

" 10 " марта 2025 г.

день	Наименование блюда	Выход блюда	цена	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Белки	Жиры	Углеводы	
день 6							
завтрак 52,6 руб	<b>Завтрак Вариант № 2 5-11 класс</b>						
	Макаронные изделия отварные	230	26,16	8,96	8,16	54,64	327,9
	Соус красный основной	50	2,60	0,48	0,9	3,94	25,0
	чай с сахаром	200	3,00	0,10	0,00	9,10	35
	Сыр твердых сортов в нарезке	20	14,84	4,66	5,86	0,00	72
	батон нарезной	50	6,00	3,80	2,75	25,00	140
		<b>550</b>	<b>52,60</b>	<b>18,00</b>	<b>17,67</b>	<b>92,68</b>	<b>599,56</b>
завтрак 71,47 руб	<b>ЗАВТРАК 1 - 4 класс</b>						
	Макаронные изделия отварные с сыром	180	28,95	10,52	9,02	38,11	288,0
	Яйцо отварное	50	15,52	4,80	4,00	0,30	56,6
	Гематоген	40	18,00	1,4	1,2	30,2	137,0
	чай с сахаром	200	5,00	0,20	0,00	6,50	26,8
	хлеб пшеничный	30	4,00	2,3	0,25	14,75	70,3
		<b>500</b>	<b>71,47</b>	<b>19,22</b>	<b>14,47</b>	<b>89,86</b>	<b>578,70</b>
завтрак ОВЗ 81,82 руб начальное звено	<b>первый прием пищи</b>						
	Макаронные изделия отварные с сыром	180	28,95	10,52	9,02	38,11	288,0
	Яйцо отварное	50	15,52	4,80	4,00	0,30	56,6
	Гематоген	40	18,00	1,4	1,2	30,2	137,0
	чай с сахаром	200	5,00	0,20	0,00	6,50	26,8
	хлеб пшеничный	30	4,00	2,3	0,25	14,75	70,3
	<b>второй прием пищи</b>						
	Булочка с корицей	50	10,35	3,30	2,10	33,70	146,50
		<b>550</b>	<b>81,82</b>	<b>23</b>	<b>17</b>	<b>124</b>	<b>725</b>
завтрак 92,60 руб	<b>ЗАВТРАК 5 - 11 класс</b>						
	Каша гречневая с маслом	180	15,69	11,03	8,30	47,8	310,8
	Котлеты "Домашние" с соусом 90/20	110	45,48	14	9,2	12,6	71,8
	чай с сахаром	200	5,00	0,20	0,00	6,50	26,8
	хлеб пшеничный	30	4,00	2,3	0,25	14,75	70,3
	Блинчик со сгущенным молоком 60/10	70	22,43	7,80	6,00	35,00	190,0
		<b>590</b>	<b>92,60</b>	<b>35,33</b>	<b>23,75</b>	<b>116,65</b>	<b>669,70</b>
завтрак ОВЗ 81,82 руб старшее звено	<b>первый прием пищи</b>						
	Каша гречневая с маслом	180	14,69	11,03	8,30	47,8	310,8
	Котлеты "Домашние" с соусом 90/20	110	45,48	14	9,2	12,6	71,8
	чай с сахаром	200	3,00	0,20	0,00	6,50	26,8
	хлеб пшеничный	30	3,00	2,3	0,25	14,75	70,3
	<b>второй прием пищи</b>						
	Печенье "Даренка" на топленом молоке (2 шт)	60	15,65	4,48	9,6	41,6	141,0
		<b>550</b>	<b>81,82</b>	<b>32,01</b>	<b>27,35</b>	<b>123,25</b>	<b>620,70</b>
обед 104,38 руб	<b>Обед 1 - 4 класс</b>						
	Помидор свежий в нарезке	60	18,30	0,7	0,1	2,3	12,8
