Столовая МАОУ ИСОШ

Утверждаю

Директор школы Л.В.Ефремова

Меню на 2 сентября 2022 года

вес/ рамм	Завтрак 1-4кл.	цена	каллорийность	вес/ грамм	Завтрак 5-11 кл.	цена	каллорий ность
55	Салат из свежей капусты	2	33,22	55	Салат из свежей капусты	2,83	33,22
0/5	Биточки из свинины с маслом сливочным	22,07	324,2	75	Биточки из свинины	25,31	273
160	Картофельное пюре	9,39	146,4	150	Картофельное пюре	12,8	137,25
200	Сок	17,36	100,4	200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	5,22	62
40	Пряники шоколадные	7,01	148	40	Пряники шоколадные	9,11	148
28	Хлеб	1,53	63,84	28	Хлеб	1,73	63,84
		59,36	**816,06**			**57**	**717,31**
	Обед 1-4кл.				**Завтрак ОВЗ**		
250	Борщ из свежей капусты	6,81	119,95	50	Салат из свежей капусты	2,57	30,2
75	Биточки из свинины	17,68	273	70	Биточки из свинины	23,62	254,8
150	Картофельное пюре	8,8	137,25	100	Картофельное пюре	8,53	91,5
200	Сок	17,36	100,4	200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	5,22	62
40	Пряники шоколадные	7,01	148	26	Хлеб	1,66	59,28
31	Хлеб	1,7	70,68			**41,6**	**497,78**
		59,36	**849,28**				
	Завтрак ОВЗ				**Полдник ОВЗ**		
50	Помидоры свежие	2,55	11	40	Пряники шоколадные	9,11	148
50/125	Жаркое по-домашнему	27,25	295	180	Чай с сахаром	3,39	54
200/15/	Чай с сахаром, лимоном	3,58	62			**12,5**	**202**
200	Яблоко	18	94		**Завтрак**		
28	Батон	2,62	65,46	15/26	Бутерброд с повидлом	5,09	95,68
		54	**527,46**	100/7,5	Чай с сахаром	1,91	30
						7	**125,68**
	Обед ОВЗ				**Завтрак**		
250	Борщ из свежей капусты	6,81	119,95	50	Салат из свежей капусты	2,57	30,2
5 125	Жаркое по-домашнему	27,25	295	120	Картофельное пюре	9,98	109,8
200/15/	Чай с сахаром, лимоном	3,58	62	200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	5,22	62
160	Яблоко	14,4	75,2	28	Хлеб	1,73	63,84
21	Батон	1,96	49,09			**19,5**	**265,84**
		54	**601,24**				
	Свободная продажа						
0/50	Сосиска в тесте	**23**					
0/50	Котлета в тесте	**21**					
100	Пицца школьная	**35**					
200	Сок	**23**					

Заведующая производством Г.Н.Черникова

Столовая МАОУ ИСОШ

Утверждаю

Директор школы _____ Л.В.Ефремова

Меню на 5 сентября 2022 года

вес/ грамм	Завтрак 1-4кл.	цена	каллорийность	вес/ грамм	Завтрак 5-11 кл.	цена	каллорийность
15	Сыр порционный	8,81	54	30	Помидоры свежие	2,23	6,6
25	Помидоры свежие	1,28	5,5	50	Филе цыпленка отварное	32,11	187,33
50	Филе цыпленка отварное	22,05	187,33	130	Макароны отварные	8,04	146,25
120	Макороны отварные	5,14	135	200/15	Чай с сахаром	3,82	60
200/15	Чай с сахаром, лимоном	3,58	62	24	Вафли	9,32	122,4
25	Батон	2,3	58,45	23	Хлеб	1,48	52,44
180	Яблоко	16,2	84,6				
		59,36	**586,88**			**57,00**	**575,02**
	Обед 1-4кл.				**Завтрак ОВЗ**		
250	Щи из свежей капусты	6,32	89,75	20	Помидоры свежие	1,48	4,4
60	Филе цыпленка отварное	26,46	224,8	45	Филе цыпленка отварное	28,9	187,33
120	Макароны отварные	5,14	135	100	Макароны отварные	6,18	112,5
200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	3,58	62	180/5	Чай с сахаром	3,44	60
180	Яблоко	16,2	84,6	24	Хлеб	1,50	54,72
31	Хлеб	1,66	70,68			**41,5**	**418,95**
		59,36	**666,83**				
	Завтрак ОВЗ				**Полдник ОВЗ**		
50/50	Свинина тушенная	24,35	305	24	Вафли	9,32	122,4
130	Каша гречневая рассыпчатая	9,71	211,25	170	Чай с сахаром	3,18	51
200	Кисель из сока	5,27	160			**12,5**	**173,4**
58	Зефир	12,66	188,5		**Завтрак**		
22	Батон	2,01	51,44	80/5	Макароны отварные с сахар.	5,09	127,5
				100/7,5	Чай с сахаром	1,91	30
		54	**916,19**			**7**	**157,5**
	Обед ОВЗ				**Завтрак**		
250	Щи из свежей капусты	6,32	89,75	50	Помидоры свежие	3,71	11
40/40	Свинина тушенная	19,48	244	150	Макароны отварные	9,27	168,75
120	Каша гречневая рассыпчатая	8,96	195	200/15	Чай с сахаром	3,82	60
200	Кисель из сока	5,27	160	25	Батон	2,7	58,45
58	Зефир	12,66	188,5			**19,5**	**298,2**
24	Хлеб	1,31	54,72				
		54	**931,97**				
	Свободная продажа				**ГПД**		
30/50	Сосиска в тесте	**23**		250	Щи из свежей капусты	11,02	89,75
40/50	Котлета в тесте	**21**		35/35	Свинина тушенная	24,78	213,5
100	Пицца школьная	**35**		105	Каша гречневая рассыпчатая	10,85	170,63
75	Ватрушка с повидлом	**13**		200	Кисель из сока	6,76	160
75	Булочка домашняя	**8**		25	Хлеб	1,59	57
200	Сок	**23**				**55**	**690,88**

