



УТВЕРЖДАЮ: _____

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА ДЕНЬ 9

с 1 по 4 классы			с 5 по 11 классы		
Возрастная категория 7-11 лет			Возрастная категория 12-18 лет		
Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
ЗАВТРАК			ЗАВТРАК		
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	200	287,23	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	250	359,04
Булочка домашняя	100	318	Булочка домашняя	100	318
Чай с сахаром	200	28,46	Чай с сахаром	200	28,46
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	500	633,69	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	550	705,5
ОБЕД			ОБЕД		
Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200	77,26	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	250	96,58
Тефтели куриные	90	307,2	Тефтели куриные	100	364,33
Соус томатный	20	11,5	Соус томатный	20	11,5
Каша пшеничная рассыпчатая	150	218,52	Каша пшеничная рассыпчатая	180	262,22
Компот из смеси сухофруктов	200	40,44	Компот из смеси сухофруктов	200	40,44
Хлеб пшеничный	30	70,5	Хлеб пшеничный	30	70,5
Хлеб ржаной	30	52,2	Хлеб ржаной	30	52,2
ИТОГО ЗА ОБЕД	720	777,62	ИТОГО ЗА ОБЕД	810	897,77
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	1220	1411,31	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	1360	1603,27

Зав. производством: _____

Мед. работник: _____



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МАОУ Лицей, Солырик

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА ДЕНЬ 10

с 1 по 4 классы			с 5 по 11 классы		
Возрастная категория 7-11 лет			Возрастная категория 12-18 лет		
Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
ЗАВТРАК			ЗАВТРАК		
Макаронные изделия, запеченные с сыром	200	315,26	Макаронные изделия, запеченные с сыром	250	394,07
Булочка школьная	100	276,37	Булочка школьная	100	276,37
Чай с лимоном	200	30,84	Чай с лимоном	200	30,84
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	500	622,47	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	550	701,28
ОБЕД			ОБЕД		
Суп картофельный с рисом на курином бульоне	200	113,28	Суп картофельный с рисом на курином бульоне	250	141,6
Рагу из птицы	240	548,23	Рагу из птицы	280	639,6
Напиток из шиповника	200	48,32	Напиток из шиповника	200	48,32
Хлеб пшеничный	30	70,5	Хлеб пшеничный	40	94
Хлеб ржаной	30	52,2	Хлеб ржаной	30	52,2
ИТОГО ЗА ОБЕД	700	832,53	ИТОГО ЗА ОБЕД	800	975,72
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	1200	1455	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	1350	1677

Зав. производством: _____

Мед. работник: _____



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МАОУ «Лицей «Солнечный»
О.И. МIRONOVСКАЯ

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА ДЕНЬ 1

с 1 по 4 классы			с 5 по 11 классы		
Возрастная категория 7-11 лет			Возрастная категория 12-18 лет		
Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
ЗАВТРАК			ЗАВТРАК		
Каша рисовая молочная жидкая	200	220,62	Каша рисовая молочная жидкая	250	295,24
Булочка школьная	100	276,37	Булочка школьная	100	276,37
Чай с сахаром	200	28,46	Чай с сахаром	200	28,46
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	500	525,45	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	550	600,07
ОБЕД			ОБЕД		
Свекольник	200	100,08	Свекольник	250	125,1
Митбол куриный	90	301,23	Митбол куриный	100	381,69
Соус томатный	20	11,5	Соус томатный	20	11,5
Макаронные изделия отварные	150	229,2	Макаронные изделия отварные	180	294,04
Компот из смеси сухофруктов	200	40,44	Компот из смеси сухофруктов	200	40,44
Хлеб ржаной	30	52,2	Хлеб пшеничный	40	94
Хлеб пшеничный	30	70,5	Хлеб ржаной	30	52,2
ИТОГО ЗА ОБЕД	720	805,15	ИТОГО ЗА ОБЕД	820	998,97
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	1220	1330,6	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	1370	1599,04

Зав. производством: _____

Мед. работник: _____



УТВЕРЖДАЮ :

МАОУ «Лицей «Солыс»

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА ДЕНЬ 2

с 1 по 4 классы			с 5 по 11 классы		
Возрастная категория 7-11 лет			Возрастная категория 12-18 лет		
Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
ЗАВТРАК			ЗАВТРАК		
Запеканка из творога (с соусом)	200	441,03	Запеканка из творога (с соусом)	250	551,3
Фрукт свежий, сезонный	100	47	Фрукт свежий, сезонный	100	47
Чай с лимоном	200	30,84	Чай с лимоном	200	30,84
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	500	518,87	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	550	629,14
ОБЕД			ОБЕД		
Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	200	154,24	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	250	192,8
Жаркое из птицы	240	465,54	Жаркое из птицы	280	543,13
Напиток клубничным	200	34,74	Напиток клубничным	200	34,74
Хлеб пшеничный	30	70,5	Хлеб пшеничный	40	94
Хлеб ржаной	30	52,2	Хлеб ржаной	30	52,2
ИТОГО ЗА ОБЕД	700	777,22	ИТОГО ЗА ОБЕД	800	916,87
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	1200	1296,09	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	1350	1546,01