	Борщ со сметаной	200	18,52	3,08	5,12	28,26	190,5
	Макаронные изделия отварные	150	13,56	5,4	4,9	32,8	196,7
	Тефтели с рисом и соусом 70/20	90	45,00	11,78	12,91	14,9	223,0
	чай с сахаром	200	5,00	0,20	0,00	6,50	26,8
	хлеб пшеничный	30	4,00	2,3	0,25	14,75	70,3
		<b>730</b>	<b>104,38</b>	<b>23,46</b>	<b>23,28</b>	<b>99,51</b>	<b>720,10</b>
обед 127,60 руб	<b>Обед 5 - 11 класс</b>						
	Помидор свежий в нарезке	80	22,83	0,93	0,13	3,05	17,06
	Борщ со сметаной	300	20,00	4,62	7,68	18,9	102,5
	Каша гречневая с маслом	180	15,69	11,03	8,30	47,8	310,8
	Котлеты "Домашние" с соусом 90/20	110	45,48	14	9,2	12,6	71,8
	чай с сахаром	200	5,00	0,20	0,00	6,50	26,8
	хлеб пшеничный	30	4,00	2,3	0,25	14,75	70,3
	Печенье "Тонди"	40	14,60	1,4	1,2	30,2	137,0
		<b>900</b>	<b>127,60</b>	<b>33,08</b>	<b>25,56</b>	<b>103,60</b>	<b>599,3</b>

" 14 " марта 2025 г.

день 10	Наименование блюда	Выход блюда	Цена	Пищевые вещества (г)			Энергетическая
<b>завтрак 52,6 руб</b>	<b>Завтрак Вариант № 2 5-11 класс</b>						
	Винегрет овощной	80	11,00	1,35	6,16	7,69	91,60
	Картофельное пюре с маслом	220	30,60	4,08	7,32	27,6	250,0
	чай с сахаром	200	5,00	0,10	0,00	9,10	35,0
	батон нарезной	50	6,00	3,80	2,70	25,00	140
		550	52,60	9,33	16,18	69,39	516,60
<b>завтрак 71,47 руб</b>	<b>ЗАВТРАК 1 - 4 класс</b>						
	Суп молочный с макаронными изделиями	200	28,00	5,5	4,45	47,6	195,22
	Сыр твердых сортов в нарезке	20	15,84	4,66	5,86	0,00	72
	Хлеб пшеничный	30	4,00	2,3	0,25	14,75	70,3
	Оладьи с повидлом 35/15	50	18,63	6,35	9,00	13,2	140,5
	чай с сахаром	200	5,00	0,20	0,00	6,50	26,8
		500	71,47	19,01	19,56	82,05	504,48
<b>завтрак ОВЗ 81,82 руб начальное звено</b>	<b>первый прием пищи</b>						
	Суп молочный с макаронными изделиями	200	28,00	5,5	4,45	47,6	195,22
	Сыр твердых сортов в нарезке	20	15,84	4,66	5,86	0,00	72
	Хлеб пшеничный	30	4,00	2,3	0,25	14,75	70,3
	Оладьи с повидлом 35/15	50	18,63	6,35	9,00	13,2	140,5
	чай с сахаром	200	5,00	0,20	0,00	6,50	26,8
	<b>второй прием пищи</b>						
	Расстегай с курагой	50	12,30	3,90	2,60	30,50	164,90
		550	83,77	22,91	22,16	112,55	669,38
<b>завтрак 92,60 руб</b>	<b>ЗАВТРАК 5 - 11 класс</b>						
	Картофельное пюре	180	20,00	3,40	6,10	23,3	200,0
	Голубцы ленивые с соусом	100	43,60	12,85	9,15	1,55	140,0
	компот из смеси ягод	200	7,00	0,04	0,00	24,76	94,20
	хлеб пшеничный	30	4,00	2,29	0,99	15,19	80