Заведующая производством Г.Н.Черникова

Столовая МАОУ ИСОШ

Утверждаю

Директор школы _____ Л.В.Ефремова

Меню на 6 сентября 2022 года

вес/ грамм	Завтрак 1-4кл.	цена	каллорийность	вес/ грамм	Завтрак 5-11 кл.	цена	каллорийность
25	Кукуруза консервированая	8,35	18,4	25	Помидоры свежие	1,85	5,5
75	Котлета из свинины	17,68	273	60	Котлета из свинины	20,24	218,4
150	Рис отварной	10,22	209,7	110	Рис отварной	11,12	153,78
200	Компот из кураги	14,37	114,8	200/15	Чай с сахаром	3,82	60
24	Вафли	7,17	122,4	160	Яблоко	18,33	75,2
29	Хлеб	1,57	66,12	26	Хлеб	1,64	59,28
		59,36	**804,42**			**57**	**572,16**
	Обед 1-4кл.				**Завтрак ОВЗ**		
250	Рассольник домашний	10,5	114,5	25	Помидоры свежие	1,85	5,5
75	Котлета из свинины	17,68	273	65	Котлета из свинины	21,93	236,6
140	Рис отварной	8,53	195,72	120	Рис отварной	12,13	167,76
200	Компот из кураги	14,37	114,8	200/15	Чай с сахаром	3,82	60
24	Вафли	7,17	122,4	28	Хлеб	1,77	63,84
20	Хлеб	1,11	45,6			**41,5**	**533,7**
		59,36	**866,02**				
	Завтрак ОВЗ				**Полдник ОВЗ**		
50	Помидоры свежие	2,55	11				
50/125	Жаркое по-домашнему	27,25	295	110	Яблоко	12,5	51,7
200/15	Чай с сахаром	2,62	60			**12,5**	**51,7**
200	Банан	20,4	188		**Завтрак**		
21	Хлеб	1,18	47,88	80	Каша рисовая	5,09	82,16
				100/7,5	Чай с сахаром	1,91	30
		54	**601,88**			**7**	**112,16**
	Обед ОВЗ				**Завтрак**		
250	Рассольник домашний	10,5	114,5	25	Помидоры свежие	1,85	5,5
50/125	Жаркое по-домашнему	21,25	206,5	120	Рис отварной	12,13	167,76
200/15	Чай с сахаром	2,62	60	200/15	Чай с сахаром	3,82	60
180	Банан	18,36	169,2	28	Хлеб	1,7	63,84
23	Хлеб	1,27	52,44			**19,50**	**297,1**
		54,0	**602,64**				
	Свободная продажа				**ГПД**		
30/50	Сосиска в тесте	**23**		250	Рассольник домашний	15,43	114,5
40/50	Котлета в тесте	**21**		35/125	Жаркое по-домашнему	30,9	206,5
100	Пицца школьная	**35**		200/15	Чай с сахаром, ~~лимоном~~	3,82	60
75	Ватрушка с повидлом	**13**		13	Печенье	3,64	75
75	Булочка домашняя	**8**		19	Хлеб	1,21	43,32
200	Сок	**23**				**55**	**499,32**

Заведующая производством Г.Н.Черникова

Столовая МАОУ ИСОШ

Утверждаю

Директор школы Л.В.Ефремова

Меню на 7 сентября 2022 года

вес/ грамм	Завтрак 1-4кл.	цена	каллорийность	вес/ грамм	Завтрак 5-11 кл.	цена	каллорийность
30	Салат из свежей капусты	1,09	18,12	20	Помидоры свежие	1,48	4,4
60	Филе минтая запеченое	22,48	85,2	55	Филе минтая запеченое	29,95	78,1
135	Картофельное пюре	7,92	123,53	140	Картофельное пюре	11,94	128,1
200	Компот из свежих яблок	6,18	114,6	200/15/7	Чай с лимоном	5,22	62
200	Бананы	20,4	188	25	Печенье	6,99	112,5
23	Хлеб	1,29	52,44	22	Хлеб	1,42	50,16
		59,36	**581,89**			**57**	**435,26**
	Обед 1-4кл.				**Завтрак ОВЗ**		
250	Борщ из свежей капусты	6,81	119,95	20	Помидоры свежие	1,48	4,4
50	Филе минтая запеченон	18,73	71	45	Филе минтая запеченое	24,5	71
120	Картофельное пюре	7,04	109,8	120	Картофельное пюре	10,24	109,8
200	Компот из свежих яблок	6,18	114,8	200/15	Чай с сахаром	3,82	60
190	Бананы	19,38	178,6	23	Хлеб	1,46	52,44
22	Хлеб	1,22	50,16			**41,5**	**297,64**
		59,36	**644,31**				
	Завтрак ОВЗ				**Полдник ОВЗ**		
25	Кукуруза консервированная	8,35	18,4	26	Печенье	7,28	117
50/50	Гуляш из свинины	24,5	309	100/7,5	Чай с сахаром	5,22	62
150	Рис отварной	10,22	209,7			**12,5**	**179**
200/15/7	Чай с сахаром , лимоном	3,58	62		**Завтрак**		
25	Печенье	5,38	112,5	15/16	Бутерброд с повидлом 5,00	~~4,65~~	95,68
22	Батон	1,97	51,44	180	Чай с сахаром 1,91	2,35	30
		54	**763,04**			**7**	**125,68**
	Обед ОВЗ				**Завтрак**		
250	Борщ из свежей капусты	6,81	119,95	20	Помидоры свежие	1,48	4,4
50/50	Гуляш из свинины	24,5	309	150	Картофельнон пюре	12,8	137,25
150	Рис отварной	10,22	209,7	200/15/7	Чай с сахаром и лимоном	5,22	62
200/15/7	Чай с сахаром , лимоном	3,58	62			**19,5**	**203,65**
25	Печенье	5,38	112,5				
28	Хлеб	1,51	63,84				
22	Батон	2	51,44				
		54	**928,43**				
	Свободная продажа				**ГПД**		
30/50	Сосиска в тесте	**23**		250	Борщ из свежей капусты	9,86	119,95
40/50	Котлета в тесте	**21**		40/40	Гуляш из свинины	29,34	247,2
100	Пицца школьная	**35**		100	Рис отварной	10,11	139,8
75	Ватрушка с творогом	**13**		200/15	Чай с сахаром	3,82	60
75	Булочка домашняя	**8**		31	Хлеб	1,87	70,68
200	Сок	**23**					
						55	**637,63**

