

День	Четверг 09.01.2025
Неделя	1
Сезон	зимний
Возрастная	1-4 класс
категория	

ЗАВТРА	К	
Наименование блюда	Macca	Калорийность
консервы закусочные овощные		
(кукуруза)	60	31,30
котлета рыбная с соусом	100	115,30
каша рисовая рассыпчатая с маслом	150	267,08
хлеб пшеничный	30	79,80
чай с сахаром	200	42,32
Итого	560	535,80

День	Четверг 09.01.2025
Неделя	1
Сезон	зимний
Возрастная	5-11 класс
категория	

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Macca	Калорийность
консервы закусочные овощные (кукуруза)	100	52,16
котлета рыбная с соусом	100	115,30
каша рисовая рассыпчатая с маслом	180	266,60
хлеб пшеничный	40	106,40
чай с сахаром	200	42,32
Итого	640	582,78



День	Пятница 10.01.2025
Неделя	1
Сезон	зимний
Возрастная	1-4 класс
категория	

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Macca	
		Калорийность
каша молочная жидкая ячневая, с		
маслом и сахаром	200	246,87
сыр порциями	10	35,87
фрукт свежий (яблоко)	100	47,00
хлеб пшеничный	50	133,00
какао с молоком	200	101,72
• •		

Итого 560,0 564,5

День	Пятница 10.01.2025
Неделя	1
Сезон	зимний
Возрастная	5-11 класс
категория	

3ABTPA	AK	
Наименование блюда	Macca	Калорийность
каша молочная жидкая ячневая, с		
маслом и сахаром	250	308,50
сыр порциями	10	
фрукт свежий (яблоко)	100	47,00
хлеб пшеничный	50	133,00
какао с молоком	200	101,72
Итого	610,0	626,1

Директор школы:

УТВЕРЖДАЮ Е.Н.Серебрякова

## МЕНЮ

День	Понедельник 13.01.2025
Неделя	2
Сезон	зимний
Возрастная	1-4 класс
категория	

ЗАВТРА		
Наименование блюда	Macca	Калорийность
капуста квашеная с растительным		
маслом	60	51,41
биточки, котлеты куриные с соусом		
сметанным с луком	100/20	184,87
макароны отварные с маслом	150,0	205,50
чай с сахаром	200	42,32
хлеб пшеничный	30	79,80
Итого	560,0	563,9

День	Понедельник 13.01.2025
Неделя	2
Сезон	зимний
Возрастная	5-11 класс
категория	

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Macca	Калорийность
капуста квашеная с растительным маслом	100	85,70
биточки , котлеты куриные с соусом сметанным с луком	100//20	184,87
макароны отварные с маслом	180,0	246,60
чай с сахаром	200	42,32
хлеб пшеничный	40	106,40
Итого	640,0	665,89

Директор школы:

УТВЕРЖДАЮ Е.Н.Серебрякова

## МЕНЮ

День	Вторник 14.01.2025
Неделя	2
Сезон	зимний
Возрастная	1-4 класс
категория	

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Macca	Калорийность
каша молочная жидкая манная, с		
сахаром и маслом	200	264,55
блинчики с повидлом	70	115,62
хлеб пшеничный	30	79,80
фрукт свежий (яблоко)	100	47,00
чай с сахаром и лимоном	200	43,52
Итого	600	550,49

День	Вторник 14.01.2025	
Неделя	2	
Сезон	зимний	
Возрастная	5-11 класс	
категория		

3ABTPA1		
Наименование блюда	Macca	Калорийность
каша молочная жидкая манная, с		
сахаром и маслом	250	330,68
блинчики с повидлом	70	115,62
хлеб пшеничный	40	106,40
фрукт свежий (яблоко)	100	47,00
чай с сахаром и лимоном	200	43,52
Итого	660	643,22