	Пирожное бисквитное	40	18,00	1,8	4,6	19,6	126
		550	92,60	18,58	16,24	64,80	514,20
<b>завтрак ОВЗ 81,82 руб старшее звено</b>	<b>первый прием пищи</b>						
	Картофельное пюре	180	20,00	3,40	6,10	23,3	200,0
	Голубцы ленивые с соусом	130	42,12	12,85	9,15	1,55	140,0
	компот из смеси ягод	200	5,00	0,04	0,00	24,76	94,20
	хлеб пшеничный	30	4,00	2,29	0,99	15,19	80
	<b>второй прием пищи</b>						
	Булочка Бриошь	50	10,70	0,26	0,17	11,41	52
		560	81,82	18,84	16,41	76,21	566,2
<b>обед 104,38 руб</b>	<b>Обед 1 - 4 класс</b>						
	Винегрет овощной	60	9,43	1,2	4,2	6	71,80
	Суп с картофелем и макаронными изделиями с куриным мясом 200/20	220	22,35	5,15	3,97	16,71	121,5
	Картофельное пюре	150	18,00	3,40	6,10	23,3	190,1
	Голубцы ленивые с соусом	120	43,60	12,85	9,15	24,76	150,0
	компот из смеси ягод	200	7,00	0,04	0,00	15,90	94,20
	хлеб пшеничный	30	4,00	2,29	0,99	15,19	80
		780	104,38	24,93	24,41	101,86	707,6
<b>обед 127,60 руб</b>	<b>Обед 5 - 11 класс</b>						
	Винегрет овощной	80	11,00	1,35	6,16	7,69	91,60
	Суп с картофелем и макаронными изделиями с куриным мясом	300	24,00	2,69	2,84	17,14	180,0
	Картофельное пюре	180	20,00	4,08	7,32	27,6	200,0
	Голубцы ленивые с соусом	130	43,60	12,85	9,15	1,55	140,0
	компот из смеси ягод	200	7,00	0,04	0,00	24,76	94,20
	хлеб пшеничный	30	4,00	2,29	0,99	15,19	80
	Кондитерское изделие (Пирожное бисквитное)	35	18,00	1,8	4,6	19,6	126
		955	127,60	23,3	26,46	93,93	785,8

" 12 " марта 2025 г.

Наименование блюда	Выход блюда	цена	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>день 8</b>						
<b>завтрак 52,6 руб</b>	<b>Завтрак Вариант № 2 5-11 класс</b>					
каша молочная пшеничная	250	28,82	3,09	4,22	16,39	115,9
чай с сахаром	200	4,00	0,20	0,00	6,50	26,8
батон нарезной	50	5,00	3,80	2,75	25,00	140
Булочка "Бриошь"	50	14,78	2,9	3,55	25,3	144,9
	550	52,60	9,99	10,52	73,19	427,55
<b>завтрак 71,47 руб</b>	<b>ЗАВТРАК 1 - 4 класс</b>					
Салат из моркови и яблок	80	9,60	0,79	8,4	5,7	98,7
Вареники с картошкой (180/5)	185	39,92	15,66	19,38	38,41	390,0
чай с сахаром	200	5,00	0,20	0,00	6,50	26,8
хлеб пшеничный	30	4,00	2,3	0,25	14,75	70,3
Печенье Шоколадное (2шт)	35	12,95	1,80	4,60	19,60	126,0
	500	71,47	20,75	32,63	46,55	711,8
<b>завтрак ОВЗ 81,82 руб</b> начальное звено	<b>первый прием пищи</b>					
Салат из моркови и яблок	80	9,60	0,79	8,4	5,7	98,7
