



МЕНЮ 1-4 класс на 06.03.2023

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Фрукт свежий	100	0,4	0,4	9,8	47
Масло сливочное (порция)	10	0,08	7,25	0,13	66
Каша овсяная «Геркулес» молочная вязкая	200	8,16	9,84	35,6	264
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60
Хлеб пшеничный	38	3	0,38	18,4	89,06
Хлеб ржаной	63	4,34	0,7	33,7	143,02

МЕНЮ 5-9 класс на 06.03.2023

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Масло сливочное (порция)	10	0,08	7,25	0,13	66
Каша овсяная «Геркулес» молочная вязкая	200	8,16	9,84	35,6	264
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60
Хлеб пшеничный	38	3	0,38	18,4	89,06
Хлеб ржаной	63	4,34	0,7	33,7	143,02

МЕНЮ для детей с ОВЗ (второй прием пищи) на 06.03.2023

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/20	5,83	4,56	13,5 9	118,80
Чай с сахаром	200	0,06	0,02	14,0	55,8
Хлеб пшеничный	38	3	0,38	18,4	89,06
Хлеб ржаной	63	4,34	0,7	33,7	143,02



МЕНЮ 1-4 класс на 07.03.2023

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Фрукт свежий	100	0,4	0,4	9,8	47
Горошек зеленый консервированный	61,6	1,24	0,08	2,6	16,0
Котлета мясная	50	10,8 3	9,76	8,09	199
Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,4 4	137,25
Чай с сахаром	200	0,06	0,02	14,0	55,8
Хлеб пшеничный	38	3	0,38	18,4	89,06
Хлеб ржаной	63	4,34	0,7	33,7	143,02

МЕНЮ 5-9 класс на 07.03.2023

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Котлета мясная	50	10,8 3	9,76	8,09	199
Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,4 4	137,25
Чай с сахаром	200	0,06	0,02	14,0	55,8
Хлеб пшеничный	38	3	0,38	18,4	89,06
Хлеб ржаной	63	4,34	0,7	33,7	143,02

МЕНЮ для детей с ОВЗ (второй прием пищи) на 07.03.2023

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Суп куриный с вермишелью	250	7,33	4,83	11,9 4	50,73
Чай с сахаром	200	0,06	0,02	14,0	55,8
Хлеб пшеничный	38	3	0,38	18,4	89,06
Хлеб ржаной	63	4,34	0,7	33,7	143,02



МЕНЮ 1-4 класс на 09.03.2023

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Йогурт фруктовый	100	2,88	2,48	1,04	78
Горошек зел. консервир.	61,6	1,24	0,08	2,6	16,0
Масло сливочное (порция)	10	0,08	7,25	0,13	66
Биточек куриный	50	13,89	9,71	12,93	228,8
Рис отварной	150	2,38	5,26	1,24	162,3
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,2
Хлеб пшеничный	38	3	0,38	18,4	89,06
Хлеб ржаной	63	4,34	0,7	33,7	143,02

МЕНЮ 5-9 класс на 09.03.2023

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Масло сливочное (порция)	10	0,08	7,25	0,13	66
Биточек куриный	50	13,89	9,71	12,93	228,8
Рис отварной	150	2,38	5,26	1,24	162,3
Напиток из плодов шипов.	200	0,68	0,28	20,76	88,2
Хлеб пшеничный	38	3	0,38	18,4	89,06
Хлеб ржаной	63	4,34	0,7	33,7	143,02

МЕНЮ для детей с ОВЗ (второй прием пищи) на 09.03.2023

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Масло сливочное (порция)	10	0,08	7,25	0,13	66
Оладья из печени	50	11,86	10,85	4,34	165,85
Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,52	26,44	168,45
Напиток из плодов шипов.	200	0,68	0,28	20,76	88,2
Хлеб пшеничный	38	3	0,38	18,4	89,06
Хлеб ржаной	63	4,34	0,7	33,7	143,02



МЕНЮ 1-4 класс на 10.03.2023

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Фрукт свежий	100	0,4	0,4	9,8	47
Салат из белокочанной капусты с морковью (до 01.03.2023)	60	0,79	1,95	3,88	36,24
Гуляш из свинины	50/30	11,70 4	31,0 09	3,179	339,9
Каша рассыпчатая гречневая	150	8,6	6,09	38,64	243,75
Чай с лимоном	200/7	4,51	1,14	7,71	114,66
Хлеб пшеничный	38	3	0,38	18,4	89,06
Хлеб ржаной	63	4,34	0,7	33,7	143,02

МЕНЮ 5-9 класс на 10.03.2023

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Гуляш из свинины	50/30	11,70 4	31,0 09	3,179	339,9
Каша рассыпчатая гречневая	150	8,6	6,09	38,64	243,75
Чай с лимоном	200/7	4,51	1,14	7,71	114,66
Хлеб пшеничный	38	3	0,38	18,4	89,06
Хлеб ржаной	63	4,34	0,7	33,7	143,02

МЕНЮ для детей с ОВЗ (второй прием пищи) на 10.03.2023

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Масло сливочное (порция)	10	0,08	7,25	0,13	66
Биточек куриный	50	13,89	9,71	12,93	228,8
Рис отварной	150	2,38	5,26	1,24	162,3
Чай с сахаром	200	0,06	0,02	14,0	55,8
Хлеб пшеничный	38	3	0,38	18,4	89,06
Хлеб ржаной	63	4,34	0,7	33,7	143,02