День	Среда 15.01.2025
Неделя	2
Сезон	зимний
Возрастная	1-4 класс

## категория

## ЗАВТРАК

Наименование блюда	Macca	Калорийность
свекла отварная с растительным		
маслом	60	55,68
Котлеты из печени с соусом	120	190,25
сметанным с луком 100/20		
Картофель отварной	150	112,2
хлеб пшеничный	30	79,80
чай с сахаром	200	81
Итого	560	518,93
	МЕНЮ	

1		- 1
День	Среда 15.01.2025	
Неделя	2	_
Сезон	зимний	_
Возрастная	5-11 класс	_
категория		

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Macca	Калорийность
свекла отварная с растительным маслом	100	92,8
Котлеты из печени с соусом сметанным с луком 100/20	120	190,25
Картофель отварной	180	134,64
хлеб пшеничный	30	106,4
чай с сахаром	200	81
Итого	630	605,09



УТВЕРЖДАЮ Е.Н.Серебрякова

## МЕНЮ

День	Четверг 16.01.2025
Неделя	2
Сезон	зимний
Возрастная	1-4 класс
категория	

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Macca	Калорийность
суп молочный с макаронными		
изделиями	250	150,00
фрукт свежий (яблоко)	100	47,00
	10	
масло порциями	10	66
хлеб пшеничный	50	133,00
какао с молоком	200	101,72
Итого	610,0	497,7

День	Четверг 16.01.2025	
Неделя	2	
Сезон	зимний	
Возрастная	5-11 класс	
категория		

ЗАВТР		
Наименование блюда	Macca	Калорийность
суп молочный с макаронными		
изделиями	300	180,00
фрукт свежий (яблоко)	100	47,00
масло порциями	10	66
хлеб пшеничный	50	133,00
какао с молоком	200	101,72
Итого	660,0	527,7



День	Пятница 17.01.2025
Неделя	2
Сезон	зимний
Возрастная	1-4 класс
категория	

ЗАВТРА	ΛK	
Наименование блюда	Macca	Калорийность
консервы закусочные овощные		
(зеленый горошек)	60	38,52
плов из птицы	200	302,66
чай с сахаром и лимоном	200	43,52
хлеб пшеничный	50	133,00
Итого	510	517,70

День	Пятница 17.01.2025
Неделя	2
Сезон	зимний
Возрастная	5-11 класс
категория	

ЗАВТРАН	<b>C</b>	
Наименование блюда	Macca	Калорийность
консервы закусочные овощные		
(зеленый горошек)	100	51,36
плов из птицы	250	348,06
чай с сахаром и лимоном	200	43,52
хлеб пшеничный	50	133,00
Итого	600	575,94

Директор школьь:

УТВЕРЖДАЮ Е.Н.Серебрякова

# МЕНЮ

День	Понедельник 20.01.2025
Неделя	1
Сезон	зимний
Возрастная	1-4 класс
категория	

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Macca	Калорийность
каша молочная жидкая из хлопьев		
овсяных с сахаром и маслом	200	295,45
блинчики с повидлом	70	115,62
хлеб пшеничный	30	79,80
фрукт свежий (яблоко)	100	47,00
чай с сахаром	200	42,32
Итого	600	580,19

День	Понедельник 20.01.2025
Неделя	1
Сезон	зимний
Возрастная	5-11 класс
категория	

ЗАВТРА	Ж	
Наименование блюда	Macca	Калорийность
каша молочная жидкая из хлопьев		
овсяных с сахаром и маслом	250	369,32
блинчики с повидлом	70	
хлеб пшеничный	40	106,40
фрукт свежий (яблоко)	100	47,00
чай с сахаром	200	42,32
Итого	660	680,66

День Вторник 21.01.2025 Неделя Сезон

зимний

Возрастная категория 1-4 класс

ЗАВТРА	К	
Наименование блюда	Macca	
		Калорийность
консервы закусочные овощные (икра		
кабачковая)	60	62,4
котлеты домашние с соусом	100/20	180,62
макароны отварные с маслом	150	205,50
хлеб пшеничный	30	79,80
чай с молоком	200	66,62

