

СОГЛАСОВАНО

Директор школы




Понедельник

УТВЕРЖДАЮ

Для
Директор МБОУ "СШ П"
города Оленегорска
Е.В. Кузнецова

Меню на 13.05.2024

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	7-11 лет		12-18 лет	
		Масса порции, грамм	ккал	Масса порции, грамм	ккал
ЗАВТРАК					
71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	50	6,00	100	12,00
204	Макароны отварные с сыром	180	300,96	230	384,56
338	Банан	100	96,00	100	96,00
378	Чай с молоком	215	81,00	215	81,00
пр-пр-во	Хлеб пшеничный	20	46,76	30	70,14
ОБЕД					
67	Винегрет овощной	100	125,10	100	125,10
102	Суп картофельный с бобовыми	250	148,25	250	148,25
259	Жаркое по-домашнему	130	284,51	200	437,71
345	Компот из смородины черной	200	122,60	200	122,60
пр-пр-во	Хлеб пшеничный	20	46,76	25	58,45
пр-пр-во	Хлеб ржаной	20	59,40	25	74,25
ПОЛДНИК					
40	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	130	146,51	150	169,05
388	Напиток из плодов шиповника	200	88,20	200	88,20
пр-пр-во	Хлеб ржаной	40	118,80	50	148,50

Зав. пр-вом: 
Специалист по питанию
Медработник школы:



А.Ю.Ромшина

СОГЛАСОВАНО


Директор школы



Меню на 14.05.2024



№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	7-11 лет	ккал	12-18 лет	ккал
	ЗАВТРАК	Масса порции, грамм		Масса порции, грамм	
181	Каша жидкая молочная из манной крупы	210	251,00	210	251,00
3	Бутерброд с сыром	30	94,20	50	157,00
376	Чай с сахаром	215	60,00	215	60,00
пр-пр-во	Хлеб ржаной	25	74,25	30	89,10
338	Яблоко	100	47,00	100	47,00
	ОБЕД				
43	Салат из свежих овощей	80	71,84	100	89,80
82	Борщ с капустой и картофелем	250	103,75	250	103,75
235/330	Шницель рыбный натуральный с соусом	120	171,00	120	171,00
312	Пюре картофельное	170	155,55	200	183,00
342	Компот из свежих плодов (яблок)	200	114,60	200	114,60
пр-пр-во	Хлеб пшеничный	20	46,75	30	70,14
пр-пр-во	Хлеб ржаной	20	59,40	30	89,10
	ПОЛДНИК				
67	Винегрет овощной	150	150,12	150	187,65
342	Компот из свежих яблок	200	114,60	200	114,60
пр-пр-во	Хлеб пшеничный	30	93,52	50	116,90

Зав. пр-вом: 
Специалсит по питанию
Медработник школы:



А.Ю.Ромшина

СОГЛАСОВАНО

Директор школы



Меню на 15.05.2024

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	7-11 лет	12-18 лет
		ккал	ккал
ЗАВТРАК		Масса порции, грамм	Масса порции, грамм
173	Каша вязкая молочная из овсяной крупы с маслом	210	318,00
379	Кофейный напиток с молоком	200	100,60
341	Апельсин с сахаром	100	89,57
пр-пр-во	Хлеб ржаной	20	59,40
пр-пр-во	Хлеб пшеничный	20	46,76
ОБЕД			
39	Салат картофельный с кукурузой и морковью	60	98,52
88	Щи из свежей капусты с картофелем	250	89,75
ТТК	Котлета домашняя (оленина/свинина) с соусом сметанным с томатом	100	184,72
309	Макаронные изделия отварные	175	196,53
348	Компот из кураги	200	114,80
пр-пр-во	Хлеб пшеничный	20	46,76
пр-пр-во	Хлеб ржаной	20	59,40
ПОЛДНИК			
40	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	150	112,70
42	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком		150
382	Какао с молоком	200	118,60
пр-пр-во	Хлеб ржаной	40	118,80
		50	148,50

Зав. пр-вом:
Специалист по питанию
Медработник школы:

А.Ю.Ромшина

А.Ю.Ромшина

СОГЛАСОВАНО

Директор школы




УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ "КЦНП"
города Оленегорска
Е.В. Кузнецова



Меню на 16.05.2024

№ рецеп.	Прием пищи, наименование блюда	7-11 лет	ккал	12-18 лет	ккал
		Масса порции, грамм		Масса порции, грамм	
ЗАВТРАК					
222	Пудинг из творога с молоком сгущенным	100	275,71	130	551,43
3	Бутерброд с сыром	40	125,60	40	78,50
376	Чай с сахаром	215	60,00	215	60,00
338	Яблоки	150	70,50	150	47,00
пр-пр-во	Хлеб пшеничный	20	46,76	30	23,38
ОБЕД					
75	Икра свекольная	60	111,18	100	185,30
96	Рассольник ленинградский	250	107,25	250	107,25
290/330	Птица или кролик тушеные в соусе	90	145,80	100	162,00
304	Рис отварной	150	209,70	180	251,64
345	Компот из смородины черной	200	122,60	200	122,60
пр-пр-во	Хлеб пшеничный	20	46,76	20	46,76
пр-пр-во	Хлеб ржаной	20	59,40	20	59,40
ПОЛДНИК					
45	Салат из белокачанной капусты с морковью	130	78,52	150	90,60
342	Компот из свежих яблок	200	114,60	200	114,60
пр-пр-во	Хлеб пшеничный	40	93,52	60	140,28

Зав. пр-вом: 
Специалсит по питанию
Медработник школы:



А.Ю.Ромшина

СОГЛАСОВАНО

Директор школы




УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ "КЦШП"
города Оленегорска
Е.В. Кушнова



Меню на 17.05.2024

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	7-11 лет		12-18 лет	
		Масса порции, грамм	ккал	Масса порции, грамм	ккал
ЗАВТРАК					
210	Омлет натуральный с маслом	110	212,41	110	212,41
131	Горох отварной (консервированный)	40	27,05	60	60,86
376	Чай с сахаром	215	60,00	215	60,00
338	Груша	100	47,00	100	47,00
пр-пр-во	Хлеб пшеничный	20	46,76	35	81,83
пр-пр-во	Хлеб ржаной	20	59,40	30	89,10
ОБЕД					
45	Салат из белокочанной капусты с морковью	80	48,32	100	60,40
102	Суп картофельный с горохом	200	118,60	250	148,25
271/330	Котлеты домашние, соус	120	209,58	120	209,58
302	Каша рассыпчатая греча	150	243,75	180	292,50
349	Компот из смеси сухофруктов	200	132,80	200	132,80
пр-пр-во	Хлеб ржаной	15	44,55	15	44,55
пр-пр-во	Хлеб пшеничный	15	35,07	15	35,07
ПОЛДНИК					
54	Салат из свеклы с яблоками	120	124,68	150	155,85
382	Какао с молоком	200	118,60	200	118,60
пр-пр-во	Хлеб ржаной	30	89,10	50	148,50

Зав. пр-вом: 
Специалист по питанию
Медработник школы:



А.Ю.Ромшина