Заведующая производством Г.Н.Черникова

Столовая МАОУ ИСОШ

Утверждаю

Директор школы Л.В.Ефремова

Меню на 8 сентября 2022 года

вес/ грамм	Завтрак 1-4кл.	цена	каллорийность	вес/ грамм	Завтрак 5-11 кл.	цена	каллорийность
30	Помидоры свежие	1,99	6,6				
50/50	Гуляш из свинины	24,5	309	50/50	Гуляш из свинины	36,67	309
145	Каша гречневая	10,83	235,63	100	Каша гречневая	10,33	162,5
200/15/	Чай с сахаром, лимоном	3,58	62	200/15	Чай с сахаром	3,82	60
190	Яблоко	17,1	89,3	12	Вафли	4,66	61,2
24	Хлеб	1,36	54,72	24	Хлеб	1,52	54,72
		59,36	**757,25**			**57,00**	**647,42**
	Обед 1-4кл.				**Завтрак ОВЗ**		
250	Суп картофельный	5,71	114	35/35	Гуляш из свинины	25,67	216,3
50/50	Гуляш из свинины	24,5	309	100	Каша гречневая	10,33	162,5
120	Каша гречневая	8,96	195	200/15	Чай с сахаром	3,82	60
200/15/	Чай с сахаром, лимоном	3,58	62	26	Хлеб	1,68	59,28
170	Яблоко	15,3	79,9			**41,50**	**498,08**
24	Хлеб	1,31	54,72				
		59,36	**814,62**				
	Завтрак ОВЗ				**Полдник ОВЗ**		
25	Помидоры свежие	1,66	5,5	24	Вафли	9,32	122,4
55	Филе цыпленка запеченое	24,89	142,07	170	Чай с сахаром	3,18	51
130	Макароны отварные	5,56	146,25			**12,5**	**173,4**
200	Компот из кураги	13,45	114,8		**Завтрак**		
24	Вафли	7,17	122,4	80	Каша гречневая	5,09	77,4
23	Хлеб	1,27	52,44	100/7,5	Чай с сахаром	1,91	30
		54	**583,46**			**7**	**107,4**
	Обед ОВЗ				**Завтрак**		
250	Суп картофельный	5,71	114	35	Помидоры свежие	3,28	7,7
50	Филе цыпленка запеченое	24,89	129,15	120	Каша гречневая	12,4	195
120	Макароны отварные	5,14	135	200/15	Чай с сахаром	3,82	60
200	Компот из кураги	13,45	114,8			**19,5**	**262,7**
12	Вафли	3,59	61,2				
22	Хлеб	1,22	50,16				
		54	**604,31**				
	Свободная продажа				**ГПД**		
30/50	Сосиска в тесте	**23**		250	Суп картофельный	8,47	114
40/50	Котлета в тесте	**21**		50	Филе цыпленка запеченое	27,36	129,15
100	Пицца школьная	**35**		100	Макароны отварные	6,19	112,5
75	Ватрушка с повидлом	**13**		200	Компот из кураги	11,39	114,8
75	Булочка домашняя	**8**		25	Хлеб	1,59	57
200	Сок	**23**				**55**	**527,45**

Заведующая производством Г.Н.Черникова

Столовая МАОУ ИСОШ

Утверждаю

Директор школы Л.В.Ефремова

Меню на 9 сентября 2022 года

вес/ грамм	Завтрак 1-4кл.	цена	каллорийность	вес/ грамм	Завтрак 5-11 кл.	цена	каллорийность
50	Салат из свеклы отварной	1,98	46,4	40	Салат из свеклы отварной	2,22	37,12
80/5	Шницель из цыпленка с маслом	29,37	290,6	70	Шницель из цыпленка	32,62	225,4
150	Рис отварной	10,22	209,7	120	Рис отварной	12,13	167,76
200	Напиток из варенья	3,79	106,8	200/15/7	Чай с сахаром. лимоном	5,22	62
58	Зефир	12,66	188,5	13	Печенье	3,5	56,25
24	Хлеб	1,34	54,72	21	Хлеб	1,31	47,88
		59,36	**896,72**			**57**	**596,41**
	Обед 1-4кл.				**Завтрак ОВЗ**		
250	Суп картофельный с горох.	6,83	148,25	25	Салат из свеклы отварной	1,39	23,2
75	Шницель из цыпленка	24,53	241,5	55	Шницель из цыпленка	25,63	177,1
150	Рис отварной	10,22	209,7	110	Рис отварной	10,66	153,78
200	Напиток из варенья	3,79	106,8	200/15	Чай с сахаром	3,82	60
58	Зефир	12,66	188,5				
24	Хлеб	1,33	54,72			**41,5**	**414,08**
		59,36	**949,47**				
	Завтрак ОВЗ				**Полдник ОВЗ**		
25	Помидоры свежие	1,66	5,5	26	Печенье	7,28	117
50	Филе минтая запеченное	18,73	71	200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	5,22	62
120	Картофельное пюре	7,04	109,8			**12,5**	**179**
200	Компот из свежих яблок	6,18	114,6		**Завтрак**		
190	Бананы	19,38	178,6	80	Каша рисовая	5,09	82,16
19	Хлеб	1,01	45,6	100	Чай с сахаром	1,91	30
		54	**525,1**			**7**	**112,16**
	Обед ОВЗ				**Завтрак**		
250	Суп картофельный с горох	6,83	148,25	40	Салат из свеклы отварной	2,15	37,12
45	Филе минтая запеченное	16,86	71	120	Рис отварной	12,13	167,76
110	Картофельное пюре	6,41	100,65	200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	5,22	62
200	Компот из свежих яблок	6,18	114,8				
160	Бананы	16,32	150,4			**19,5**	**266,88**
25	Хлеб	1,4	57				
		54	**642,1**				
	Свободная продажа				**ГПД**		
30/50	Сосиска в тесте	**23**		250	Суп картофельный с горох	10,33	148,25
40/50	Котлета в тесте	**21**		45	Филе минтая запеченное	24,5	71
100	Пицца школьная	**35**		120	Картофельное пюре	10,24	109,8
75	Ватрушка с повидлом	**13**		200	Компот из свежих яблок	8,33	114,8
75	Булочка домашняя	**8**		25	Хлеб	1,6	57
200	Сок	**23**					
						55	**500,85**

