницель из говядины	80	230
Каруста тушеная	150	77
Кисель из концентрата	200	93
Хлеб пшеничный	50	111
Хлеб ржаной	40	84

Завтрак (ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Фрикадельки из кур	90	169
Макаронные изделия отварные	150	196
Масло сливочное порционно	5	33,1
Хлеб пшеничный	30	66,6
Чай с лимоном и сахаром	200	37

Обед (ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Суп любительский	200	149
Кисель из концентрата	200	93
Хлеб пшеничный	20	94

Ответственный по питанию:

Е.В. Козликова

Утверждаю:
Директор МОАУ «СОШ №5»
О.С.Речкунлова

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 07.05. 2025 г. (среда)

Сезон: весенний период

Неделя: вторая

День: 3 день примерного меню



Завтрак 1-4 классы

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Морковь отварная	60	48
Ёжики мясные	90	220
Картофель отварной	150/3	154
Чай с молоком и сахаром	200	61
Хлеб пшеничный	30	82,2

Завтрак 5-11 классы

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Морковь отварная	100	80
Ёжики мясные	100	223
Картофель отварной	180/5	179
Чай с молоком и сахаром	200	61
Хлеб пшеничный	50	106

Завтрак ОВЗ

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Морковь отварная	60	28
Ёжики мясные	90	201
Картофель отварной	150/3	134
Чай с молоком и сахаром	200	61
Хлеб пшеничный	20	106

Обед

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Суп картофельный с крупой пшенной	200	90
Оладьи из печени	80	246
Бобовые отварные (горох)	150	240
Компот из сухофруктов	200	99
Хлеб пшеничный	50	111
Хлеб ржаной	20	42

Обед (ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Суп картофельный с крупой пшенной	200	90
Компот из сухофруктов	180	99
Хлеб пшеничный	20	94

Ответственный по питанию:

Е.В. Когликова