



Утверждаю:

директор МОАУ «СОШ №10

г.Новосибирска»

М.Н. Гроицкая

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Дата: 23.01.2024

Неделя: первая

День: 2 день примерного меню

ЗАВТРАК 1-4 классы (68,5 руб)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Помидор солёный порционно	60	6
Котлета рыбная любительская с/с	150	205
Картофельное пюре	150	156
Какао с молоком	200	119
Хлеб домашний подовый	35	52

ЗАВТРАК 5-11 классы (12 руб)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Каша ячневая вязкая	100	124,6
Чай с сахаром	200	26,8
Хлеб домашний подовый	25	37,84

Обед 5-11 классы (100 руб)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат из красной фасоли	60	104
Щи из свежей капусты со сметаной	205	75,2
Оладьи из печени в соусе	100	170
Каша гречневая вязкая	150	220,45
Чай с лимоном и сахаром	200	37,9
Хлеб домашний подовый	45	68,01
Хлеб ржаной	25	42,8

ЗАВТРАК+ ПОЛДНИК ОВЗ

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Помидор солёный порционно	60	6
Котлета рыбная любительская с/с	150	205
Картофельное пюре	150	156
Какао с молоком	200	119
Хлеб домашний подовый	35	52
Булочка дорожная	50	172,8
Чай с сахаром	200	26,8

Меню составлено на основании утвержденного примерного двухнедельного меню

Ответственный за питание: _____

О.И. Трубина



Утверждаю:
директор МОАУ «СОШ №10
г. Новотроицка»
М.Н. Гроицкая

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Дата: 24.01.2024

Неделя: первая

День: 3 день примерного меню

ЗАВТРАК 1-4 классы (68,5 руб)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Каша жидкая молочная кукурузная	150	207,9
Чай с лимоном и сахаром	200	38
Хлеб домашний подовый	30	45
Фрукт	100	84

ЗАВТРАК 5-11 классы (12 руб)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Каша жидкая молочная кукурузная	100	148,95
Чай с сахаром	200	26,8
Хлеб домашний подовый	25	37,84

Обед 5-11 классы (100 руб)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Салат степной с солёным огурцом	60	43
Суп картофельный с вермишель	200	112,4
Рагу из птицы	230	391
Компот из смеси сухофруктов	200	93,6
Хлеб домашний подовый	45	68,01
Хлеб ржаной	25	42,8

ЗАВТРАК+ ПОЛДНИК ОВЗ

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Каша жидкая молочная кукурузная	150	207,9
Чай с лимоном и сахаром	200	38
Хлеб домашний подовый	30	45
Фрукт	100	84
Сдоба фигурная	50	186,5
Компот из смеси сухофруктов	200	119,1

Меню составлено на основании утвержденного примерного двухнедельного меню

Ответственный за питание:

О.И. Трубина



Утверждаю:
директор МОАУ «СОШ №10
г.Новотроицка»
М.Н. Гроицкая

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Дата: 26.01.2024

Неделя: первая

День: 5 день примерного меню

ЗАВТРАК 1-4 классы (68,5 руб)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Сырники из творога со джемом	170	374,1
Чай с молоком и сахаром	200	51
Хлеб домашний подовый	30	45
Фрукты (яблоко)	180	106

ЗАВТРАК 5-11 классы (12 руб)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Каша пшеничная вязкая	100	142,4
Чай с сахаром	200	26,8
Хлеб домашний подовый	25	37,84

Обед 5-11 классы (100 руб)

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Винегрет овощной	60	76,9
Суп Крестьянский	200	80,8
Котлета мясо-картофельная с соусом	100	194,4
Макаронны отварные	150	211,5
Напиток из шиповника	200	65,3
Хлеб домашний подовый	45	68,01
Хлеб ржаной	25	42,8

ЗАВТРАК+ ПОЛДНИК ОВЗ

Наименование блюда	Масса порции	Калорийность
Сырники из творога со джемом	170	374,1
Чай с молоком и сахаром	200	51
Хлеб домашний подовый	30	45
Фрукты (яблоко)	180	106
Булочка ванильная	50	172,8
Чай с сахаром	200	26,8

Меню составлено на основании утвержденного примерного двухнедельного меню

Ответственный за питание:

О.И. Трубина