Вареники с картошкой (180/5)	185	39,92	15,66	19,38	38,41	390,0
чай с сахаром	200	5,00	0,20	0,00	6,50	26,8
хлеб пшеничный	30	4,00	2,3	0,25	14,75	70,3
Печенье Шоколадное (2шт)	35	12,95	1,80	4,60	19,60	126,0
	500	81,82	23,65	36,18	71,85	856,65
<b>завтрак 92,60 руб</b>	<b>ЗАВТРАК 5 - 11 класс</b>					
Салат из моркови и яблок	80	9,60	1,8	8,21	11,22	126,1
Вареники с картошкой с маслом 245/5	250	59,14	15,66	19,38	38,41	390,0
чай с сахаром	200	5,00	0,20	0,00	6,50	26,8
хлеб пшеничный	30	4,00	2,3	0,25	14,75	70,3
Гематоген	40	14,86	1,4	1,2	30,2	137,0
	570	92,60	19,96	27,84	32,47	613,2
<b>завтрак ОВЗ 81,82 руб</b> старшее звено	<b>первый прием пищи</b>					
Вареники с картошкой с маслом 215/5	220	54,14	15,66	19,38	38,41	390,0
чай с сахаром	200	5,00	2,3	0,25	14,75	70,3
хлеб пшеничный	30	3,00	2,29	0,99	15,19	80
	550	81,82	21,06	20,93	41,48	593,30
	<b>второй прием пищи</b>					
Яблоко	100	19,68	0,81	0,31	11,54	53,0
	550	81,82	21,06	20,93	41,48	593,30
<b>обед 104,38 руб</b>	<b>Обед 1 - 4 класс</b>					
Салат из моркови и яблок	80	9,60	0,79	8,4	5,7	98,7
Суп - уха с рыбными консервами	200	20,69	6,88	6,72	11,46	137,8
Вареники с картошкой (180/5)	185	39,92	15,66	19,38	38,41	390,0
Напиток из плодов шиповника	200	10,00	1,00	0,00	6,80	35,2
хлеб пшеничный	30	4,00	2,3	0,25	14,75	70,3
Кондитерское изделие (пирожное бисквитное)	45	20,17	2,92	8,5	22,9	180
	740	104,38	29,55	43,25	61,61	912,00
<b>обед 127,60 руб</b>	<b>Обед 5 - 11 класс</b>					
Салат из моркови и яблок	90	12,04	1,8	8,21	11,22	126,1
Суп - уха с рыбными консервами	300	24,90	8,6	8,41	14,33	172,3
Вареники с картошкой с маслом 245/5	250	59,14	15,66	19,38	38,41	390,0
чай с сахаром	200	5,00	0,20	0,00	6,50	26,8
хлеб пшеничный	30	4,00	2,3	0,25	14,75	70,3
Фрукт (яблоко)	110	22,52	0,8	0,4	8,1	47
	870	127,60	28,56	36,25	46,8	785,4

" 13 " марта 2025 г.

день 9	Наименование блюда	Выход блюда	цена	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Белки	Жиры	Углеводы	
<b>завтрак 52,6 руб</b>		<b>Завтрак Вариант № 2 5-11 класс</b>					
	каша молочная "Дружба"	250	27,00	10,25	11,50	48,25	337,8
	чай с сахаром	200	5,00	0,20	0,00	6,50	26,8
	Печенье "Тонди"	40	14,60	2,6	1,6	32,8	156,0
	батон нарезной	50	6,00	3,80	2,70	25,00	140
		540	52,60	16,85	15,80	112,55	660,60
<b>завтрак 71,47 руб</b>		<b>ЗАВТРАК 1 - 4 класс</b>					
	Каша молочная "Дружба"	200	26,47	10,00	5,80	24,10	178,90