Заведующая производством Г.Н.Черникова

Столовая МАОУ ИСОШ

Утверждаю

Директор школы Л.В.Ефремова

Меню на 12 сентября 2022 года

вес/ грамм	Завтрак 1-4кл.	цена	каллорийность	вес/ грамм	Завтрак 5-11 кл.	цена	каллорийность
20	Сыр порционный	11,87	72	55	Салат из свежей капусты	2,83	33,22
30	Помидоры свежие	1,99	6,6	105/5	Омлет натуральный с маслом	25,72	191
105/5	Омлет натуральный с маслом	17,39	191	200	Какао на молоке	16,16	118,6
200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	3,58	62	40	Пряники шоколадные	9,2	148
220	Бананы	22,44	211,2	30	Батон	3,09	70,14
22	Батон	2,09	51,44			**57**	**560,96**
		59,36	**594,24**				
	Обед 1-4кл.				**Завтрак ОВЗ**		
250	Щи из свежей капусты	6,32	89,75	25	Салат из свежей капусты	1,29	15,1
110/5	Омлет натуральный с маслом	26,43	245	105/5	Омлет натуральный с маслом	25,72	191
200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	3,58	62	180	Какао на молоке	14,49	106,74
200	Бананы	20,4	192			**41,5**	**312,84**
16	Батон	1,43	39,75				
21	Хлеб	1,2	47,88				
		59,36	**676,38**				
	Завтрак ОВЗ				**Полдник ОВЗ**		
25	Помидоры свежие	1,66	5,5	40	Пряники шоколадные	9,2	148
75	Котлета из цыпленка	24,53	241,5	180/15	Чай с сахаром	3,3	60
150	Макароны отварные	6,42	168,75			**12,5**	**208**
200	Компот из кураги	13,47	114,8		**Завтрак**		
25	Печенье	5,38	112,5	90	Каша молочная манная	5,09	100,35
28	Батон	2,54	65,46	100/7,5	Чай с сахаром	1,91	30
		54	**708,51**			**7**	**130,35**
	Обед ОВЗ						
250	Щи из свежей капусты	6,32	89,75		**Завтрак**		
70	Котлета из цыпленка	22,89	225,4				
100	Макароны отварные	4,28	112,5	100/5	Каша молочная манная с сахаром	6,64	131,5
200	Компот из кураги	13,47	114,8	150	Какао на молоке	11,56	88,95
25	Печенье	5,38	112,5	12	Батон	1,3	28,06
31	Хлеб	1,66	70,68			**19,5**	**248,51**
		54	**725,63**				
	Свободная продажа				**ГПД**		
30/50	Сосиска в тесте	**23**		250	Щи из свежей капусты	11,02	89,75
40/50	Котлета в тесте	**21**		50	Котлета из цыпленка	23,3	161
100	Пицца школьная	**35**		120	Макароны отварные	7,43	135
75	Ватрушка с повидлом	**13**		200	Компот из кураги	11,39	114,8
75	Булочка домашняя	**8**		29	Хлеб	1,86	66,12
200	Сок	**23**				**55**	**566,67**

Завсдующая производством Г.Н.Черникова

Столовая МАОУ ИСОШ

Утверждаю

Директор школы Л.В.Ефремова

Меню на 13 сентября 2022 года

вес/ грамм	Завтрак 1-4кл.	цена	каллорийность	вес/ грамм	Завтрак 5-11 кл.	цена	каллорийность
25	Помидоры свежие	1,66	5,5	25	Помидоры свежие	2,41	5,5
65	Биточки из свинины	15,8	236,6	75	Биточки из свинины	26,01	273
120	Каша гречневая рассып.	8,96	195	120	Каша гречневая рассып.	12,4	195
120	Йогурт	26	83,5	200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	5,22	62
25	Печенье	5,38	112,5	25	Вафли	9,41	122,2
28	Хлеб	1,56	63,84	25	Хлеб	1,55	57
		59,36	**696,94**			**57**	**714,7**
	Обед 1-4кл.				**Завтрак ОВЗ**		
250	Суп смакароными издел.	5,2	117	25	Помидоры свежие	2,41	5,5
65	Биточки из свинины	15,8	236,6	65	Биточки из свинины	21,94	236,6
120	Каша гречневая рассып.	8,96	195	100	Каша гречневая рассып.	10,33	162,5
120	Йогурт	26	83,5	200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	5,22	62
13	Печенье	2,28	56,25	25	Хлеб	1,6	57
20	Хлеб	1,12	45,6			**41,5**	**523,6**
		59,36	**733,95**				
	Завтрак ОВЗ				**Полдник ОВЗ**		
				24	Вафли	9,41	77,4
50/125	Жаркое по-домашнему	27,99	295	170	Чай с сахаром	3,09	30
200	Компот из изюма	5,85	122,2			**12,5**	**107,4**
180	Бананы	18,36	172,8		**Завтрак**		
19	Батон	1,8	44,42	80	Каша гречневая	5,09	95,68
		54	**634,42**	100/7,5	Чай с сахаром	1,91	30
						7	**125,68**
	Обед ОВЗ				**Завтрак**		
250	Суп смакароными издел.	5,2	117	31	Помидоры свежие	2,92	6,6
45/125	Жаркое по-домашнему	25,91	265,5	110	Каша гречневая	11,36	178,75
200	Компот из изюма	5,85	122,2	200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	5,22	62
150	Бананы	15,3	144				
18	Батон	1,74	42,08			**19,5**	**247,35**
		54	**690,78**				
	Свободная продажа				**ГПД**		
30/50	Сосиска в тесте	**23**		250	Суп смакароными издел.	7,56	117
40/50	Котлета в тесте	**21**		50/125	Жаркое по-домашнему	36,25	295
70	Булочка домашняя	**8**		200	Компот из изюма	8,7	122,2
100	Пицца школьная	**35**		24	Батон	2,49	56,11
200	Сок	**23**				**55**	**590,61**

