



УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОРА ШКОЛЫ № 11 П. ПОЧНИКОВО



МЕНЮ

16 июня 2023 г

пятница

ЗАВТРАК (7 - 11 ЛЕТ)

	ВЕС	ККАЛ	БЖУ
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С САХАРОМ	60	49	1/0/8
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ С ИЗЮМОМ	200	137	3/5/20
ЧАЙ С САХАРОМ	200	60	0/0/15
БАТОН	30	70	2/0/15

ОБЕД (7 - 11 ЛЕТ)

	ВЕС	ККАЛ	БЖУ
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	48	0/4/3
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250/5	104	2/5/11
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	183	4/6/27
ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	50/50	160	11/11/3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	133	1/0/32
ХЛЕБ/БАТОН	30/20	117	3/0/25

ЗАВТРАК (11 - 17 ЛЕТ)

	ВЕС	ККАЛ	БЖУ
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С САХАРОМ	60	49	1/0/8
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ С ИЗЮМОМ	200	137	3/5/20
ЧАЙ С САХАРОМ	200	60	0/0/15
БАТОН	30	70	2/0/15

ОБЕД (11 - 17 ЛЕТ)

	ВЕС	ККАЛ	БЖУ
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	48	0/4/3
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250/5	104	2/5/11
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	183	4/6/27
ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	50/50	160	11/11/3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	133	1/0/32
ХЛЕБ/БАТОН	30/20	117	3/0/25



УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОРА ШКОЛЫ № 17 П. ПОЧНИКОВО



МЕНЮ

17 июня 2023 г

суббота

ЗАВТРАК (7 - 11 ЛЕТ)

	ВЕС	ККАЛ	БЖУ
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	100/20	386	22/18/34
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ	60	57	1/0/13
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	101	3/3/16
БАТОН	30	70	2/0/15

ОБЕД (7 - 11 ЛЕТ)

	ВЕС	ККАЛ	БЖУ
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	60	36	1/2/4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	148	5/5/17
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	438	14/34/19
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	85	1/0/20
ХЛЕБ/БАТОН	30/20	117	3/0/25

ЗАВТРАК (11 - 17 ЛЕТ)

	ВЕС	ККАЛ	БЖУ
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	100/20	386	22/18/34
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ	60	57	1/0/13
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	101	3/3/16
БАТОН	30	70	2/0/15

ОБЕД (11 - 17 ЛЕТ)

	ВЕС	ККАЛ	БЖУ
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	60	36	1/2/4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	148	5/5/17
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	438	14/34/19
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	85	1/0/20
ХЛЕБ/БАТОН	30/20	117	3/0/25



УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОРА ШКОЛЫ № 15 И.И. МИЛЮХИНОЙ



МЕНЮ

19 июня 2023 г

понедельник

ЗАВТРАК (7 - 11 ЛЕТ)

	ВЕС	ККАЛ	БЖУ
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫЙ	30/10	136	2/7/15
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	150	5/5/18
ЧАЙ С САХАРОМ	200	60	0/0/15

ОБЕД (7 - 11 ЛЕТ)

	ВЕС	ККАЛ	БЖУ
САЛАТ ИЗ СЫРЫХ ОВОЩЕЙ	60	44	1/4/2
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250/5	90	2/5/8
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗНАЯ	200	194	6/7/27
КОТЛЕТА	100	389	12/32/13
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	133	1/0/32
ХЛЕБ/БАТОН	30/20	117	3/0/25

ЗАВТРАК (11 - 17 ЛЕТ)

	ВЕС	ККАЛ	БЖУ
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫЙ	30/10	136	2/7/15
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	150	5/5/18
ЧАЙ С САХАРОМ	200	60	0/0/15

ОБЕД (11 - 17 ЛЕТ)

	ВЕС	ККАЛ	БЖУ
САЛАТ ИЗ СЫРЫХ ОВОЩЕЙ	60	44	1/4/2
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250/5	90	2/5/8
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗНАЯ	200	194	6/7/27
КОТЛЕТА	100	389	12/32/13
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	133	1/0/32
ХЛЕБ/БАТОН	30/20	117	3/0/25



УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОРА ШКОЛЫ № 17 П. ПОЧНИКОВО



МЕНЮ

20 июня 2023 г

вторник

ЗАВТРАК (7 - 11 ЛЕТ)

	ВЕС	ККАЛ	БЖУ
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ	60	57	1/0/13
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С ИЗЮМОМ	200	315	6/11/48
КАКАО С МОЛОКОМ	200	119	4/4/18
БАТОН	30	70	2/0/15

ОБЕД (7 - 11 ЛЕТ)

	ВЕС	ККАЛ	БЖУ
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	60	13	1/0/12
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	86	2/3/12
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	261	8/8/43
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	60/50	140	7/7/11
СОК	200	85	1/0/20
ХЛЕБ/БАТОН	30/20	117	3/0/25

ЗАВТРАК (11 - 17 ЛЕТ)

	ВЕС	ККАЛ	БЖУ
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ	60	57	1/0/13
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С ИЗЮМОМ	200	315	6/11/48
КАКАО С МОЛОКОМ	200	119	4/4/18
БАТОН	30	70	2/0/15

ОБЕД (11 - 17 ЛЕТ)

	ВЕС	ККАЛ	БЖУ
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	60	13	1/0/12
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	86	2/3/12
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	261	8/8/43
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	60/50	140	7/7/11
СОК	200	85	1/0/20
ХЛЕБ/БАТОН	30/20	117	3/0/25