

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор школы: **Е.Н.Серебрякова**



**МЕНЮ**

День **Четверг 11.01.2024**

Неделя **I**

Сезон **зимний**

Возрастная категория **I-4 класс**

<b>ЗАВТРАК</b>		
<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса</b>	<b>Калорийность</b>
овощи по сезону (огурец соленый)	60	7,2
котлета рыбная с соусом	100	115,30
рис припущенный	150	199,95
хлеб пшеничный	30	79,80
чай с сахаром	200	60
<b>Итого</b>	<b>540</b>	<b>462,25</b>

**МЕНЮ**

День **Четверг 11.01.2024**

Неделя **I**

Сезон **зимний**

Возрастная категория **5-11 класс**

<b>ЗАВТРАК</b>		
<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса</b>	<b>Калорийность</b>
овощи по сезону (огурец соленый)	100	12
котлета рыбная с соусом	100	115,30
рис припущенный	180	266,60
хлеб пшеничный	40	106,40
чай с сахаром	200	60
<b>Итого</b>	<b>620</b>	<b>560,30</b>

УТВЕРЖДАЮ  
Директор школы: **Е.Н.Серебрякова**



### МЕНЮ

День **Пятница 12.01.2024**

---

Неделя **I**

---

Сезон **зимний**

---

Возрастная категория **I-4 класс**

<b>ЗАВТРАК</b>		
<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса</b>	<b>Калорийность</b>
каша молочная жидкая ячневая, с маслом и сахаром	200	295,45
сыр порциями	10	36,00
фрукт свежий (яблоко)	100	47,00
хлеб пшеничный	50	133,00
чай с сахаром и лимоном	200	62
<b>Итого</b>	<b>560,0</b>	<b>573,5</b>

### МЕНЮ

День **Пятница 12.01.2024**

---

Неделя **I**

---

Сезон **зимний**

---

Возрастная категория **5-11 класс**

<b>ЗАВТРАК</b>		
<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса</b>	<b>Калорийность</b>
каша молочная жидкая ячневая, с маслом и сахаром	250	369,32
сыр порциями	10	36,00
фрукт свежий (яблоко)	100	47,00
хлеб пшеничный	50	133,00
чай с сахаром и лимоном	200	62
<b>Итого</b>	<b>610,0</b>	<b>647,3</b>

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор школы:

**Е.Н.Серебрякова**

**МЕНЮ**

День

**Понедельник 15.01.2024**

Неделя

**2**

Сезон

**зимний**

Возрастная  
категория

**1-4 класс**

<b>ЗАВТРАК</b>		
<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса</b>	<b>Калорийность</b>
овощи свежие (помидор соленый)	60	13,2
Биточки , котлеты куриные с соусом сметанным с луком	100	147,85
макароны отварные с маслом	150,0	205,50
чай с сахаром	200	60
хлеб пшеничный	30	79,80
<b>Итого</b>	<b>540</b>	<b>506,35</b>

**МЕНЮ**

День

**Понедельник 15.01.2024**

Неделя

**2**

Сезон

**зимний**

Возрастная  
категория

**5-11 класс**

<b>ЗАВТРАК</b>		
<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса</b>	<b>Калорийность</b>
овощи свежие (помидор соленый)	100	22
Биточки , котлеты куриные с соусом сметанным с луком	100	147,85
макароны отварные с маслом	180,0	246,60
чай с сахаром	200	60
хлеб пшеничный	40	106,40
<b>Итого</b>	<b>620</b>	<b>582,85</b>



**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор школы: **Е.Н.Серебрякова**  
**МЕНЮ**

День **Вторник 16.01.2024**

Неделя **2**

Сезон **зимний**

Возрастная категория **1-4 класс**

<b>ЗАВТРАК</b>		
<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса</b>	<b>Калорийность</b>
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	62
<b>Итого</b>	<b>600</b>	<b>568,97</b>