	Масло сливочное	10	11,00	2,10	7,20	0,10	66,1
	Сырник классический со сгущенным молоком 60/10	70	25,00	7,00	8,00	44,00	200,00
	чай с сахаром	200	5,00	0,10	0,00	9,10	35,0
	хлеб пшеничный	30	4,00	2,3	0,25	14,75	70,3
		510	71,47	21,50	21,25	92,05	550,30
<b>завтрак ОВЗ 81,82 руб начальное звено</b>		<b>первый прием пищи</b>					
	Каша молочная "Дружба"	200	26,47	5,00	5,80	24,10	178,90
	Масло сливочное	10	11,00	2,10	7,20	0,10	66,1
	Сырник классический со сгущенным молоком 60/10	70	25,00	7,00	8,00	25,00	200,00
	чай с сахаром	200	5,00	0,10	0,00	9,10	35,0
	хлеб пшеничный	30	4,00	2,3	0,25	14,75	70,3
	<b>второй прием пищи</b>						
	Кондитерское изделие (Печенье шоколадное) 2шт	30	10,35	3,1	0,5	27	125,5
		540	81,82	19,6	21,75	100,05	675,8
<b>завтрак 92,60 руб</b>		<b>ЗАВТРАК 5 - 11 класс</b>					
	Помидор свежий в нарезке	80	20,00	1,58	5,5	7,75	73,82
	Горошница	180	15,00	17,4	1,56	40,56	245,76
	Куры отварные с соусом 90/50	140	48,60	25,7	1,9	0,9	123,8
	чай с сахаром	200	5,00	0,10	0,00	9,10	35,0
	хлеб пшеничный	30	4,00	2,29	0,99	15,19	80
		600	92,60	47,07	9,95	73,50	558,38
<b>завтрак ОВЗ 81,82 руб старшее звено</b>		<b>первый прием пищи</b>					
	Горошница	170	15,00	17,4	1,56	40,56	245,76
	Куры отварные с соусом 90/50	140	46,12	25,7	1,9	0,9	123,8
	чай с сахаром	200	5,00	0,10	0,00	9,10	35,0
	хлеб пшеничный	30	4,00	2,29	0,99	15,19	80
	<b>второй прием пищи</b>						
	Печенье шоколадное 2шт	40	11,70	0,4	0,15	5,77	26,50
		550	81,82	45,89	4,6	71,52	511,1
<b>обед 104,38 руб</b>		<b>Обед 1 - 4 класс</b>					
	Помидор свежий в нарезке	60	18,00	1,2	4,2	6	71,80
	Свекольник со сметаной	205	19,34	2,15	2,27	13,71	121,5
	Горошница	150	14,00	3,40	6,10	23,3	190,1
	Куры отварные с соусом	100	44,04	12,85	9,15	24,76	150,0
	чай с сахаром	200	5,00	0,04	0,00	15,90	94,20
	хлеб пшеничный	30	4,00	2,29	0,99	15,19	80
		745	104,38	21,93	22,71	98,86	707,6
<b>обед 127,60 руб</b>		<b>Обед 5 - 11 класс</b>					
	Помидор свежий в нарезке	80	20,00	1,58	5,5	7,75	73,82
	Свекольник со сметаной	255	23,30	2,04	5,0	14,1	109,75
	Горошница	180	15,00	17,4	1,56	40,56	245,76
	Куры отварные с соусом 90/50	140	48,60	25,7	1,9	0,9	123,8
	чай с сахаром	200	5,00	0,10	0,00	9,10	35,0
	хлеб пшеничный	30	4,00	2,29	0,99	15,19	80
	Печенье шоколадное 2шт	40	11,70	0,4	0,15	5,77	26,50
		885	127,60	49,11	14,95	87,6	668,1

" 11 " марта 2025 г.

