



**Меню дополнительного питания
«Новинка»
для обучающихся 5-11 классов
Сентябрь 2023 г. – Октябрь 2023 г.
Для ОУ № 5,10,12,14,15,23,24,26,32,35,36,36ф,37,39,40,41,48,49,50,50ф,52,54ф,55,
56,58,68,74,82,89,90,90ф,91,92,93,95,96,97,97ф**

I НЕДЕЛЯ ПОНЕДЕЛЬНИК		Выход, гр.	Пищевая/энергетическая ценность Б/Ж/У/ Эн.цен.(ккал)	II НЕДЕЛЯ ПОНЕДЕЛЬНИК	
				Выход, гр.	Пищевая/энергетическая ценность Б/Ж/У/ Эн.цен.(ккал)
Фрукты в ассортименте		100	0,8/0,3/9,6/49	Фрукты в ассортименте	
Плов из булгура с мясом		250	24,03/28,43/37,97/494,25	Гуляш	
Хлеб пшеничный/ржаной		20/20	1,4/0,14/8,8/48/ 1,14/0,22/7,44/36,26	Рис отварной с маслом	
Чай с сахаром и лимоном		200	0,2/0/11/44,8	Хлеб пшеничный/ржаной	
				Чай с сахаром	
ВТОРНИК				ВТОРНИК	
Фрукты в ассортименте		100	0,6/0,6/15,4/72	Фрукты в ассортименте	
Филе птицы тушеное в томатном соусе		90	14,85/13,32/5,94/202,68	Медальоны куриные с томатным соусом и зеленью	
Спагетти отварные с маслом		150	6,45/4,05/40,2/223,65	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	
Хлеб пшеничный/ржаной		20/20	1,4/0,14/8,8/48/ 1,14/0,22/7,44/36,26	Хлеб пшеничный/ржаной	
Чай с шиповником		200	0,4/0,6/17,8/78,6	Кисель витаминизированный плодово-ягодный	
СРЕДА				СРЕДА	
Лепешка Сырная		50	6,95/5,1/22,95/165,6	Булочка сдобная	
Котлета мясная		90	15,21/14,04/8,91/222,75	Курица запеченная с соусом и зеленью	
Каша гречневая рассыпчатая с маслом		150	7,2/5,1/33,9/210,3	Картофельное пюре с маслом	
Хлеб пшеничный/ржаной		20/20	1,4/0,14/8,8/48/ 1,14/0,22/7,44/36,26	Хлеб пшеничный/ржаной	
Компот из сухофруктов		200	0,4/0/27/110	Компот из сухофруктов	
ЧЕТВЕРГ				ЧЕТВЕРГ	
Кондитерское изделие		30	9/8/10/147	Кондитерское изделие	
Филе птицы в кисло – сладком соусе		90	13,94/16,18/5,21/224,21	Жаркое с мясом	
Макароны отварные с маслом		150	6,45/4,05/40,2/223,65	Хлеб пшеничный/ржаной	
Хлеб пшеничный/ржаной		20/20	1,4/0,14/8,8/48/ 1,14/0,22/7,44/36,26	Компот из сухофруктов	
Чай с сахаром и лимоном		200	0,2/0/11/44,8		
ПЯТНИЦА				ПЯТНИЦА	
Булочка сдобная		50	4,6/6,9/31,6/207,15	Сдоба	
Запеканка из птицы с овощами		90	12,66/9,7/6,83/161,73	Биточек мясной	
Каша гречневая вязкая с маслом		150	4,35/3,9/20,4/134,25	Рис отварной с маслом	
Хлеб пшеничный/ржаной		20/20	1,4/0,14/8,8/48/ 1,14/0,22/7,44/36,26	Хлеб пшеничный/ржаной	
Напиток плодово-ягодный витаминизированный		200	0/0/19,2/76,8	Сок фруктовый	
III НЕДЕЛЯ ПОНЕДЕЛЬНИК		Выход, гр.	Пищевая/энергетическая ценность Б/Ж/У/ Эн.цен.(ккал)	IV НЕДЕЛЯ ПОНЕДЕЛЬНИК	
				Выход, гр.	Пищевая/энергетическая ценность Б/Ж/У/ Эн.цен.(ккал)
Фрукты в ассортименте		100	0,6/0,6/15,4/72	Фрукты в ассортименте	
Филе птицы тушеное в томатном соусе		90	14,85/13,32/5,94/202,68	Филе птицы тушеное с овощами	
Каша гречневая рассыпчатая с маслом		150	7,2/5,1/33,9/210,3	Каша перловая рассыпчатая с маслом	
Хлеб пшеничный/ржаной		20/20	2,13/0,21/13,26/72/ 1,14/0,22/7,44/36,26	Хлеб пшеничный/ржаной	
Чай с сахаром		200	0,2/0/11/44,8	Чай с сахаром	
ВТОРНИК				ВТОРНИК	
Фрукты в ассортименте		150	0,6/0/16,95/69	Фрукты в ассортименте	
Филе птицы в кисло-сладком соусе		90	13,94/16,18/5,21/224,21	Котлета мясная	
Макароны отварные с маслом		150	6,45/4,05/40,2/223,65		
Хлеб пшеничный/ржаной		20/20	1,4/0,14/8,8/48/ 1,14/0,22/7,44/36,26	Рис отварной с маслом	
Напиток плодово-ягодный витаминизированный		200	0/0/14,4/58,4	Хлеб пшеничный/ржаной	
				Кисель витаминизированный плодово-ягодный	
СРЕДА				СРЕДА	
Лепешка Сырная		50	6,95/5,1/22,95/165,6	Булочка сдобная	
Медальоны куриные с томатным соусом и зеленью		105	12,39/10,59/16,84/167,46	Пельмени отварные с маслом	
Картофельное пюре с маслом		150	3,3/7,8/22,35/173,1	Хлеб пшеничный/ржаной	
Хлеб пшеничный/ржаной		20/20	2,13/0,21/13,26/72/ 1,14/0,22/7,44/36,26	Чай с сахаром и лимоном	
Отвар из шиповника		200	0,8/0/24,6/101,2		
ЧЕТВЕРГ				ЧЕТВЕРГ	
Кондитерское изделие		30	9/8/10/147	Кондитерское изделие	
Биточек мясной с кабачком		90	16,34/14,21/8,81/229,07	Фрикадельки куриные с красным соусом	
Спагетти отварные с маслом		150	6,45/4,05/40,2/223,65	Картофельное пюре с маслом	
Хлеб пшеничный/ржаной		20/20	2,13/0,21/13,26/72/ 1,14/0,22/7,44/36,26	Хлеб пшеничный/ржаной	
Компот из сухофруктов		200	0,4/0/27/110	Компот из сухофруктов	
ПЯТНИЦА				ПЯТНИЦА	
Сдоба с корицей		50	4,2/5,72/31,57/194,25	Булочка сдобная	
Биточек из птицы		90	16,56/14,22/11,7/240,93	Мясо тушеное	
Картофель запеченный		150	3,15/4,5/17,55/122,85	Макароны отварные с маслом	
Хлеб пшеничный/ржаной		20/20	1,4/0,14/8,8/48/ 1,14/0,22/7,44/36,26	Хлеб пшеничный/ржаной	
Чай с облепихой		200	0,2/0/19,8/80	Сок фруктовый	

Стоимость питания 1 дня 90,00руб.