### **МЕНЮ**

День **Вторник 16.01.2024**

Неделя **2**

Сезон **зимний**

Возрастная категория **5-11 класс**

<b>ЗАВТРАК</b>		
<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса</b>	<b>Калорийность</b>
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	62
<b>Итого</b>	<b>660</b>	<b>661,7</b>

**УТВЕРЖДАЮ**

**Директор школы:**

**Е.Н.Серебрякова**



**МЕНЮ**

*Среда 17.01.2024*

День

*2*

Неделя

*зимний*

Сезон

*1-4 класс*

Возрастная  
категория

<b>ЗАВТРАК</b>		
<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса</b>	<b>Калорийность</b>
котлеты из печени с соусом сметанным с луком	100	190,25
картофель отварной	150	112,2
свекла отварная с растительным маслом	60	55,68
хлеб пшеничный	30	79,80
чай с молоком	200	81
<b>Итого</b>	<b>540</b>	<b>518,93</b>

**МЕНЮ**

День

*Среда 17.01.2024*

Неделя

*2*

Сезон

*зимний*

Возрастная  
категория

*5-11 класс*

<b>ЗАВТРАК</b>		
<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса</b>	<b>Калорийность</b>
котлеты из печени с соусом сметанным с луком	100	190,25
картофель отварной	180	134,64
свекла отварная с растительным маслом	100	92,8
хлеб пшеничный	40	106,40
чай с молоком	200	81
<b>Итого</b>	<b>620</b>	<b>605,09</b>

**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор школы: **Е.Н.Серебрякова**



### МЕНЮ

День **Четверг 18.01.2024**

Неделя **2**

Сезон **зимний**

Возрастная категория **1-4 класс**

<b>ЗАВТРАК</b>		
<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса</b>	<b>Калорийность</b>
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	118,6
<b>Итого</b>	<b>610,0</b>	<b>514,6</b>

### МЕНЮ

День **Четверг 18.01.2024**

Неделя **2**

Сезон **зимний**

Возрастная категория **5-11 класс**

<b>ЗАВТРАК</b>		
<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса</b>	<b>Калорийность</b>
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	118,6
<b>Итого</b>	<b>660,0</b>	<b>544,6</b>

**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор школы: **Е.Н.Серебрякова**



### МЕНЮ

День	<b>Пятница 19.01.2024</b>
Неделя	<b>2</b>
Сезон	<b>зимний</b>
Возрастная категория	<b>1-4 класс</b>

<b>ЗАВТРАК</b>		
<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса</b>	<b>Калорийность</b>
овощи консервированные (зеленый горошек)	60	38,52
плов из птицы	200	302,66
кофейный напиток с молоком	200	100,6
хлеб пшеничный	50	133,00
<b>Итого</b>	<b>510</b>	<b>574,78</b>

### МЕНЮ

День	<b>Пятница 19.01.2024</b>
Неделя	<b>2</b>
Сезон	<b>зимний</b>
Возрастная категория	<b>5-11 класс</b>

<b>ЗАВТРАК</b>		
<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса</b>	<b>Калорийность</b>
овощи консервированные (зеленый горошек)	100	70,20
плов из птицы	230	348,06
Компот из сухофруктов	200	100,6
хлеб пшеничный	50	133,00
<b>Итого</b>	<b>580</b>	<b>651,86</b>

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор школы: **Е.Н.Серебрякова**



### МЕНЮ

День **Понедельник 22.01.2024**

Неделя **I**

Сезон **зимний**

Возрастная категория **I-4 класс**

<b>ЗАВТРАК</b>		
<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса</b>	<b>Калорийность</b>
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	60
<b>Итого</b>	<b>600</b>	<b>597,87</b>

### МЕНЮ

День **Понедельник 22.01.2024**

Неделя **I**

Сезон **зимний**

Возрастная категория **5-11 класс**

<b>ЗАВТРАК</b>		
<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса</b>	<b>Калорийность</b>
каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	250	369,32
блинчики с повидлом	70	115,62
хлеб пшеничный	40	106,40
фрукт свежий (яблоко)	100	47,00
чай с сахаром	200	60
<b>Итого</b>	<b>660</b>	<b>698,34</b>



