



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

МЕНЮ

День **Пятница 01.09.2023**

Неделя **1**

Сезон **осенний**

Возрастная категория **1-4 класс**

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
каша молочная жидкая ячневая, с маслом и сахаром	200	295,45
масло порциями	10	66
сыр твердых сортов (порция)	10	35,87
фрукт свежий (яблоко)	100	47,00
хлеб пшеничный	50	133,00
Чай с лимоном и сахаром	200	43,52
Итого	570,0	620,8

МЕНЮ

День **Пятница 01.09.2023**

Неделя **2**

Сезон **осенний**

Возрастная категория **5-11 класс**

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
каша молочная жидкая ячневая, с маслом и сахаром	250	308,5
масло порциями	10	66
сыр твердых сортов (порция)	10	35,87
фрукт свежий (яблоко)	100	47,00
хлеб пшеничный	50	133,00
Чай с лимоном и сахаром	200	43,52
Итого	620,0	620,8



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

МЕНЮ

День **Понедельник 04.09.2023**

Неделя **2**

Сезон **осенний**

Возрастная категория **1-4 класс**

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
икра кабачковая консервированная	60	62,4
Биточки , котлеты куриные с соусом сметанным с луком	100/20	184,87
макароны отварные с маслом	150	205,50
Чай с сахаром	200	42,32
хлеб пшеничный	30	79,80
Итого	560	574,89

МЕНЮ

День **Понедельник 04.09.2023**

Неделя **2**

Сезон **осенний**

Возрастная категория **5-11 класс**

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
икра кабачковая консервированная	80	83,2
Биточки , котлеты куриные с соусом сметанным с луком	100/20	184,87
макароны отварные с маслом	180	246,60
Чай с сахаром	200	42,32
хлеб пшеничный	30	106,40
Итого	620	663,39



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

МЕНЮ

День	Вторник 05.09.2023
Неделя	2
Сезон	осенний
Возрастная категория	1-4 класс

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	200	264,55
блинчики с повидлом	70	129,52
хлеб пшеничный	30	79,80
фрукт свежий (яблоко)	100	47,00
Чай с лимоном и сахаром	200	43,52
Итого	600	564,39

МЕНЮ

День	Вторник 05.09.2023
Неделя	2
Сезон	осенний
Возрастная категория	5-11 класс

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	250	330,68
блинчики с повидлом	70	129,52
хлеб пшеничный	40	106,40
фрукт свежий (яблоко)	100	47,00
Чай с лимоном и сахаром	200	43,52
Итого	660	657,12



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

МЕНЮ

День *Среда 06.09.2023*
Неделя *2*
Сезон *осенний*
Возрастная категория *1-4 класс*

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
Котлеты печеночные из п/ф высокой степени готовности, с маслом	100/5	209,13
картофель отварной с маслом	150	112,2
свекла отварная с растительным маслом	60	55,68
хлеб пшеничный	30	79,80
Чай с молоком	200	66,62
Итого	545	523,43

МЕНЮ

День *Среда 06.09.2023*
Неделя *2*
Сезон *осенний*
Возрастная категория *5-11 класс*

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
Котлеты печеночные из п/ф высокой степени готовности, с маслом	100/5	209,13
картофель отварной с маслом	180	134,64
свекла отварная с растительным маслом	100	92,8
хлеб пшеничный	40	106,40
Чай с молоком	200	66,62
Итого	625	609,59



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

МЕНЮ

День	Четверг 07.09.2023
Неделя	2
Сезон	осенний
Возрастная категория	1-4 класс

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
Капуста квашеная с растительным маслом	60	51,42
тефтели "оригинальные" из п/ф высокой степени готовности запеченные с соусом	100/30	177,70
макароны отварные с маслом	150	205,50
хлеб пеклеванный	30	68,97
Компот из сухофруктов	200	81
Итого	560,0	584,6

МЕНЮ

День	Четверг 07.09.2023
Неделя	2
Сезон	осенний
Возрастная категория	5-11 класс

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
Капуста квашеная с растительным маслом	100	85,7
тефтели "оригинальные" из п/ф высокой степени готовности запеченные с соусом	100/30	177,70
макароны отварные с маслом	180	246,60
хлеб пеклеванный	40	91,96
Компот из сухофруктов	200	81
Итого	650,0	683,0



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

МЕНЮ

День	Пятница 08.09.2023
Неделя	2
Сезон	осенний
Возрастная категория	1-4 класс

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
овощи консервированные (зеленый горошек)	60	38,52
плов из птицы	200	302,66
Компот из сухофруктов	200	81
хлеб пшеничный	50	133,00
Итого	510	555,18