Заведующая производством Г.Н.Черникова

Столовая МАОУ ИСОШ

Утверждаю

14 Директор школы _____ Л.В.Ефремова

Меню на 15 сентября 2022 года

вес/ грамм	Завтрак 1-4кл.	цена	каллорийность	вес/ грамм	Завтрак 5-11 кл.	цена	каллорийность
135/122	Запеканка из творога с сгущенным молоком	46,12	373,02	135/10	Оладьи из творога со сгущенным молоком	40,46	360,8
200	Какао на молоке	10,96	118,6	12/23	Бутерброд с сыром	12,72	96,97
13	Печенье	2,28	56,25	200/15	Чай с сахаром	3,82	60
		59,36	**547,87**			**57**	**517,77**
	Обед 1-4кл.				**Завтрак ОВЗ**		
250	Суп картофельный с горох.	6,83	148,25				
110/10	Запеканка из творога с сгущенным молоком	37,71	349,04	125/10	Оладьи из творога со сгущенным молоком	37,68	323,6
200	Какао на молоке	10,96	118,6	200/15	Чай с сахаром	3,82	60
13	Печенье	2,28	56,25			**41,5**	**383,6**
29	Хлеб	1,58	66,12				
		59,36	**738,26**				
	Завтрак ОВЗ				**Полдник ОВЗ**		
25	Помидоры свежие	1,66	5,5	10/15	Бутерброд с сыром	9,63	71,07
75	Котлета "Нежная"	21,96	172,5	150/15	Чай с сахаром	2,87	60
150	Рис отварной	10,22	209,7			**12,5**	**131,07**
200	Кисель из сока	5,27	160		**Завтрак**		
150	Яблоко	13,5	70,5	85	Каша молочная пшенная ~~с маслом~~	5,09	93,08
25	Хлеб	1,39	57	100/7,5	Чай с сахаром	1,91	30
		54	**675,2**			**7**	**123,08**
	Обед ОВЗ				**Завтрак**		
250	Суп картофельный с горох	6,83	148,25	150/5	Каша молочная пшенная с маслом	14,28	197,25
70	Котлета "Нежная"	20,5	161	200/15	Чай с сахаром	3,82	60
100	Рис отварной	6,81	139,8	15	Батон	1,4	30,39
200	Кисель из сока	5,27	160				
150	Яблоко	13,5	70,5			**19,5**	**287,64**
20	Хлеб	1,09	45,6				
		54	**725,15**				
	Свободная продажа				**ГПД**		
35/50	Сосиска в тесте	**23**		250	Суп картофельный с горох	10,33	148,25
40/50	Котлета в тесте	**21**		60	Котлета "Нежная"	24,84	138
100	Пицца школьная	**35**		115	Рис отварной	11,63	160,77
75	Ватрушка с творогом	**17**		200	Кисель из сока	6,76	160
75	Булочка домашняя	**8**		22	Хлеб	1,44	50,16
200	Сок	**23**				**55**	**657,18**

Заведующая производством Г.Н.Черникова

Столовая МАОУ ИСОШ

Утверждаю

Директор школы _____ Л.В.Ефремова

Меню на 15 сентября 2022 года

вес/ грамм	Завтрак 1-4кл.	цена	каллорийность	вес/ грамм	Завтрак 5-11 кл.	цена	каллорийность
55	Салат из свежей капусты	2	33,22	50	Салат из свежей капусты	2,57	30,2
75/5	Котлета рыбная с маслом сливочным	20,75	166,5	75	Котлета рыбная	24,9	133,5
150	Картофельное пюре	8,8	137,25	145	Картофельное пюре	12,37	132,68
220	Компот из изюма	6,46	134,42	200	Напиток из варенья	7,1	106,8
80	Булочка с шокол.начин.	20	300	30	Печенье	8,39	135
24	Хлеб	1,35	54,72	26	Хлеб	1,67	59,28
		59,36	**826,11**			**57**	**597,46**
	Обед 1-4кл.				**Завтрак ОВЗ**		
250	Борщ из свежей капусты	6,81	119,95	50	Салат из свежей капусты	2,57	30,2
75	Котлета рыбная	17,54	133,5	75	Котлета рыбная	24,9	133,5
130	Картофельное пюре	7,63	118,95	100	Картофельное пюре	8,53	91,5
200	Компот из изюма	5,87	122,2	200/15	Чай с сахаром	3,82	60
80	Булочка с шокол.начин.	20	300	26	Хлеб	1,68	59,28
28	Хлеб	1,51	63,84			**41,5**	**374,48**
		59,36	**858,44**				
	Завтрак ОВЗ				**Полдник ОВЗ**		
				30	Печенье	8,39	135
50/50	Гуляш из свинины	25,24	309	150	Напиток из варенья	4,11	80,
110	Каша гречневая	8,22	178,75			**12,5**	**215,1**
200/15/7	Чай с сахаром , лимоном	3,58	62		**Завтрак**		
150	Бананы	15,3	144	12/20	Бутерброд с повидлом	5,09	95,68
31	Хлеб	1,66	70,68	100/7,5	Чай с сахаром	1,91	30
		54	**764,43**			**7**	**125,68**
	Обед ОВЗ				**Завтрак**		
250	Борщ из свежей капусты	6,81	119,95	50	Салат из свежей капусты	2,57	30,2
40/40	Гуляш из свинины	20,19	247,2	120	Картофельное пюре	9,83	109,8
100	Каша гречневая	7,47	162,5	200	Напиток из варенья	7,1	106,8
200/15	Чай с сахаром	2,62	60				
150	Бананы	15,3	144			**19,5**	**246,8**
29	Хлеб	1,61	66,12				
		54	**799,77**				
	Свободная продажа				**ГПД**		
35/50	Сосиска в тесте	**23**		250	Борщ из свежей капусты	9,86	119,95
40/50	Котлета в тесте	**21**		40/40	Гуляш из свинины	29,34	247,2
100	Пицца школьная	**30**		100	Каша гречневая	10,33	162,5
75	Ватрушка с творогом	**14**		200/15	Чай с сахаром	3,82	60
75	Булочка домашняя	**8**		26	Хлеб	1,65	59,28
200	Сок	**23**				**55**	**648,93**

