

Утверждаю
Директор школы



ООО «Офсайд»
П.Ф. Рыжов



МЕНЮ

7-11 лет

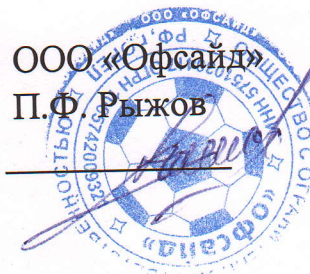
Дата: 29.11

Наименование блюда	Масса	Э-кая ц-ть
	порции, г	ККАЛ
Завтрак		
Огурцы свежие или консервированные	60	6
Сосиска отварная	80	222
Макароны отварные	150	147
Чай с сахаром с вит.С	200	56
Хлеб ржаной/пшеничный	40	104
Обед		
Маринад овощной	60	81,7
Щи из св.капусты	200	89,6
Котлеты рыбные	90	147,9
Картофельное пюре	150	112
Чай с сахаром с вит.С	200	56
Хлеб пшеничный	45	117
Хлеб ржаной	40	91

Зав. производством _____

*-для учащихся группы ОВЗ, ГПД витаминизация проводится в один прием пищи_

*-для учащихся группы ОВЗ, ГПД , питающихся за родительскую плату в обед увеличить норму хлеба пшеничного до 70гр, хлеба ржаного до 60гр. на порцию



МЕНЮ 7-11лет

Дата: 30.11

Наименование блюда	Масса	Эн-кая ц-ть
	порции, г	ККАЛ
Завтрак		
Сырник из творога	150	274,5
Повидло	30	78
Кофейный напиток с молоком	200	116
Фрукты свеж.(по сезону) Яблоки	150	70,5
Обед		
Салат из свеклы и яблок с маслом раст.	60	49,8
Суп картофельный с макар.изделиями	200	97,4
Фрикадельки мясные	90	168,3
Рис отварной	150	214
Чай с сахаром с вит.С	200	56
Хлеб пшеничный	45	117
Хлеб ржаной	40	91

Зав. производством

*-для учащихся группы ОВЗ, ГПД витаминизация проводится в один прием пищи_

*-для учащихся группы ОВЗ, ГПД , питающихся за родительскую плату в обед увеличить норму хлеба пшеничного до 70гр, хлеба ржаного до 60гр. на порцию



МЕНЮ 7-11лет

Дата: 1.12

Наименование блюда	Масса	Эн-кая ц-ть
	порции, г	ККАЛ
Завтрак		
Икра кабачковая (или салат из св.овощей)	60	88,8
Котлета куриная	90	213,7
Каша гречневая	150	151,5
Компот с вит.С	200	110
Хлеб ржаной/пшеничный	40	104
Обед		
Салат из св.капусты (или туш. капуста)	60	52,8
Суп гороховый	200	98
Бефстроганов	90	173,2
Макароны отварные	150	147
Компот с вит.С	200	110
Хлеб пшеничный	45	117
Хлеб ржаной	40	91

Зав. производством

*-для учащихся группы ОВЗ, ГПД витаминизация проводится в один прием пищи_

*-для учащихся группы ОВЗ, ГПД , питающихся за родительскую плату в обед увеличить норму хлеба пшеничного до 70гр, хлеба ржаного до 60гр. на порцию



Утверждаю
Директор школы

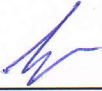


ООО «Офсайд»
П.Ф. Рыжов

МЕНЮ 7-11лет

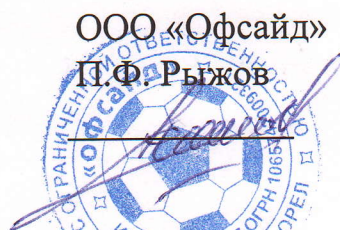
Дата: 2.10.

Наименование блюда	Масса	Эн-кая ц-ть
	порции, г	ККАЛ
Завтрак		
Рыба припущенная с овощами	90/50	97,2
Рис отварной	150	214
Чай с сахаром с вит.С	200	56
Хлеб ржаной/пшеничный	40	104
Обед		
Салат из свежих овощей	60	34,2
Борщ из св.капусты	200	72
Печень по-строгановски	90	140,4
Картофельное пюре	150	112
Чай с сахаром и лимоном	200	56
Хлеб пшеничный	45	117
Хлеб ржаной	40	91

Зав. производством 

*-для учащихся группы ОВЗ, ГПД витаминизация проводится в один прием пищи_

*-для учащихся группы ОВЗ, ГПД , питающихся за родительскую плату в обед увеличить норму хлеба пшеничного до 70гр, хлеба ржаного до 60гр. на порцию



МЕНЮ 7-11лет

Дата: 3.12.