МЕНЮ

День	Пятница 08.09.2023
Неделя	2
Сезон	осенний
Возрастная категория	5-11 класс

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
овощи консервированные (зеленый горошек)	80	51,36
плов из птицы	230	348,06
Компот из сухофруктов	200	81
хлеб пшеничный	50	133,00
Итого	560	613,42



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

МЕНЮ

День **Понедельник 11.09.2023**
Неделя **1**
Сезон **осенний**
Возрастная категория **1-4 класс**

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	200	274,34
блинчики с повидлом	70	129,52
хлеб пшеничный	30	79,80
фрукт свежий (яблоко)	100	47,00
Чай с сахаром	200	42,32
Итого	600	572,98

МЕНЮ

День **Понедельник 11.09.2023**
Неделя **1**
Сезон **осенний**
Возрастная категория **5-11 класс**

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	250	342,89
блинчики с повидлом	70	129,52
хлеб пшеничный	40	106,40
фрукт свежий (яблоко)	100	47,00
Чай с сахаром	200	42,32
Итого	660	668,13



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

МЕНЮ

День **Вторник 12.09.2023**
Неделя **1**
Сезон **осенний**
Возрастная категория **1-4 класс**

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
овощи по сезону в нарезке (помидор)	60	13,2
Котлеты домашние из п/ф высокой степени готовности с соусом	100/20	180,62
макароны отварные с маслом	150	205,50
хлеб пшеничный	30	79,80
Чай с молоком	200	66,62
Итого	560	545,74

МЕНЮ

День **Вторник 12.09.2023**
Неделя **1**
Сезон **осенний**
Возрастная категория **5-11 класс**

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
овощи по сезону в нарезке (помидор)	100	22
Котлеты домашние из п/ф высокой степени готовности с соусом	100/20	180,62
макароны отварные с маслом	180	246,60
хлеб пшеничный	40	106,40
Чай с молоком	200	66,62
Итого	640	622,24



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

МЕНЮ

День **Среда 13.09.2023**
Неделя **I**
Сезон **осенний**
Возрастная категория **I-4 класс**

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
каша жидкая молочная из гречневой крупы	200	244,50
фрукт свежий (яблоко)	100	47,00
сыр полутвердый порциями	10	35,87
хлеб пшеничный	50	133,00
какао с молоком	200	118,6
Итого	560,0	579,0

МЕНЮ

День **Среда 13.09.2023**
Неделя **I**
Сезон **осенний**
Возрастная категория **5-11 класс**

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
каша жидкая молочная из гречневой крупы	250	326,00
фрукт свежий (яблоко)	100	47,00
сыр полутвердый порциями	10	35,87
хлеб пшеничный	50	133,00
какао с молоком	200	118,6
Итого	610,0	660,5



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

МЕНЮ

День **Четверг 14.09.2023**

Неделя **1**

Сезон **осенний**

Возрастная категория **1-4 класс**

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
овощи по сезону в нарезке(огурец)	60	7,2
Котлета рыбная из п/ф высокой степени готовности с соусом	100/20	156,9
каша рисовая рассыпчатая с маслом	150	267,08
хлеб пшеничный	30	79,80
Чай с сахаром	200	42,32
Итого	560	553,3

МЕНЮ

День **Четверг 14.09.2023**

Неделя **1**

Сезон **весенний**

Возрастная категория **5-11 класс**

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
овощи по сезону в нарезке(огурец)	100	12
Котлета рыбная из п/ф высокой степени готовности с соусом	100/20	156,9
каша рисовая рассыпчатая с маслом	180	320,48
хлеб пшеничный	40	106,40
Чай с сахаром	200	42,32
Итого	640	638,1



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

МЕНЮ

День **Пятница 15.09.2023**

Неделя **1**

Сезон **осенний**

Возрастная категория **1-4 класс**

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
каша молочная жидкая ячневая, с маслом и сахаром	200	295,45
масло порциями	10	66
сыр твердых сортов (порция)	10	35,87
фрукт свежий (яблоко)	100	47,00
хлеб пшеничный	50	133,00
Чай с лимоном и сахаром	200	43,52
Итого	570,0	620,8

МЕНЮ

День **Пятница 15.09.2023**

Неделя **2**

Сезон **осенний**

Возрастная категория **5-11 класс**

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
каша молочная жидкая ячневая, с маслом и сахаром	250	308,5
масло порциями	10	66
сыр твердых сортов (порция)	10	35,87
фрукт свежий (яблоко)	100	47,00
хлеб пшеничный	50	133,00
Чай с лимоном и сахаром	200	43,52
Итого	620,0	620,8