**УТВЕРЖДАЮ**

Директор школы: **Е.Н.Серебрякова**



### МЕНЮ

День **Вторник 23.01.2024**

Неделя **1**

Сезон **зимний**

Возрастная категория **1-4 класс**

<b>ЗАВТРАК</b>		
<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса</b>	<b>Калорийность</b>
икра кабачковая консервированная	60	62,4
котлеты домашние с соусом	100,0	180,00
макароны отварные с маслом	150,0	205,50
хлеб пшеничный	30	79,80
чай с молоком	200	81
<b>Итого</b>	<b>540</b>	<b>608,70</b>

### МЕНЮ

День **Вторник 23.01.2024**

Неделя **1**

Сезон **зимний**

Возрастная категория **5-11 класс**

<b>ЗАВТРАК</b>		
<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса</b>	<b>Калорийность</b>
икра кабачковая консервированная	100	104
котлеты домашние с соусом	100/20	180,00
макароны отварные с маслом	180	246,60
хлеб пшеничный	40	106,40
чай с молоком	200	81
<b>Итого</b>	<b>640</b>	<b>718,00</b>

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор школы: **Е.Н.Серебрякова**



### МЕНЮ

День **Среда 24.01.2024**

Неделя **I**

Сезон **зимний**

Возрастная категория **I-4 класс**

<b>ЗАВТРАК</b>		
<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса</b>	<b>Калорийность</b>
каша жидкая молочная из гречневой крупы	200	244,50
фрукт свежий (яблоко)	100	47,00
масло порциями	10	66
хлеб пшеничный	50	133,00
какао с молоком	200	118,6
Итого	<b>560,0</b>	<b>609,1</b>

### МЕНЮ

День **Среда 24.01.2024**

Неделя **I**

Сезон **зимний**

Возрастная категория **5-11 класс**

<b>ЗАВТРАК</b>		
<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса</b>	<b>Калорийность</b>
каша жидкая молочная из гречневой крупы	250	326,00
фрукт свежий (яблоко)	100	47,00
масло порциями	10	66
хлеб пшеничный	50	133,00
какао с молоком	200	118,6
Итого	<b>610,0</b>	<b>690,6</b>

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор школы: **Е.Н.Серебрякова**



### МЕНЮ

День **Четверг 25.01.2024**

Неделя **I**

Сезон **зимний**

Возрастная категория **I-4 класс**

<b>ЗАВТРАК</b>		
<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса</b>	<b>Калорийность</b>
овощи по сезону (огурец соленый)	60	7,2
котлета рыбная с соусом	100	115,30
рис припущенный	150	199,95
хлеб пшеничный	30	79,80
чай с сахаром	200	60
<b>Итого</b>	<b>540</b>	<b>462,25</b>

### МЕНЮ

День **Четверг 25.01.2024**

Неделя **I**

Сезон **зимний**

Возрастная категория **5-11 класс**

<b>ЗАВТРАК</b>		
<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса</b>	<b>Калорийность</b>
овощи по сезону (огурец соленый)	100	12
котлета рыбная с соусом	100	115,30
рис припущенный	180	266,60
хлеб пшеничный	40	106,40
чай с сахаром	200	60
<b>Итого</b>	<b>620</b>	<b>560,30</b>

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор школы: **Е.Н.Серебрякова**



### МЕНЮ

День	<b>Пятница 26.01.2024</b>
Неделя	<b>1</b>
Сезон	<b>зимний</b>
Возрастная категория	<b>1-4 класс</b>

<b>ЗАВТРАК</b>		
<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса</b>	<b>Калорийность</b>
каша молочная жидкая ячневая, с маслом и сахаром	200	295,45
сыр порциями	10	36,00
фрукт свежий (яблоко)	100	47,00
хлеб пшеничный	50	133,00
чай с сахаром и лимоном	200	62
<b>Итого</b>	<b>560,0</b>	<b>573,5</b>

