

Утверждаю
ИП Перевалова Д. С.



Меню завтраков и обедов для учащихся льготных категорий 1-11 классы (ОВЗ)
по столовой MAOY COШ «Лидер-2» с 02.12.2024 – 13.12.2024

1-я неделя ОВЗ 1-11 классы с 02.12.2024 – 06.12.2024

Наименование блюд и изделий	выход	ккал	выход	ккал
понедельник завтрак	1-4 кл		5-11 кл	
Каша молочная манная, жидкая с маслом	220/5	259,7	270/10	354,6
Чай с сахаром	200	60,0	200	60,0
Бутерброд с маслом, сыром	25/10/15	241,6	25/10/15	241,6
Хлеб пшеничный	30	71,4	30	71,4
Молоко м.д.ж 3,2%	200	118,0	200	118,0
обед:				
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	96,12	250	120,15
Котлеты мясные запеченные	90	180,0	100	218,0
Пюре из бобовых с маслом	150/5	223,5	180/5	268,2
Морковь тушеная	60	56,4	60	56,4
Компот из сухофруктов	200	124,0	200	124,0
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	20/30	122,3	20/30	122,3
Стоимость рациона	160,00	-	160,00	-
вторник завтрак				
Овощная «Мозаика» с рисом	200	324,0	240	388,8
Огурец консервированный	60	12,4	60	12,4
Кофейный напиток на молоке	200	152,0	200	152,0
Хлеб ржано-пшеничный	30	71,4	30	71,4
Молоко м.д.ж 3,2%	200	118,0	200	118,0
обед:				
Борщ с картофелем, капустой, сметаной	200/5	133,6	250/10	162,9
Оладьи из печени с соусом сметанным	90	231,7	100	257,0
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150/5	300,0	180/5	358,0
Огурцы свежие	60	35,0	60	35,0
Компот из изюма	200	130,0	200	130,0
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	20/30	122,3	20/30	122,3
Стоимость рациона	160,00	-	160,00	-
среда завтрак				
Запеканка из творога с соусом молочным	150/20	316,37	220/20	334,86
Какао с молоком	200	125,1	200	125,1
Хлеб пшеничный	30	70,5	30	70,5
Фрукты консервированные	100	80,7	100	80,7
Молоко м. д.ж 3,2%	200	118,0	200	118,0
обед:				
Рассольник домашний со сметаной	200/5	203,54	250/5	118,6
Котлеты «Пожарские»	90	179,2	100	298,6
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	196,5	180/5	201,9
Свекла тушеная	60	51,0	60	51,0
Компот из сухофруктов	200	124,0	200	124,0
Хлеб пшеничный/ ржано-пшеничный	20/30	122,3	20/30	122,3
Стоимость рациона	160,00	-	160,00	-
четверг завтрак				
Тефтели мясные	90	230,08	100	383,0
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150/10	284,0	180/10	320,0
Огурцы свежие	60	12,4	60	12,4
Чай с шиповником	200	60,0	200	60,0
Хлеб пшеничный	30	68,97	30	68,97
Молоко м. д.ж 3,2%	200	118,0	200	118,0
обед:				
Борщ с картофелем (свекольник) со сметаной	200/5	133,6	250/10	159,38
Плов с мясом	200	383,4	230	426,0
Огурцы консервированные	60	12,4	60	12,4
Компот из свежих яблок	200	159,0	200	159,0
Хлеб пшеничный /ржано-пшеничный	20/30	122,3	20/30	122,3
Стоимость рациона	160,00	-	160,00	-

Наименование блюд и изделий	выход	ккал	выход	ккал
пятница завтрак				
Каша пшеничная молочная с маслом	220/10	245,2	220/10	268,6
Кофейный напиток на молоке	200	152,0	200	152,0
Бутерброд с маслом, сыром	25/10/15	225,7	25/10/15	225,7
Хлеб пшеничный	30	68,97	30	68,97
Молоко м. д. ж 3,2%	200	118,0	200	118,0
обед:				
Суп картофельный с крупой, с фрикадельками	200	120,15	250	150,2
Котлета рыбная запеченная	90	180,0	100	200,0
Картофельное пюре с маслом	150/5	198,0	180/5	237,6
Морская капуста, тушеная с морковью	60	45,1	60	45,1
Кисель из ягоды замороженной	200	159,0	200	159,0
Хлеб пшеничный/ ржано-пшеничный	20/30	122,3	20/30	122,3
Стоимость рациона	160,00	-	160,00	-

Бух-калькулятор:  Д. С. Перевалова

Повар-бригадир  О.Н.Сахарова



Утверждаю
ИП Перевалова Д.С.