Заведующая производством Г.Н.Черникова

Столовая МАОУ ИСОШ

Утверждаю

Директор школы _____ Л.В.Ефремова

Меню на 16 сентября 2022 года

вес/ грамм	Завтрак 1-4кл.	цена	каллорийность	вес/ грамм	Завтрак 5-11 кл.	цена	каллорий ность
20	Кукуруза консервированая	6,68	14,72	26	Помидоры свежие	2,51	5,72
40/120	Плов "Школьный"	33,41	242,9	30/100	Плов "Школьный"	38,12	182,18
220	Компот из свежих яблок	6,8	126,28	200/15/7	Чай с сахаром,лимоном	5,22	62
75	Ватрушка с творогом	11,18	202	24	Вафли	9,41	122,2
25	Хлеб	1,29	57	28	Хлеб	1,74	63,84
		59,36	**642,9**			**57**	**435,94**
	Обед 1-4кл.				**Завтрак ОВЗ**		
250	Суп картофельный	5,72	114	25/100	Плов "Школьный"	33,29	151,31
40/100	Плов "Школьный"	33,41	242,9	200/15/7	Чай с сахаром,лимоном	5,22	62
200	Компот из свежих яблок	6,18	114,8	20	Помидоры свежие	1,93	4,4
75	Ватрушка с творогом	11,18	202	17	Хлеб	1,06	38,76
17	Батон	1,6	39,75			**41,5**	**256,97**
23	Хлеб	1,27	52,44				
		59,36	**765,89**				
	Завтрак ОВЗ				**Полдник ОВЗ**		
				24	Вафли	9,41	122,4
75	Шницель натур.рубленный	24,8	372	170	Чай с сахаром	3,09	51
150	Макакроны отварные	6,42	168,75			**12,5**	**173,4**
215/15/7	Чай с сахаром,лимоном	3,58	62		**Завтрак**		
200	Яблоко	18	94	80	Каша молочная рисовая	5,09	74
21	Хлеб	1,2	47,88	100/7,5	Чай с сахаром	1,91	30
		54	**744,63**			**7**	**104**
	Обед ОВЗ				**Завтрак**		
250	Суп картофельный	5,72	114	100/5	Каша молочная рисовая с маслом	11,93	125,5
75	Шницель натур.рубленный	24,8	372	200/15/7	Чай с сахаром,лимоном	5,22	62
120	Макакроны отварные	5,14	135	22	Батон	2,35	46,76
215/15/7	Чай с сахаром,лимоном	3,58	62			**19,5**	**2[illegible]26**
150	Яблоко	13,5	70,5				
23	Хлеб	1,26	52,44				
		54	**805,94**				
	Свободная продажа				**ГПД**		
35/50	Сосиска в тесте	**23**		250	Суп картофельный	8,47	114
40/50	Котлета в тесте	**21**		75	Шницель натур.рубленный	34,74	372
100	Пицца школьная	**35**		100	Макакроны отварные	6,19	112,5
75	Ватрушка с повидлом	**13**		200/15	Чай с сахаром	3,82	62
75	Булочка домашняя	**8**		29	Хлеб	1,78	66,14
200	Сок	**23**				**55**	**726,64**

Заведующая производством Г.Н.Черникова

Столовая МАОУ ИСОШ

Утверждаю

Директор школы Л.В.Ефремова

Меню на 19 сентября 2022 года

вес/ грамм	Завтрак 1-4кл.	цена	каллорийность	вес/ грамм	Завтрак 5-11 кл.	цена	каллорийность
20	Помидоры свежие	1,39	4,4	20	Помидоры свежие	2,02	4,4
55	Филе цыпленка запечен.	23,23	142,07	55	Филе цыпленка запечен.	33,73	142,07
100	Макароны отварные	4,28	112,5	110	Макароны отварные	6,81	123,75
220/15	Чай с сахаром, лимоном	3,58	62	200/15	Чай с сахаром	3,82	60
215	Бананы	25,37	206,4	40	Пряники шоколадные	9,26	140
28	Хлеб	1,51	63,84	21	Хлеб	1,38	47,88
		59,36	**591,21**			**55**	**518,1**
	Обед 1-4кл.				**Завтрак ОВЗ**		
250	Щи из свежей капусты	6,32	89,75	20	Помидоры свежие	2,02	4,4
50	Филе цыпленка запечен.	21,12	129,15	45	Филе цыпленка запечен.	27,59	129,15
130	Макароны отварные	5,56	146,25	110	Макароны отварные	6,81	123,75
220/15	Чай с сахаром, лимоном	3,58	62	200/15	Чай с сахаром	3,82	60
210	Бананы	21,42	201,6	20	Хлеб	1,26	45,6
24	Хлеб	1,36	54,72			**41,5**	**362,**
		59,36	**683,47**				
	Завтрак ОВЗ				**Полдник ОВЗ**		
				40	Пряники шоколадные	9,26	140
50/50	Гуляш из свинины	25,24	309	170/15	Чай с сахаром	3,24	60
125	Рис отварной	8,51	174,75			**12,5**	**200**
200	Кисель из сока	5,27	160				
150	Яблоко	13,5	70,5		**Завтрак**		
26	Хлеб	1,48	59,28	80/5	Макароны отварные с сахаром	5,09	127,5
		54	**773,53**	100/7,5	Чай с сахаром	1,91	30
						7	**157,5**
	Обед ОВЗ				**Завтрак**		
250	Щи из свежей капусты	6,32	89,75	40	Помидоры свежие	4,04	8,8
40/40	Гуляш из свинины	20,19	247,2	150	Макароны отварные	9,29	168,75
110	Рис отварной	7,49	139,8	200/15	Чай с сахаром	3,82	60
200	Кисель из сока	5,27	160	22	Батон	2,35	51,44
150	Яблоко	13,5	70,5			**19,5**	**288**
22	Хлеб	1,23	50,16				
		54	**757,41**				
	Свободная продажа				**ГПД**		
33/50	Сосиска в тесте	**21**		250	Щи из свежей капусты	9,2	89,75
40/50	Котлета в тесте	**22**		35/35	Гуляш из свинины	25,67	216,3
100	Пицца школьная	**35**		120	Рис отварной	12,13	167,76
75	Ватрушка с повидлом	**13**		200	Кисель из сока	6,76	160
75	Булочка домашняя	**8**		20	Хлеб	1,24	45,6
200	Сок	**21**				**55**	**679,4**

