

Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 24 марта 2025

Сезон: весенний период

Неделя: четвертая

День: 1 день примерного меню

**Завтрак 69-21 руб.**

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Цена
Вареники с картофелем (п/ф)	155	297,1	45-01
Кисель из концен-т пл-ягодный	200	60,00	5-94
Хлеб домашний подовый	40	60,46	3-11
Фрукт (яблоко)	130	105,6	26-52
<b>Итого:</b>	<b>525</b>	<b>523,2</b>	<b>80-58</b>

**Завтрак 84-23 руб.**

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Цена
Вареники с картофелем (п/ф)	205	379,7	57-66
Кисель из концен-т пл-ягодный	200	60,00	5-94
Хлеб домашний подовый	45	68,01	3-50
Фрукт (яблоко)	150	121,8	30-60
<b>Итого:</b>	<b>590</b>	<b>629,5</b>	<b>97-70</b>

**Завтрак 84-23 руб. (льготники)**

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Цена
Вареники с картофелем (п/ф)	205	379,7	57-66
Кисель из концен-т пл-ягодный	200	60,00	5-94
Хлеб домашний подовый	45	68,01	3-50
Фрукт (яблоко)	150	121,8	30-60
<b>Итого:</b>	<b>590</b>	<b>629,5</b>	<b>97-70</b>

**Обед 143-00 руб.**

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Цена
Салат из красной фасоли	100	61,90	17-13
Свекольник со сметаной	250/5	88,50	22-79
Биточки рубленые из птицы в соусе	120	212,9	56-70
Макароны отварные	180	284,6	16-04
Напиток апельсиновый	180	61,20	11-03
Хлеб домашний подовый	50	56,20	3-89
Хлеб ржаной	40	68,50	3-02
<b>Итого:</b>	<b>925</b>	<b>833,8</b>	<b>130-60</b>

Обла 101-10 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Цена
Салат из красной фасоли	60	54,60	10-28
Свекольник со сметаной	200/5	98,20	18-61
Биточки рубленые из птицы в соусе	90	189,7	42-66
Макаронны отварные	150	253,8	13-37
Напиток апельсиновый	200	61,20	12-25
Хлеб домашний подовый	45	68,01	3-50
Хлеб ржаной	25	42,80	1-88
<b>Итого:</b>	<b>775</b>	<b>768,3</b>	<b>102-55</b>

**Завтрак-полдник 81-82 (ОВЗ)**

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Цена
Вареники с картофелем (п/ф)	155	297,1	45-01
Кисель из концен-т мл-ягодный	200	60,00	5-94
Хлеб домашний подовый	30	44,60	2-33
Фрукт (яблоко)	130	105,6	26-52
Плюшка орехоржская	50	193,5	6-43
Напиток апельсиновый	200	61,20	12-25
<b>Итого</b>	<b>765</b>	<b>762,0</b>	<b>98-48</b>

Ответственный по питанию:   
 Зав. производством: В.Н. Волобуева  
 Л.Е. Сыркина





Утверждаю:  
Директор МОАУ «СОШ № 22»  
Т.Я.Комароцкая

### Ежедневное меню для обучающихся

Дата: 25 марта 2025  
Сезон: весенний период  
Неделя: четвертая  
День: 2 день примерного меню

#### Завтрак 69-21 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Цена
Бутерброд с сыром	20/40	137,3	18-64
Каша вязкая геркулесовая с маслом	205	277,2	22-33
Кофейный напиток с молоком	200	150,0	10-04
Печенье	36	70,80	6-91
<b>Итого:</b>	<b>501</b>	<b>525,4</b>	<b>57-92</b>

#### Завтрак 84-23 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Цена
Бутерброд с сыром	30/40	151,7	27-79
Каша вязкая геркулесовая с маслом	255	344,8	26-16
Кофейный напиток с молоком	200	150,0	10-04
Печенье	36	70,80	6-91
<b>Итого:</b>	<b>561</b>	<b>672,3</b>	<b>70-90</b>

#### Завтрак 84-23 руб. (льготники)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Цена
Бутерброд с сыром	30/40	151,7	27-79
Каша вязкая геркулесовая с маслом	255	344,8	26-16
Кофейный напиток с молоком	200	150,0	10-04
Печенье	36	70,80	6-91
<b>Итого:</b>	<b>561</b>	<b>672,3</b>	<b>70-90</b>

#### Обед 143-00 руб.

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Цена
Салат «Студенческий»	100	100,4	24-03
Суп картофельный с горохом	250	112,3	16-53
Горбуша тушеная в томате с овощами	100	217,2	76-39
Картофельное пюре	180	224,3	29-82
Чай с сахаром	200	50,90	2-21

Хлеб домашний подовый	50	56,20	3-89
Хлеб ржаной	40	68,50	3-02
<b>Итого:</b>	<b>920</b>	<b>816,3</b>	<b>155-89</b>

Хлеб ржаной	60	95,00	1442
Салат «Студенческий»	200	106,4	13-23
Суп картофельный с горохом	110	187,7	36-77
Котлета рыбная	150	186,9	24-85
любительская в соусе	200	50,90	5-30
Картофельное пюре	45	68,01	3-50
Чай с лимоном и сахаром	25	42,80	1-88
Хлеб домашний подовый	790	737,7	99-95
<b>Итого:</b>			

Обед 101-10 руб.

Завтрак-полдник 81-82(ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Цена
Бутерброд с сыром	20/40	113,8	18-64
Каша вязкая геркулесовая с маслом	205	254,6	22-33
Кофейный напиток с молоком	200	150,0	10-04
Печенье	36	44,60	6-91
Слоба фигурная	50	172,8	5-33
Чай с сахаром	200	26,80	2-21
<b>Итого</b>	<b>551</b>	<b>762,6</b>	<b>65-46</b>

Ответственный по питанию:   
 В.Н. Волобуева  
 Л.Е. Сыркина  
 Зав. производством: