



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

**Ежедневное меню для обучающихся**

Дата: 09 января 2025  
 Сезон: зимний период  
 Неделя: вторая  
 День: 4 день примерного меню

**Завтрак 68-50 руб.**

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Цена
Вареники с творогом (п/ф)	155	287,1	67-98
Чай с лимоном и сахаром	200	94,00	5-30
Хлеб домашний подовый	30	44,60	2-33
Фрукт (яблоко)	120	105,6	24-48
<b>Итого:</b>	<b>505</b>	<b>531,3</b>	<b>100-09</b>

**Завтрак 84-23 руб. (из малообеспеченных семей)**

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Цена
Вареники с творогом (п/ф)	185	287,1	80-15
Чай с сахаром	200	50,90	5-30
Хлеб домашний подовый	45	56,20	3-50
Фрукт (яблоко)	120	105,6	24-48
<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>499,8</b>	<b>113-43</b>

**Обед 143-00 руб.**

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Цена
Салат из свеклы с чесноком	100	121,6	11-63
Щи из свежей капусты со сметаной	250/5	88,50	17-61
Оладьи из печени в соусе	130	204,0	70-61
Каша гречневая вязкая	180	264,6	15-13
Напиток из шиповника	200	65,30	12-02
Хлеб домашний подовый	50	56,20	3-89
Хлеб ржаной	40	68,50	3-02
<b>Итого:</b>	<b>955</b>	<b>868,8</b>	<b>133-91</b>

**Обед 100-00 руб.**

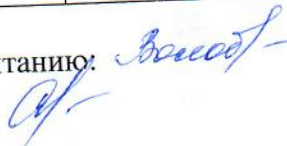
Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Цена
Салат из свеклы с чесноком	60	91,00	6-98
Щи из свежей капусты со сметаной	200/5	75,20	16-01
Оладьи из печени в соусе	90	191,	47-26
Каша гречневая вязкая	150	220,	11-35
Напиток из шиповника	180	65,3	10-82
Хлеб домашний подовый	45	68,01	3-50
Хлеб ржаной	25	42,80	1-88
<b>Итого:</b>	<b>755</b>	<b>820,8</b>	<b>97-80</b>

**Завтрак-полдник 81-82 (ОВЗ)**

<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса порции</b>	<b>Калорийность</b>	<b>Цена</b>
Вареники с творогом (п/ф)	155	287,1	67-98
Чай с лимоном и сахаром	200	94,00	5-30
Хлеб домашний подовый	30	44,60	2-33
Фрукт (яблоко)	120	105,6	24-48
Булочка дорожная	50	193,5	6-57
Напиток из шиповника	180	65,30	10-82
<b>Итого</b>	<b>735</b>	<b>790,1</b>	<b>117-48</b>

Ответственный по  
Зав. производством:

питанию:



В.Н. Волобуева  
Л.Е. Сыркина



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



**Ежедневное меню для обучающихся**

Дата: 10 января 2025  
 Сезон: зимний период  
 Неделя: вторая  
 День: 5 день примерного меню

**Завтрак 68-50 руб.**

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Цена
Салат из белокочанной капусты	60	52,00	6-38
Макаронны с сыром	205/10	35,10	26-56
Чай с сахаром	200	26,80	2-21
Хлеб домашний подовый	30	44,60	2-33
<b>Итого:</b>	<b>505</b>	<b>480,5</b>	<b>37-48</b>

**Завтрак 84-23 руб. (из малообеспеченных семей)**

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Цена
Салат из белокочанной капусты	100	88,60	10-63
Макаронны с сыром	210/15	373,7	39-37
Чай с сахаром	200	26,80	2-21
Хлеб домашний подовый	40	56,20	3-11
<b>Итого:</b>	<b>565</b>	<b>545,3</b>	<b>55-32</b>

**Обед 143-00 руб.**

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Цена
Салат Степной с солен. огурцом	100	69,90	16-38
Борщ с фасолью и картофелем с/см	250/5	99,51	18-26
Ёжики мясные в соусе	150	331,5	88-84
Каша перловая рассыпчатая	180	304,6	16-04
Кисель из концентрата пл-ягодный	200	26,80	5-94
Хлеб домашний подовый	50	56,20	3-89
Хлеб ржаной	40	68,50	3-02
<b>Итого:</b>	<b>975</b>	<b>957,0</b>	<b>152-37</b>

**Обед 100-00**

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Цена
Салат Степной с солен. огурцом	60	43,00	9-83
Борщ с фасолью и картофелем с/см	200/5	80,00	14-99
Ёжики мясные в соусе	90	238,0	53-31
Каша перловая рассыпчатая	150	253,0	13-83
Кисель из концентрата пл-ягодный	180	26,80	5-35
Хлеб домашний подовый	45	68,00	3-50
Хлеб ржаной	25	42,80	1-88
<b>Итого</b>	<b>735</b>		<b>102-69</b>

### Завтрак-полдник (ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность	Цена
Салат из белокочанной капусты	60	52,00	6-38
Макароны с сыром	205/10	35,10	26-56
Чай с сахаром	200	26,80	2-21
Хлеб домашний подовый	30	44,60	2-33
Булочка ванильная	50	172,8	6-78
Чай с сахаром	200	26,80	2-21
<b>Итого</b>	<b>755</b>	<b>358,14</b>	<b>46-47</b>

Ответственный по  
Зав. производством:

питанию:



В.Н. Волобуева  
Л.Е. Сыркина