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

МЕНЮ

День	Понедельник 18.09.2023
Неделя	2
Сезон	осенний
Возрастная категория	1-4 класс

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
икра кабачковая консервированная	60	62,4
Биточки , котлеты куриные с соусом сметанным с луком	100/20	184,87
макароны отварные с маслом	150	205,50
Чай с сахаром	200	42,32
хлеб пшеничный	30	79,80
Итого	560	574,89

МЕНЮ

День	Понедельник 18.09.2023
Неделя	2
Сезон	осенний
Возрастная категория	5-11 класс

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
икра кабачковая консервированная	80	83,2
Биточки , котлеты куриные с соусом сметанным с луком	100/20	184,87
макароны отварные с маслом	180	246,60
Чай с сахаром	200	42,32
хлеб пшеничный	30	106,40
Итого	620	663,39



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

МЕНЮ

День **Вторник 19.09.2023**
Неделя **2**
Сезон **осенний**
Возрастная категория **1-4 класс**

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	200	264,55
блинчики с повидлом	70	129,52
хлеб пшеничный	30	79,80
фрукт свежий (яблоко)	100	47,00
Чай с лимоном и сахаром	200	43,52
Итого	600	564,39

МЕНЮ

День **Вторник 19.09.2023**
Неделя **2**
Сезон **осенний**
Возрастная категория **5-11 класс**

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
каша молочная жидкая манная, с сахаром и маслом	250	330,68
блинчики с повидлом	70	129,52
хлеб пшеничный	40	106,40
фрукт свежий (яблоко)	100	47,00
Чай с лимоном и сахаром	200	43,52
Итого	660	657,12



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

МЕНЮ

День **Среда 20.09.2023**
Неделя **2**
Сезон **осенний**
Возрастная категория **1-4 класс**

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
Котлеты печеночные из п/ф высокой степени готовности, с маслом	100/5	209,13
картофель отварной с маслом	150	112,2
свекла отварная с растительным маслом	60	55,68
хлеб пшеничный	30	79,80
Чай с молоком	200	66,62
Итого	545	523,43

МЕНЮ

День **Среда 20.09.2023**
Неделя **2**
Сезон **осенний**
Возрастная категория **5-11 класс**

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
Котлеты печеночные из п/ф высокой степени готовности, с маслом	100/5	209,13
картофель отварной с маслом	180	134,64
свекла отварная с растительным маслом	100	92,8
хлеб пшеничный	40	106,40
Чай с молоком	200	66,62
Итого	625	609,59



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

МЕНЮ

День	<i>Четверг 21.09.2023</i>
Неделя	<i>2</i>
Сезон	<i>осенний</i>
Возрастная категория	<i>1-4 класс</i>

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
Капуста квашеная с растительным маслом	60	51,42
тефтели "оригинальные" из п/ф высокой степени готовности запеченные с соусом	100/30	177,70
макароны отварные с маслом	150	205,50
хлеб пеклеванный	30	68,97
Компот из сухофруктов	200	81
Итого	560,0	584,6

МЕНЮ

День	<i>Четверг 21.09.2023</i>
Неделя	<i>2</i>
Сезон	<i>осенний</i>
Возрастная категория	<i>5-11 класс</i>

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
Капуста квашеная с растительным маслом	100	85,7
тефтели "оригинальные" из п/ф высокой степени готовности запеченные с соусом	100/30	177,70
макароны отварные с маслом	180	246,60
хлеб пеклеванный	40	91,96
Компот из сухофруктов	200	81
Итого	650,0	683,0



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

МЕНЮ

День	<i>Пятница 22.09.2023</i>
Неделя	<i>2</i>
Сезон	<i>осенний</i>
Возрастная категория	<i>1-4 класс</i>

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
овощи консервированные (зеленый горошек)	60	38,52
плов из птицы	200	302,66
Компот из сухофруктов	200	81
хлеб пшеничный	50	133,00
Итого	510	555,18

МЕНЮ

День	<i>Пятница 22.09.2023</i>
Неделя	<i>2</i>
Сезон	<i>осенний</i>
Возрастная категория	<i>5-11 класс</i>

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
овощи консервированные (зеленый горошек)	80	51,36
плов из птицы	230	348,06
Компот из сухофруктов	200	81
хлеб пшеничный	50	133,00
Итого	560	613,42