### МЕНЮ

День	<b>Пятница 26.01.2024</b>
Неделя	<b>1</b>
Сезон	<b>зимний</b>
Возрастная категория	<b>5-11 класс</b>

<b>ЗАВТРАК</b>		
<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса</b>	<b>Калорийность</b>
каша молочная жидкая ячневая, с маслом и сахаром	250	369,32
сыр порциями	10	36,00
фрукт свежий (яблоко)	100	47,00
хлеб пшеничный	50	133,00
чай с сахаром и лимоном	200	62
<b>Итого</b>	<b>610,0</b>	<b>647,3</b>

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор школы: **Е.Н.Серебрякова**



### МЕНЮ

День	<b>Понедельник 29.01.2024</b>
Неделя	<b>2</b>
Сезон	<b>зимний</b>
Возрастная категория	<b>1-4 класс</b>

<b>ЗАВТРАК</b>		
<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса</b>	<b>Калорийность</b>
овощи свежие (помидор соленый)	60	13,2
Биточки , котлеты куриные с соусом сметанным с луком	100	147,85
макароны отварные с маслом	150,0	205,50
чай с сахаром	200	60
хлеб пшеничный	30	79,80
<b>Итого</b>	<b>540</b>	<b>506,35</b>

### МЕНЮ

День	<b>Понедельник 29.01.2024</b>
Неделя	<b>2</b>
Сезон	<b>зимний</b>
Возрастная категория	<b>5-11 класс</b>

<b>ЗАВТРАК</b>		
<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса</b>	<b>Калорийность</b>
овощи свежие (помидор соленый)	100	22
Биточки , котлеты куриные с соусом сметанным с луком	100	147,85
макароны отварные с маслом	180,0	246,60
чай с сахаром	200	60
хлеб пшеничный	40	106,40
<b>Итого</b>	<b>620</b>	<b>582,85</b>

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор школы: **Е.Н.Серебрякова**



### МЕНЮ

День	<b>Вторник 30.01.2024</b>
Неделя	<b>2</b>
Сезон	<b>зимний</b>
Возрастная категория	<b>1-4 класс</b>

<b>ЗАВТРАК</b>		
<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса</b>	<b>Калорийность</b>
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	62
<b>Итого</b>	<b>600</b>	<b>568,97</b>

### МЕНЮ

День	<b>Вторник 30.01.2024</b>
Неделя	<b>2</b>
Сезон	<b>зимний</b>
Возрастная категория	<b>5-11 класс</b>

<b>ЗАВТРАК</b>		
<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса</b>	<b>Калорийность</b>
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	62
<b>Итого</b>	<b>660</b>	<b>661,7</b>

**УТВЕРЖДАЮ**

**Директор школы: Е.Н.Серебрякова**



## МЕНЮ

День	<i>Среда 31.01.2024</i>
Неделя	<i>2</i>
Сезон	<i>зимний</i>
Возрастная категория	<i>1-4 класс</i>

<b>ЗАВТРАК</b>		
<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса</b>	<b>Калорийность</b>
котлеты из печени с соусом сметанным с луком	100	190,25
картофель отварной	150	112,2
свекла отварная с растительным маслом	60	55,68
хлеб пшеничный	30	79,80
чай с молоком	200	81
<b>Итого</b>	<b>540</b>	<b>518,93</b>

## МЕНЮ

День	<i>Среда 31.01.2024</i>
Неделя	<i>2</i>
Сезон	<i>зимний</i>
Возрастная категория	<i>5-11 класс</i>

<b>ЗАВТРАК</b>		
<b>Наименование блюда</b>	<b>Масса</b>	<b>Калорийность</b>
котлеты из печени с соусом сметанным с луком	100	190,25
картофель отварной	180	134,64
свекла отварная с растительным маслом	100	92,8
хлеб пшеничный	40	106,40
чай с молоком	200	81
<b>Итого</b>	<b>620</b>	<b>605,09</b>