Заведующая производством Г.Н.Черникова

Столовая МАОУ ИСОШ

Утверждаю

Директор школы Л.В.Ефремова

Меню на20 сентября 2022 года

вес/ грамм	Завтрак 1-4кл.	цена	каллорийность	вес/ грамм	Завтрак 5-11 кл.	цена	каллорий ность
20	Зеленый горошек	4,81	17,76	20	Помидоры свежие	2,02	4,4
80	Котлета "Нежная"	23,38	184	75	Котлета "Нежная"	31,02	172,5
160	Картофельное пюре	8,95	146,4	150	Картофельное пюре	12,58	137,25
200	Компот из кураги	13,47	114,8	200/15/7	Чай с сахаром,лимоном	5,22	62
24	Вафли	7,24	122,4	12	Вафли	4,7	61,2
28	Хлеб	1,51	63,84	23	Хлеб	1,46	52,44
		59,36	**649,2**			**57**	**489,79**
	Обед 1-4кл.				**Завтрак ОВЗ**		
250	Суп с макароными издел.	5,2	117	60	Котлета "Нежная"	24,6	138
80	Котлета "Нежная"	23,38	184	100	Картофельное пюре	8,39	91,5
150	Картофельное пюре	8,39	137,25	200/15/7	Чай с сахаром,лимоном	5,22	62
200	Компот из кураги	13,47	114,8	20	Помидоры свежие	2,02	4,4
24	Вафли	7,24	122,4	20	Хдеб	1,27	45,6
31	Хлеб	1,68	70,68			**41,5**	**341,5**
		59,36	**746,13**				
	Завтрак ОВЗ				**Полдник ОВЗ**		
30	Помидоры свежие	2,08	6,6	24	Вафли	9,41	122,4
50	Филе цыпленка отварное	20,61	187,33	170/15	Чай с сахаром	3,09	60
100	Каша гречневая рассып.	7,47	162,5			**12,5**	**182,4**
200	Напиток из варенья	4,75	106,8		**Завтрак**		
150	Бананы	17,7	144	12/20	Бутерброд с повидлом	5,09	74,68
25	Хлеб	1,39	57	100/7,5	Чай с сахаром	1,91	30
		54	**664,23**			**7**	**104,68**
	Обед ОВЗ				**Завтрак**		
250	Суп с макароными издел.	5,2	117	20	Помидоры свежие	2,02	4,4
50	Филе цыпленка отварное	20,61	187,33	130	Картофельное пюре	10,91	118,95
110	Каша гречневая рассып.	8,22	178,75	200/15/7	Чай с сахаром,лимоном	5,22	62
200	Напиток из варенья	4,75	106,8	21	Хлеб	1,35	47,8
120	Бананы	14,16	115,2			**19,5**	**233,23**
19	Хлеб	1,06	43,32				
		54	**748,4**				
	Свободная продажа				**ГПД**		
35/50	Сосиска в тесте	**23**		250	Суп с макароными издел.	7,56	117
40/50	Котлета в тесте	**21**		45	Филе цыпленка отварное	27	168,6
100	Пицца школьная	**35**		115	Каша гречневая рассып.	11,85	186,83
75	Ватрушка с творогм	**16**		200	Напиток из варенья	7,1	106,8
75	Булочка домашняя	**8**		24	Хлеб	1,49	54,72
200	Сок	**27**				**55**	**634**

Заведующая производством Г.Н.Черникова

Столовая МАОУ ИСОШ

Утверждаю

Директор школы _____ Л.В.Ефремова

Меню на 21 сентября 2022 года

вес/ грамм	Завтрак 1-4кл.	цена	каллорийность	вес/ грамм	Завтрак 5-11 кл.	цена	каллорийность
20	Помидоры свежие	1,39	4,4				
35/35	Гуляш из свинины	17,16	216,3	35/35	Гуляш из свинины	24,91	216,3
120	Рис отварной	7,94	167,76	100	Рис отварной	9,81	139,8
120	Йогурт	26	83,5	200/15	Чай с сахаром	3,82	60
25	Печенье	5,38	112,5	150	Яблоко	17,18	70,5
28	Хлеб	1,49	63,84	21	Хлеб	1,28	47,88
		59,36	**648,3**			**57,00**	**534,48**
	Обед 1-4кл.				**Завтрак ОВЗ**		
250	Суп картофельный с горох.	6,75	148,25	35/35	Гуляш из свинины	24,91	216,3
30/30	Гуляш из свинины	14,71	185,4	120	Рис отварной	11,77	167,76
120	Рис отварной	7,94	167,76	200/15	Чай с сахаром	3,82	60
120	Йогурт	26	83,5	16	Хлеб	1	36,48
[illegible]	Печенье	2,69	56,25			**41,50**	**480,54**
23	Хлеб	1,27	52,44				
		59,36	**693,6**				
	Завтрак ОВЗ				**Полдник ОВЗ**		
20	Помидоры свежие	1,39	4,4				
75	Шницель натур.рублен.	24,8	372	110	Яблоко	12,5	51,7
150	Картофельное пюре	8,39	137,25			**12,5**	**51,7**
200/15	Чай с сахаром	2,62	60		**Завтрак**		
170	Яблоко	15,3	79,9	80	Каша рисовая	5,09	82,16
28	Хлеб	1,5	63,84	100/7,5	Чай с сахаром	1,91	30
		54	**717,39**			**7**	**112,16**
	Обед ОВЗ				**Завтрак**		
250	Суп картофельный с горох.	6,75	148,25	20	Помидоры свежие	2,02	4,4
75	Шницель натур.рублен.	24,8	372	140	Рис отварной	13,66	195,72
100	Картофельное пюре	5,59	91,5	200/15	Чай с сахаром	3,82	60
200/15	Чай с сахаром	2,62	60			**19,5**	**260,12**
145	Яблоко	13,05	68,15				
1	Хлеб	1,19	47,88				
		54	**787,78**				
	Свободная продажа				**ГПД**		
35/50	Сосиска в тесте	**23**		250	Суп картофельный с горох.	10,13	148,25
40/50	Котлета в тесте	**21**		65	Шницель натур.рублен.	30,11	322,4
100	Пицца школьная	**35**		110	Картофельное пюре	9,23	100,65
75	Ватрушка с творогом	**16**		200	Чай с сахаром	3,82	60
75	Булочка домашняя	**8**		28	Хлеб	1,71	63,84
200	Сок	**27**				**55**	**695,14**