Наименование блюда	Масса	Эн-кая ц-ть
	порции, г	ККАЛ
Завтрак		
Салат из свеж. капусты (или туш.капуста)	60	52,8
Биточки мясные, рубленые	90	235,1
Картофельное пюре	150	112
Чай с сахаром и лимоном	200	56
Хлеб ржаной/пшеничный	40	104
Обед		
Икра баклажанная	60	88,8
Суп картофельный с рисом	200	97,3
Птица тушеная	90	163,8
Каша гречневая	150	151,5
Компот с вит.С	200	110
Хлеб пшеничный	45	117
Хлеб ржаной	40	91

Зав. производством 

*-для учащихся группы ОВЗ, ГПД витаминизация проводится в один прием пищи_

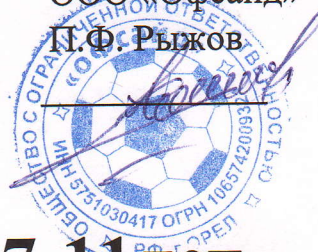
*-для учащихся группы ОВЗ, ГПД , питающихся за родительскую плату в обед увеличить норму хлеба пшеничного до 70гр, хлеба ржаного до 60гр. на порцию

Утверждаю
Директор школы



ООО «Офсайд»

П.Ф. Рыжов



МЕНЮ 7-11лет

Дата: 4.12

Наименование блюда	Масса	Эн-ка ц-ть
	порции, г	ККАЛ
Завтрак		
Оладьи с маслом и сахаром	150/5/5	458
Фрукты (по сезону)	180	84,6
Чай с сахаром с вит.С	200	56

Зав. производством 

*-для учащихся группы ОВЗ, ГПД витаминизация проводится в один прием пищи_

*-для учащихся группы ОВЗ, ГПД , питающихся за родительскую плату в обед увеличить норму хлеба пшеничного до 70гр, хлеба ржаного до 60гр. на порцию

2.6.



Утверждаю
Директор школы



ООО «Офсайд»
П.Ф. Рыжов

МЕНЮ 7-11лет

Дата: 6.12

Наименование блюда	Масса	Энергетич
	порции, г	ц-ть
Завтрак		
Омлет натуральный	150	300
Горошек зелен. консервированный	60	24
Бутерброд с колбасой п/к	15/20	77,5
Чай с сахаром с вит.С	200	56
Хлеб ржаной	20	46
Обед		
Икра баклажанная или салат из свежих овощей (по сезону)	60	88,8
Суп овощной	200	89,6
Котлета руб. куриная	90	213,7
Макароны отварные	150	147
Компот	200	110
Хлеб пшеничный	45	117
Хлеб ржаной	40	91

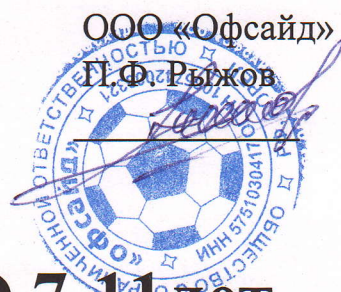
Зав. Производством

*-для учащихся группы ОВЗ, ГПД витаминизация проводится в один прием пищи_

*-для учащихся группы ОВЗ, ГПД , питающихся за родительскую плату в обед увеличить норму хлеба пшеничного до 70гр, хлеба ржаного до 60гр. на порцию



Утверждаю
Директор школы

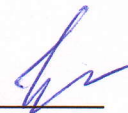


ООО «Офсайд»
П.Ф. Рыжов

МЕНЮ 7-11лет

Дата: 7.10

Наименование блюда	Масса	Энергетическая
	порции, г	ценность ККАЛ
Завтрак		
Запеканка из творога с соус слад.	150/30	390,3
Компот из фруктов с вит.С	200	125
Фрукты св. (по сезону)	150	70,5
Обед		
Маринад овощной	60	81,7
Борщ из св. капусты	200	78
Рыба отварная	90	67
Картофельное пюре	150	112
Чай с сахаром	200	56
Хлеб пшеничный	45	117
Хлеб ржаной	40	91

