



Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 3 марта 2025г.
 Сезон: весенний период
 Неделя: первая
 День: 1 день примерного меню

Завтрак 69,21 руб.(1-11 классы)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Котлета из кур	90	191
Макаронные изделия отварные с соусом красным	150/30	196
Сыр порционный	10	35
Повидло фруктовое	10	37
Чай с сахаром	200	25
Хлеб пшеничный	32	97,7

Завтрак 84.23 руб.(5-11 классы)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Котлета из кур	100	200
Макаронные изделия отварные с соусом красным	180/50	232
Сыр порционный	20	70
Повидло фруктовое	20	74
Чай с сахаром	200	25
Хлеб пшеничный	50	111

Обед 87,54 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат студенческий	100	132
Свекольник со сметаной	200/10	163
Рыба по - польски	150	197
Соқ	200	94
Хлеб пшеничный	40	88,8
Хлеб ржаной	40	84

Завтрак (ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Котлета из кур	90	191
Макаронные изделия отварные с соусом красным	150/30	196
Сыр порционный	15	57
Чай с сахаром	200	25
Хлеб пшеничный	45	82,2
Повидло	15	

Обед (ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Свекольник со сметаной	200/5	73,3
Соқ	200	20
Хлеб пшеничный	30	94

Ответственный по питанию:

Лысунова Е.В.Лысунова



Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 4 марта 2025г.

Сезон: весенний период

Неделя: первая

День: 2 день примерного меню

Завтрак 69,21 руб (1-11 классы),

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Каша молочная "Дружба" с молоком	200/5	315
Масло сливочное порционно	10	66
Чай с молоком и сахаром	200	61
Фрукт (яблоко)	1/120	58
Хлеб пшеничный	25	56

Завтрак 84,30 руб. (5-11 классы)

Наименование блюда

Каша молочная "Дружба" с молоком	200/15	320
Масло сливочное порционно	20	132
Чай с молоком и сахаром	200	61
Фрукт (яблоко)	1/120	58
Хлеб пшеничный	50	111

Завтрак (ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Каша молочная "Дружба" с молоком	200/10	292
Масло сливочное порционно	10	66
Чай с молоком и сахаром	200	61
Фрукт (яблоко)	1/120	58
Хлеб пшеничный	30	82,2

Обед 87,54 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Икра морковная	60	59
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	86,4
Жаркое по - домашнему с мясом	200	486
Компот из сухофруктов	200	93,6
Хлеб пшеничный	40	88,8
Хлеб ржаной	20	42

Обед (ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	86,4
Компот из сухофруктов	200	93,6
Хлеб пшеничный	30	94

Ответственный по питанию:

Лысунова Е.В. Лысунова



Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 05 марта 2025г.

Сезон: весенний период

Неделя: первая

День: 3 день примерного меню

Завтрак 69,21 руб (1-11 классы)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Фрикадельки тушеные в соусе	90/30	224
Каша вязкая гречневая	150	169
Масло сливочное порционно	10	66
Хлеб пшеничный	40	88,8
Чай с лимоном и сахаром	200	37

Завтрак 84,23 руб.(5-11классы)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Фрикадельки тушеные в соусе	100/50	230
Каша вязкая гречневая	180	180
Масло сливочное порционно	20	132
Хлеб пшеничный	50	111
Чай с лимоном и сахаром	200	37

Обед 87,54 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат «Прелесть»	60	
Суп картофельный с горохом	200	252,6
Печень по - строгановски	80/50	184
Картофельное пюре	150	123
Кисель из концентрата	200	93
Хлеб пшеничный	40	88,8
Хлеб ржаной	20	42

Завтрак (ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Фрикадельки тушеные в соусе	90/30	224
Каша вязкая гречневая	150	102
Масло сливочное порционно	10	37
Хлеб пшеничный	40	58
Чай с лимоном и сахаром	200	82,2

Обед (ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Суп картофельный с горохом	200	73,3
Кисель из концентрата	200	20
Хлеб пшеничный	30	94

Ответственный по питанию:

Лысуна Е.В. Лысунова



Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 06 марта 2025г.

Сезон: весенний период

Неделя: первая

День: 4 день примерного меню

Завтрак 69,21 руб.(1-11 классы)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Шефтели рыбные	90/30	277
Картофель отварной	150/3	134
Сыр порционный	10	35
Чай с сахаром	200	25
Хлеб пшеничный	40	88,8

Завтрак 84.23 руб.(5-11классы), ОВЗ

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Шефтели рыбные	100/50	307
Картофель отварной	180/5	179
Сыр порционнo	20	70
Чай с сахаром	200	25
Хлеб пшеничный	40	88,8

Обед 87,54 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат из фасоли	60	80,2
Суп с клецками	200	73,3
Рагу из кур	80/150	481
Компот из свежих фруктов	200	61
Хлеб пшеничный	40	88,8
Хлеб ржаной	30	63

Обед (ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Суп с клецками	200	73,3
Чай с сахаром	200	20
Хлеб пшеничный	43	94

Ответственный по питанию:

Лысу Е.В.Лысунова



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

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 07 марта 2025г.
Сезон: весенний период
Неделя: первая
День: 5 день примерного меню
Завтрак 69,21 руб. (1-11 классы)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Омлет натуральный	160	218
Масло слив. порционно	5	161
Какао на молоке	200	57.0
Хлеб пшеничный	30	45.4
Яблоко	120	79.2

Завтрак 84.23 руб. (5-11 классы)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Омлет натуральный	200	218
Масло слив. порционно	20	161
Какао на молоке	200	57.0
Хлеб пшеничный	50	45.4
Яблоко	120	79.2

Завтрак (ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Омлет натуральный	160	218
Масло слив. порционно	10	161
Какао на молоке	200	57.0
Хлеб пшеничный	40	45.4

Обед 87,54 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат Здоровье	60	118
Суп из овощей	200	73.3
Рис отварной	150	
Гуляш из говядины	50/50	156.8
Чай с лимоном и сахаром	200	134
Хлеб пшеничный	50	112,8
Хлеб ржаной	40	94

Обед (ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Суп из овощей	200	73,3
Чай с сахаром	200	20
Хлеб пшеничный	30	94

Ответственный по питанию:
Лосев Е.В. Лысунова