560,0 594,94 Итого

День	Вторник 21.01.2025
Неделя	1
Сезон	зимний
Возрастная	5-11 класс
категория	

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Macca	Калорийность
консервы закусочные овощные (икра кабачковая)	100	83,2
котлеты домашние с соусом	100//20	180,62
макароны отварные с маслом	180,0	246,60
хлеб пшеничный	40	106,40
чай с молоком	200	66,62
Итого	640,0	683,44



ДеньСреда 22.01.2025Неделя1СезонзимнийВозрастная1-4 класс

категория

#### **3ABTPAK**

Наименование блюда	Macca	Калорийность
капуста квашеная с растительным		
маслом	60	51,41
котлета мясокапустная	100	116,00
каша гречневая рассыпчатая	150	229,9
хлеб пшеничный	50	133,00
чай с сахаром и лимоном	200	43,52
Итого	560,0	573,8

День	Среда 22.01.2025	
Неделя	1	
Сезон	зимний	
Возрастная	5-11 класс	
категория		

3ABTPA		
Наименование блюда Масса		Калорийность
капуста квашеная с растительным		
маслом	100	85,70
котлета мясокапустная	100	
каша гречневая рассыпчатая	180	275,87
хлеб пшеничный	50	133,00
чай с сахаром и лимоном	200	43,52
Итого	630,0	654,1



День	Четверг 23.01.2025	
Неделя	1	
Сезон	зимний	
Возрастная	1-4 класс	
категория		

3ABTPAI			
Наименование блюда	Macca	Калорийность	
консервы закусочные овощные			
(кукуруза)	60	31,30	
котлета рыбная с соусом	100	115,30	
каша рисовая рассыпчатая с маслом	150	267,08	
хлеб пшеничный	30	79,80	
чай с сахаром	200	42,32	
Итого	560	535,80	

День	Четверг 23.01.2025
Неделя	1
Сезон	зимний
Возрастная	5-11 класс
категория	

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Macca	Калорийность
консервы закусочные овощные		
(кукуруза)	100	52,16
котлета рыбная с соусом	100	115,30
каша рисовая рассыпчатая с маслом	180	266,60
хлеб пшеничный	40	106,40
чай с сахаром	200	42,32
Итого	640	582,78



День	Пятница 24.01.2025
Неделя	1
Сезон	зимний
Возрастная	1-4 класс
категория	

ЗАВТРАК		Калорийность
Наименование блюда	Macca	
каша молочная жидкая ячневая, с		
маслом и сахаром	200	246,87
сыр порциями	10	35,87
фрукт свежий (яблоко)	100	47,00
хлеб пшеничный	50	133,00
какао с молоком	200	101,72
Итого	560,0	564,5

День	Пятница 24.01.2025
Неделя	1
Сезон	зимний
Возрастная	5-11 класс
категория	

ЗАВТР	AK	
Наименование блюда	Macca	Калорийность
каша молочная жидкая ячневая, с		
маслом и сахаром	250	308,50
сыр порциями	10	
фрукт свежий (яблоко)	100	47,00
хлеб пшеничный	50	133,00
какао с молоком	200	101,72
Итого	610,0	626,1



УТВЕРЖДАЮ Е.Н.Серебрякова

## МЕНЮ

День	Понедельник 27.01.2025
Неделя	2
Сезон	зимний
Возрастная	1-4 класс
категория	

ЗАВТРА		
Наименование блюда	Macca	Калорийность
капуста квашеная с растительным маслом	60	51,41
биточки, котлеты куриные с соусом сметанным с луком	100/20	184,87
макароны отварные с маслом	150,0	205,50
чай с сахаром	200	42,32
хлеб пшеничный	30	79,80
Итого	560,0	563,9