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

МЕНЮ

День **Понедельник 25.09.2023**

Неделя **1**

Сезон **осенний**

Возрастная категория **1-4 класс**

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	200	274,34
блинчики с повидлом	70	129,52
хлеб пшеничный	30	79,80
фрукт свежий (яблоко)	100	47,00
Чай с сахаром	200	42,32
Итого	600	572,98

МЕНЮ

День **Понедельник 25.09.2023**

Неделя **1**

Сезон **осенний**

Возрастная категория **5-11 класс**

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом	250	342,89
блинчики с повидлом	70	129,52
хлеб пшеничный	40	106,40
фрукт свежий (яблоко)	100	47,00
Чай с сахаром	200	42,32
Итого	660	668,13



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

МЕНЮ

День **Вторник 26.09.2023**
Неделя **1**
Сезон **осенний**
Возрастная категория **1-4 класс**

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
овощи по сезону в нарезке (помидор)	60	13,2
Котлеты домашние из п/ф высокой степени готовности с соусом	100/20	180,62
макароны отварные с маслом	150	205,50
хлеб пшеничный	30	79,80
Чай с молоком	200	66,62
Итого	560	545,74

МЕНЮ

День **Вторник 26.09.2023**
Неделя **1**
Сезон **осенний**
Возрастная категория **5-11 класс**

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
овощи по сезону в нарезке (помидор)	100	22
Котлеты домашние из п/ф высокой степени готовности с соусом	100/20	180,62
макароны отварные с маслом	180	246,60
хлеб пшеничный	40	106,40
Чай с молоком	200	66,62
Итого	640	622,24



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

МЕНЮ

День	<i>Среда 27.09.2023</i>
Неделя	<i>I</i>
Сезон	<i>осенний</i>
Возрастная категория	<i>I-4 класс</i>

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
каша жидкая молочная из гречневой крупы	200	244,50
фрукт свежий (яблоко)	100	47,00
сыр полутвердый порциями	10	35,87
хлеб пшеничный	50	133,00
какао с молоком	200	118,6
Итого	560,0	579,0

МЕНЮ

День	<i>Среда 27.09.2023</i>
Неделя	<i>I</i>
Сезон	<i>осенний</i>
Возрастная категория	<i>5-11 класс</i>

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
каша жидкая молочная из гречневой крупы	250	326,00
фрукт свежий (яблоко)	100	47,00
сыр полутвердый порциями	10	35,87
хлеб пшеничный	50	133,00
какао с молоком	200	118,6
Итого	610,0	660,5



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

МЕНЮ

День	<i>Четверг 28.09.2023</i>
Неделя	<i>1</i>
Сезон	<i>осенний</i>
Возрастная категория	<i>1-4 класс</i>

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
овощи по сезону в нарезке(огурец)	60	7,2
Котлета рыбная из п/ф высокой степени готовности с соусом	100/20	156,9
каша рисовая рассыпчатая с маслом	150	267,08
хлеб пшеничный	30	79,80
Чай с сахаром	200	42,32
Итого	560	553,3

МЕНЮ

День	<i>Четверг 28.09.2023</i>
Неделя	<i>1</i>
Сезон	<i>весенний</i>
Возрастная категория	<i>5-11 класс</i>

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
овощи по сезону в нарезке(огурец)	100	12
Котлета рыбная из п/ф высокой степени готовности с соусом	100/20	156,9
каша рисовая рассыпчатая с маслом	180	320,48
хлеб пшеничный	40	106,40
Чай с сахаром	200	42,32
Итого	640	638,1



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

МЕНЮ

День *Пятница 29.09.2023*

Неделя *1*

Сезон *осенний*

Возрастная категория *1-4 класс*

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
каша молочная жидкая ячневая, с маслом и сахаром	200	295,45
масло порциями	10	66
сыр твердых сортов (порция)	10	35,87
фрукт свежий (яблоко)	100	47,00
хлеб пшеничный	50	133,00
Чай с лимоном и сахаром	200	43,52
Итого	570,0	620,8

МЕНЮ

День *Пятница 29.09.2023*

Неделя *2*

Сезон *осенний*

Возрастная категория *5-11 класс*

ЗАВТРАК		
Наименование блюда	Масса	Калорийность
каша молочная жидкая ячневая, с маслом и сахаром	250	308,5
масло порциями	10	66
сыр твердых сортов (порция)	10	35,87
фрукт свежий (яблоко)	100	47,00
хлеб пшеничный	50	133,00
Чай с лимоном и сахаром	200	43,52
Итого	620,0	620,8