Согласовано
Директор: МАОУ СОШ «Лидер-2»
Д. Балабасова

Меню для учащихся начальных классов по типу завтраков
по столовой МАОУ СОШ «Лидер-2» с 02.12.2024 – 13.12.2024

1-я неделя 1-4 классы с 02.12.2024 – 06.12.2024

1-я смена

2-я смена

Наименование блюда	выход	ккал	Наименование блюда	выход	ккал
понедельник			понедельник		
Каша молочная манная, жидкая с маслом	220/5	259,7	Котлеты мясные запеченные	90	192,1
Чай с сахаром	200	60,0	Пюре из бобовых с маслом	150/5	202,8
Бутерброд с маслом, сыром	25/10/15	241,6	Морковь тушеная	60	56,4
Хлеб пшеничный	30	70,5	Компот из сухофруктов	200	124,0
Молоко м.д. ж 3,2%	200	118,0	Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	20/30	122,3
	-	-	Молоко м.д. ж 3,2%	200	118,0
Стоимость рациона	95,00	-	Стоимость рациона	95,00	-
вторник			вторник		
Овощная «Мозаика» с рисом	200	324,0	Тефтели мясные	90	208,0
Огурцы консервированные	60	12,4	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150/10	320,0
Кофейный напиток на молоке	200	152,0	Огурцы свежие	60	35,0
Хлеб ржано-пшеничный	40	103,7	Компот из свежих яблок	200	159,0
Молоко м.д. ж 3,2%	200	118,0	Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	20/30	122,3
Стоимость рациона	95,00	-	Молоко м.д. ж 3,2%	200	118,0
			Стоимость рациона	95,00	-
среда			среда		
Запеканка из творога с соусом молочным	150/20	316,37	Котлета «Пожарская» запеченная	90	261,0
Какао с молоком	200	125,1	Макаронные изделия отварные с маслом	150/10	196,5
Хлеб пшеничный	30	70,5	Свекла тушеная	60	51,0
Фрукты консервированные	100	80,7	Компот из изюма	200	130,5
			Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	20/30	122,3
Молоко м.д. ж 3,2%	200	118,0	Молоко м.д. ж 3,2%	200	118,0
Стоимость рациона	95,00	-	Стоимость рациона	95,00	-
четверг			четверг		
Тефтели мясные	90	208,0	Овощная «Мозаика» с рисом	200	324,0
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150/10	320,0	Огурцы консервированные	60	35,0
Огурцы свежие	60	8,4	Чай с лимоном	200	60,0
Чай с шиповником	200	60,0	Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	30/20	122,3
Хлеб ржано-пшеничный	30	77,7	Молоко м.д. ж 3,2%	200	118,0
Молоко м.д. ж 3,2%	200	118,0	Стоимость рациона	95,00	-
Стоимость рациона	95,00	-	Стоимость рациона	95,00	-
пятница			пятница		
Каша пшеничная молочная с маслом	210/10	245,2	Котлеты рыбные запеченные	90	208,0
Кофейный напиток на молоке	200	152,0	Картофельное пюре с маслом	150/10	250,0
Бутерброд с маслом, сыром	25/10/15	241,6	Морская капуста, тушеная с морковью	60	45,1
Хлеб пшеничный	30	70,5	Кисель из ягоды замороженной	200	159,0
Молоко м.д. ж 3,2%	200	118,0	Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	20/30	122,3
			Молоко м.д. ж 3,2%	200	118,0
Стоимость рациона	95,00	-	Стоимость рациона	95,00	-

Бух-калькулятор  Перевалова Д. С.

Повар-бригадир  Сахарова О.Н.

Утверждаю
ИП Перевалова Д. С.



Согласовано
Директор МАОУ СОШ «Лидер-2»
Д.Т. Балабасова



Меню для учащихся льготных категорий **5-11 классов по типу завтраков**
по столовой МАОУ СОШ «Лидер-2» с **02.12.2024 – 13.12.2024**

1-я неделя 5-11 классы с 02.12.2024 – 06.12.2024

Наименование блюда	выход	ккал
понедельник		
Котлеты мясные запеченные	100	218,0
Пюре из бобовых с маслом	180/5	242,05
Морковь тушеная	100	56,4
Чай с сахаром	200	60,0
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	20/30	115,73
Стоимость рациона	95,00	-
вторник		
Тефтели мясные в соусе	100	211,0
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	300,0
Капуста, тушеная с помидорами	60	56,4
Чай с сахаром, лимоном	200	60,0
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	20/30	122,3
Стоимость рациона	95,00	-
среда		
Котлета «Пожарская» запеченная	100	210,0
Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	201,9
Свекла тушеная	60	51,0
Компот из изюма	200	130,0
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	20/30	122,3
Стоимость рациона	95,00	-
четверг		
Овощная «Мозаика» с рисом	260	421,2
Кабачки, тушеные со сметаной	60	58,2
Компот из свежих яблок	200	159,0
Хлеб пшеничный /ржано-пшеничный	20/30	122,3
Стоимость рациона	95,00	-
пятница		
Котлеты рыбные запеченные	100	209,0
Картофельное пюре с маслом	180/10	241,9
Морская капуста, тушеная с морковью	60	45,1
Чай с сахаром, лимоном	200	60,0
Хлеб пшеничный /ржано-пшеничный	20/30	122,3
Стоимость рациона	95,00	-

Бух-калькулятор:  Перевалова Д. С.

Повар-бригадир:  Сахарова О.Н.