День	Понедельник 27 .01.2025	
Неделя	2	
Сезон	зимний	
Возрастная	5-11 класс	
категория		

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Macca	Калорийность
капуста квашеная с растительным маслом	100	85,70
биточки , котлеты куриные с соусом сметанным с луком	100//20	184,87
макароны отварные с маслом	180,0	246,60
чай с сахаром	200	42,32
хлеб пшеничный	40	106,40
Итого	640,0	665,89



День	Вторник 28.01.2025
Неделя	2
Сезон	зимний
Возрастная	1-4 класс
категория	

ЗАВТРА	AK	
Наименование блюда	Macca	Калорийность
каша молочная жидкая манная, с		
сахаром и маслом	200	264,55
блинчики с повидлом	70	115,62
хлеб пшеничный	30	79,80
фрукт свежий (яблоко)	100	47,00
чай с сахаром и лимоном	200	43,52
Итого	600	550,49

День	Вторник 28.01.2025
Неделя	2
Сезон	зимний
Возрастная	5-11 класс
категория	

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Macca	Калорийность
каша молочная жидкая манная, с		
сахаром и маслом	250	330,68
блинчики с повидлом	70	115,62
хлеб пшеничный	40	106,40
фрукт свежий (яблоко)	100	47,00
чай с сахаром и лимоном	200	43,52
Итого	660	643,22



День	Среда 29.01.2025
Неделя	2
Сезон	зимний
Возрастная	1-4 класс

категория

## ЗАВТРАК

Наименование блюда	Macca	Калорийность
свекла отварная с растительным		
маслом	60	55,68
Котлеты из печени с соусом	120	190,25
сметанным с луком 100/20		
Картофель отварной	150	112,2
хлеб пшеничный	30	79,80
чай с сахаром	200	81
Итого	560	518,93
	МЕНЮ	

 День
 Среда 29.01.2025

 Неделя
 2

 Сезон
 зимний

 Возрастная категория
 5-11 класс

ЗАВТРАЬ	<b>C</b>	
Наименование блюда	Macca	Калорийность
свекла отварная с растительным		
маслом	100	92,8
Котлеты из печени с соусом	120	190,25
сметанным с луком 100/20		
Картофель отварной	180	134,64
хлеб пшеничный	30	106,4
чай с сахаром	200	81
Итого	630	605,09



УТВЕРЖДАЮ Е.Н.Серебрякова

## МЕНЮ

День	Четверг 30.01.2025
Неделя	2
Сезон	зимний
Возрастная	1-4 класс
категория	

3ABTP.	AK	
Наименование блюда	Macca	Калорийность
суп молочный с макаронными		
изделиями	250	150,00
фрукт свежий (яблоко)	100	47,00
масло порциями	10	66
хлеб пшеничный	50	133,00
какао с молоком	200	101,72
Итого	610,0	497,7

День	Четверг 30.01.2025	
Неделя	2	
Сезон	зимний	
Возрастная	5-11 класс	
категория		

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Macca	Калорийность
суп молочный с макаронными		
изделиями	300	180,00
фрукт свежий (яблоко)	100	47,00
масло порциями	10	66
хлеб пшеничный	50	133,00
какао с молоком	200	101,72
Итого	660,0	527,7



День	Пятница 31.01.2025	
Неделя	2	
Сезон	зимний	
Возрастная	1-4 класс	
категория		Калопийность

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Macca	
консервы закусочные овощные		
(зеленый горошек)	60	38,52
плов из птицы	200	302,66
чай с сахаром и лимоном	200	43,52
хлеб пшеничный	50	133,00
Итого	510	517,70

День	Пятница 31.01.2025
Неделя	2
Сезон	зимний
Возрастная	5-11 класс
категория	

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Macca	Калорийность
консервы закусочные овощные		
(зеленый горошек)	100	51,36
плов из птицы	250	348,06
чай с сахаром и лимоном	200	43,52
хлеб пшеничный	50	133,00