Наименование блюда	Выход блюда	цена	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>день 7</b>						
<b>завтрак 52,6 руб</b>	<b>Завтрак Вариант № 2 5-11 класс</b>					
Каша рисовая молочная	250	27,08	6,63	6,75	35,87	230,6
чай с сахаром	200	5,00	0,20	0,00	6,50	26,8
батон нарезной	50	6,00	3,80	2,75	25,00	140
Яйцо отварное	50	14,52	4,80	4,00	0,30	68,0
	550	52,60	15,43	13,50	67,67	465,40
<b>завтрак 71,47 руб</b>	<b>ЗАВТРАК 1 - 4 класс</b>					
Каша рисовая молочная	200	23,95	5,3	5,4	28,7	184,6
Напиток кисломолочный (йогурт)	150	20,82	14,1	13,70	30,2	210,20
хлеб пшеничный	30	4,00	2,3	0,25	14,75	70,3
Фрукт (яблоко)	120	22,70	0,8	0,4	8,1	47
	500	71,47	22,50	19,75	81,75	512,10
<b>завтрак ОВЗ 81,82 руб</b>	<b>первый прием пищи</b>					
Каша рисовая молочная	200	23,95	5,3	5,4	28,7	184,6
Напиток кисломолочный (йогурт)	150	20,82	14,1	13,70	30,2	210,20
хлеб пшеничный	30	4,00	2,3	0,25	14,75	70,3
Фрукт (яблоко)	100	22,70	0,8	0,4	8,1	47
<b>второй прием пищи</b>						
Пирожок с капустой	50	10,35	2,7	3,50	25,8	145,5
	530	81,82	25,2	23,25	107,55	657,6
<b>завтрак 92,60 руб</b>	<b>ЗАВТРАК 5 - 11 класс</b>					
Каша рисовая рассыпчатая	200	24,00	4,2	5,76	42	235,90
Биточек из курицы	75	51,60	14,4	3,3	10,1	127,1
Соус красный основной	50	5,00	0,24	0,45	1,97	12,5
Чай с лимоном	200	8,00	0,00	0,00	20,00	76,0
хлеб пшеничный	30	4,00	2,3	0,25	14,75	70,3
	555	92,60	21,14	9,76	88,82	521,80
<b>завтрак ОВЗ 81,82 руб</b>	<b>первый прием пищи</b>					
Каша рисовая рассыпчатая	180	15,70	4,2	5,76	42	235,90
Биточек из курицы	75	45,60	14,4	3,3	10,1	127,1
Соус красный основной	35	3,00	0,24	0,45	1,97	12,5
Чай с лимоном	200	6,00	0,00	0,00	20,00	76,0
хлеб пшеничный	30	3,00	2,3	0,25	14,75	70,3
<b>второй прием пищи</b>						
Вафли	30	8,52	0,00	0,00	11,00	52,0
	550	81,82	21,14	9,76	99,82	573,80
<b>обед 104,38 руб</b>	<b>Обед 1 - 4 класс</b>					
Салат из картофеля с зеленым горошком "Зимний"	60	11,30	2,36	6,30	11,70	113,30
Суп с крупой (перловой)	207	14,41	2,0	2,23	13,6	82,6
Каша рисовая рассыпчатая	150	13,00	3,5	4,80	35	196,90
Печень по-строгановски	80	37,00	13,4	12,6	5,3	189,2
Чай с лимоном	200	5,00	0,00	0,00	20,00	76,0
хлеб пшеничный	30	4,00	2,3	0,25	14,75	70,3
Фрукт (Яблоко)	100	19,67	0,00	0,00	11,00	52,0
	827	104,38	23,56	26,18	111,35	780,30
<b>обед 127,60 руб</b>	<b>Обед 5 - 11 класс</b>					
Салат из картофеля с зеленым горошком "Зимний"	80	14,40	3,15	8,38	15,64	150,7
Суп с крупой (перловой)	300	13,00	2,0	2,23	13,6	82,6
Каша рисовая рассыпчатая	180	16,60	4,2	5,76	42	235,90
Биточек из курицы	75	51,60	14,4	3,3	10,1	127,1
Соус красный основной	30	4,00	0,24	0,45	1,97	12,5
Чай с лимоном	200	8,00	0,00	0,00	20,00	76,0
хлеб пшеничный	30	4,00	2,3	0,25	14,75	70,3
Кондитерское изделие (печенье хиппобо)	35	16,00	1,60	5,10	18,20	124,8
	850	127,60	24,74	17,09	120,62	729,20