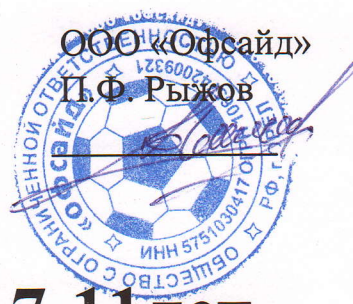
Зав. производством 

*-для учащихся группы ОВЗ, ГПД витаминизация проводится в один прием пищи_

*-для учащихся группы ОВЗ, ГПД , питающихся за родительскую плату в обед увеличить норму хлеба пшеничного до 70гр, хлеба ржаного до 60гр. на порцию



Утверждаю
Директор школы



ООО «Офсайд»
П.Ф. Рыжов

МЕНЮ 7-11лет

Дата: 8.12.20

Наименование блюда	Масса	Энергетич.
	порции,	ц-ть ККАЛ
Завтрак		
Огурцы свежие или консервированные	60	6
Сосиска отварная	80	222
Каша гречневая	150	135,3
Чай с сахаром и лимоном	200	56
Хлеб ржаной/пшеничный	40	104
Обед		
Икра кабачковая-(или салат из св.овощей	60	88,8
Суп картофельный с макарон.изд.	200	97,4
Мясо тушеное с картофелем	230	236,9
Чай с сахаром с вит.С	200	56
Хлеб пшеничный	45	117
Хлеб ржаной	40	91

Зав. производством_ 

*-для учащихся группы ОВЗ, ГПД витаминизация проводится в один прием пищи_

*-для учащихся группы ОВЗ, ГПД , питающихся за родительскую плату в обед увеличить норму хлеба пшеничного до 70гр, хлеба ржаного до 60гр. на порцию



Утверждаю
Директор школы



ООО «Офсайд»
П.Ф. Рыжов

МЕНЮ 7-11лет

Дата: 9.12.21

Наименование блюда	Масса	Энер-ая
	порции, г	ц-ть ККАЛ
Завтрак		
Салат из св.капусты (или туш. капуста)	60	52,8
Тефтели с соусом	90/50	212,6
Макароны отварные	150	147
Хлеб ржаной/пшеничный	40	104
Чай с сахаром с вит.С	200	56
Обед		
Винегрет овощной	60	34,8
Суп гороховый	200	98
Бефстроганов	50/40	173,2
Каша гречневая	150	152
Сок фруктовый	200	140
Хлеб пшеничный	45	117
Хлеб ржаной	40	104

Зав. производством

*-для учащихся группы ОВЗ, ГПД витаминизация проводится в один прием пищи_

*-для учащихся группы ОВЗ, ГПД , питающихся за родительскую плату в обед увеличить норму хлеба пшеничного до 70гр, хлеба ржаного до 60гр. на порцию

1.4.

Утверждаю
Директор школы



ООО «Офсайд»
П.Ф. Рыжов



МЕНЮ 7-11лет

Дата: 10.12.21

Наименование блюда	Масса	Энергетич.
	порции, г	ц-ть ККАЛ
Завтрак		
Икра овощная (или салат из св.овощей)	60	78
Котлета мясная,рубленая	90	191,2
Рис отварной	150	214
Хлеб ржаной/пшеничный	40	117
Чай с сахаром с вит.С	200	104
Обед		
Салат из свеклы и яблок с маслом раст.	60	49,8
Суп вегетарианский со сметаной	200	48
Голубцы с мясом и рисом тушеные	200	186
Компот с вит.С	200	110
Хлеб пшеничный	45	117
Хлеб ржаной	40	104

Зав. производством__

*-для учащихся группы ОВЗ, ГПД витаминизация проводится в один прием пищи_

*-для учащихся группы ОВЗ, ГПД , питающихся за родительскую плату в обед увеличить норму хлеба пшеничного до 70гр, хлеба ржаного до 60гр. на порцию



Утверждаю
Директор школы



ООО «Офсайд»
П.Ф. Рыжов

МЕНЮ 7-11лет

Дата: 11.12.21.

Наименование блюда	Масса	Эн-кая ц-ть
	порции, г	ККАЛ
Завтрак		
Икра кабачковая или салат из св.овощей (по сезону)	60	88,8
Рыба тушеная (минтай)	90/50	97,2
Картофельное пюре	150	112
Чай с сахаром с вит.С	200	56
Хлеб ржаной/пшеничный	40	104

Зав. производством 

*-для учащихся группы ОВЗ, ГПД витаминизация проводится в один прием пищи_

*-для учащихся группы ОВЗ, ГПД , питающихся за родительскую плату в обед увеличить норму хлеба пшеничного до 70гр, хлеба ржаного до 60гр. на порцию

1.6.