Зав. производством: _____

Мед. работник: _____



УТВЕРЖДАЮ:

МАОУ Лучей Солецк
«О.Ю.» Школьник

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА ДЕНЬ 3

с 1 по 4 классы Возрастная категория 7-11 лет			с 5 по 11 классы Возрастная категория 12-18 лет		
Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
ЗАВТРАК			ЗАВТРАК		
Капа манная вязкая	200	257,32	Каша манная вязкая	250	321,65
Плошка новомосковская	100	276,61	Плошка новомосковская	100	276,61
Чай ягодный	200	29,08	Чай ягодный	200	29,08
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	500	563,01	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	550	627,34
ОБЕД			ОБЕД		
Суп картофельный с бобовыми вегетарианский	200		Суп картофельный с бобовыми вегетарианский	250	160,28
Котлеты рыбные	90	128,22	Котлеты рыбные	100	326,87
Соус томатный	20	155,87	Соус томатный	20	11,5
Каша гречневая рассыпчатая	150		Каша гречневая рассыпчатая	180	270,81
Напиток из шиповника	200	291,2	Напиток из шиповника	200	48,32
Хлеб пшеничный	30	48,32	Хлеб пшеничный	30	70,5
Хлеб ржаной	30	70,5	Хлеб ржаной	30	52,2
ИТОГО ЗА ОБЕД	720	694,11	ИТОГО ЗА ОБЕД	810	940,48
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	1220	1257,12	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	1360	1567,82

Зав. производством: _____

Мед. работник: _____



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МАОУ «Лицей «Солнце»
 О. Ю. Дырошицкая

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА ДЕНЬ 4

с 1 по 4 классы			с 5 по 11 классы		
Возрастная категория 7-11 лет			Возрастная категория 12-18 лет		
Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
ЗАВТРАК			ЗАВТРАК		
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	200	287,23	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	250	359,04
Булочка домашняя	100	318	Булочка домашняя	100	318
Чай с сахаром	200	28,46	Чай с сахаром	200	28,46
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	500	633,69	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	550	705,5
ОБЕД			ОБЕД		
Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200	77,26	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	250	96,58
Голубцы ленивые из кур	90	306,03	Голубцы ленивые из кур	100	366,02
Соус томатный	20	11,5	Соус томатный	20	11,5
Каша пшеничная рассыпчатая	150	218,52	Каша пшеничная рассыпчатая	180	262,22
Компот из смеси сухофруктов	200	40,44	Компот из смеси сухофруктов	200	40,44
Хлеб пшеничный	30	70,5	Хлеб пшеничный	30	70,5
Хлеб ржаной	30	52,2	Хлеб ржаной	30	52,2
ИТОГО ЗА ОБЕД	720	776,45	ИТОГО ЗА ОБЕД	810	899,46
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	1220	1410,14	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	1360	1604,96

Зав. производством: _____

Мед. работник: _____



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МАУ «Мед. центр «Солар»
Ю. Мироминская

МЕНЮ ШКОЛЬНИКА ДЕНЬ 5

с 1 по 4 классы Возрастная категория 7-11 лет			с 5 по 11 классы Возрастная категория 12-18 лет		
Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
ЗАВТРАК			ЗАВТРАК		
Каша пшеничная молочная жидкая	200	292,24	Каша пшеничная молочная жидкая	250	365,3
Булочка школьная	100	276,37	Булочка школьная	100	276,37
Чай с лимоном	200	30,84	Чай с лимоном	200	30,84
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	500	599,45	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	550	672,51
ОБЕД			ОБЕД		
Суп картофельный с рисом на курином бульоне	200	113,28	Суп картофельный с рисом на курином бульоне	250	141,6
Курица в соусе томатном	90	295,36	Курица в соусе томатном	100	328,18
Картофель отварной с маслом	150	242,3	Картофель отварной с маслом	180	290,76
Напиток из шиповника	200	48,32	Напиток из шиповника	200	48,32
Хлеб пшеничный	30	70,5	Хлеб пшеничный	40	94
Хлеб ржаной	30	52,2	Хлеб ржаной	30	52,2
ИТОГО ЗА ОБЕД	700	821,96	ИТОГО ЗА ОБЕД	800	955,06
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	1200	1421,41	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ	1350	1627,57

Зав. производством: _____

Мед. работник: _____