Заведующая производством Г.Н.Черникова

Столовая МАОУ ИСОШ

Утверждаю

Директор школы Л.В.Ефремова

Меню на 22 сентября 2022 года

вес/ грамм	Завтрак 1-4кл.	цена	каллорийность	вес/ грамм	Завтрак 5-11 кл.	цена	каллорийность
25	Кукуруза консервированая	9,55	18,4	30	Помидоры свежие	3,03	6,6
75	Биточки из свинины	18,24	273	75	Биточки из свинины	25,19	273
150	Каша гречневая рассып.	10,44	243,75	130	Каша гречневая рассып.	13,43	211,25
200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	3,58	62	200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	5,22	62
180	Яблоко	16,2	84,6	30	Печенье	8,68	150
24	Хлеб	1,35	54,72	23	Хлеб	1,45	52,44
		59,36	**736,47**			**57**	**755,29**
	Обед 1-4кл.				**Завтрак ОВЗ**		
250	Борщ из свежей капусты	6,81	119,95	30	Помидоры свежие	3,03	6,6
75	Биточки из свинины	18,24	273	65	Биточки из свинины	21,83	236,6
150	Каша гречневая рассып.	10,44	243,75	100	Каша гречневая рассып.	10,33	162,5
200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	3,58	62	200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	5,22	62
0	Яблоко	16,2	84,6	18	Хлеб	1,09	41,04
28	Хлеб	1,49	63,84			**41,5**	**508,74**
28	Батон	2,6	65,46				
		59,36	**912,6**				
	Завтрак ОВЗ				**Полдник ОВЗ**		
				30	Печенье	8,68	150
50/125	Жаркое по-домашнему	27,85	383	200/15	Чай с сахаром	3,82	60
200	Напиток из варенья	4,75	106,8			**12,5**	**210**
170	Бананы	20,06	163,2		**Завтрак**		
24	Батон	1,34	54,72	80	Каша гречневая	5,09	77,4
		54	**707,72**	100/7,5	Чай с сахаром	1,91	30
						7	**107,4**
	Обед ОВЗ				**Завтрак**		
250	Борщ из свежей капусты	6,81	119,95	30	Помидоры свежие	3,03	6,6
40/125	Жаркое по-домашнему	23,71	306,4	110	Каша гречневая	11,25	178,75
200	Напиток из варенья	4,75	106,8	200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	5,22	62
150	Бананы	17,7	144				
19	Хлеб	1,03	43,32			**19,5**	**247,95**
		54	**720,47**				
	Свободная продажа				**ГПД**		
35/50	Сосиска в тесте	**23**		250	Борщ из свежей капусты	9,86	119,95
40/50	Котлета в тесте	**21**		45/125	Жаркое по-домашнему	36,5	344,7
70	Булочка домашняя	**8**		200	Напиток из варенья	7,1	106,8
100	Пицца школьная	**35**		23	Хлеб	1,54	52,44
75	Ватрушка с творогом	**16**				**55**	**623,89**
200	Сок	**27**					

Заведующая производством Г.Н.Черникова

Столовая МАОУ ИСОШ

Утверждаю

Директор школы Л.В.Ефремова

Меню на 23 сентября 2022 года

вес/ грамм	Завтрак 1-4кл.	цена	каллорийность	вес/ грамм	Завтрак 5-11 кл.	цена	каллорий ность
50	Салат из свежей капусты	1,82	30,2	50	Салат из свежей капусты	2,57	30,2
55	Филе минтая запеченное	20,6	78,1	55	Филе минтая запеченное	29,84	78,
130	Картофельное пюре	7,27	118,95	120	Картофельное пюре	10,07	109,8
200/15	Чай с сахаром	2,62	60	200/15	Чай с сахаром	3,82	60
220	Бананы	25,96	211,11	24	Вафли	9,41	122,4
20	Хлеб	1,09	45,6	21	Хлеб	1,29	47,88
		59,36	**543,96**			**57**	**448,68**
	Обед 1-4кл.				**Завтрак ОВЗ**		
250	Суп картофельный	5,57	114	25	Салат из свежей капусты	1,29	15,
50	Филе минтая запеченное	18,73	71	45	Филе минтая запеченное	26,64	71
130	Картофельное пюре	7,27	118,95	100	Картофельное пюре	8,39	91,5
200/15	Чай с сахаром	2,62	60	200/15	Чай с сахаром	3,82	60
200	Бананы	23,6	192	21	Хлеб	1,36	47,8
29	Хлеб	1,57	66,12			**41,5**	**285,[illegible]**
		59,36	**622,07**				
	Завтрак ОВЗ				**Полдник ОВЗ**		
20	Кукуруза консервированная	7,64	14,72	24	Вафли	9,41	122,4
75	Котлета из свинины	18,24	273	170/15	Чай с сахаром	3,09	60
150	Каша гречневая	10,44	243,75			**12,5**	**182,4**
200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	3,58	62		**Завтрак**		
58	Зефир	12,79	188,5	12/20	Бутерброд с повидлом	5,09	74,68
24	Хлеб	1,31	54,72	100/7,5	Чай с сахаром	1,91	30
		54	**836,69**			**7**	**104,68**
	Обед ОВЗ				**Завтрак**		
250	Суп картофельный	5,57	114	50	Салат из свежей капусты	2,57	30,2
75	Котлета из свинины	18,24	273	140	Картофельное пюре	11,75	128,2
150	Каша гречневая	10,44	243,75	200/15	Чай с сахаром	3,82	60
200/15/7	Чай с сахаром,лимоном	3,58	62	21	Хлеб	1,36	47,88
58	Зефир	12,79	188,5			**19,5**	**266,28**
24	Хлеб	1,31	54,72				
22	Батон	2,07	51,44				
		54	**987,41**				
	Свободная продажа				**ГПД**		
35/50	Сосиска в тесте	**23**		250	Суп картофельный	8,11	114
40/50	Котлета в тесте	**21**		75	Котлета из свинины	25,19	273
100	Пицца школьная	**35**		115	Каша гречневая	11,88	186,38
75	Ватрушка с повидлом	**13**		200/15	Чай с сахаром	3,82	60
75	Ватрушка с творогом	**16**		15	Печенье	4,34	75
75	Булочка домашняя	**8**		26	Батон	1,66	59,28
200	Сок	**27**				**55**	**768,16**

Заведующая производством Г.Н.Черникова

Столовая МАОУ ИСОШ

Утверждаю

Директор школы Л.В.Ефремова

Меню на 26 сентября 2022 года

вес/ грамм	Завтрак 1-4кл.	цена	каллорийность	вес/ грамм	Завтрак 5-11 кл.	цена	каллорий ность
15	Сыр порционный	9,04	54	20	Помидоры свежие	2,02	4,4
30	Помидоры свежие	2,08	6,6	55	Филе цыпленка отварное	33	206,07
60	Филе цыпленка отварное	24,74	224,8	135	Макароны отварные	8,38	151,83
120	Макороны отварные	5,15	135	200/15	Чай с сахаром	2,92	60
200/15	Чай с сахаром, лимоном	3,58	62	40	Пряники шоколадные	9,26	140
58	Зефир	12,79	188,5	22	Хлеб	1,42	50,16
22	Батон	1,98	51,44				
		59,36	**722,34**			**57,00**	**612,51**
	Обед 1-4кл.				**Завтрак ОВЗ**		
250	Щи из свежей капусты	6,32	89,75				
65	Филе цыпленка отварное	26,81	243,53	50	Филе цыпленка отварное	30,6	187,33
140	Макароны отварные	6,01	157,5	100	Макароны отварные	6,83	123,75
200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	3,58	62	200/15	Чай с сахаром	2,92	60
58	Зефир	12,79	188,5	18	Хлеб	1,15	41,04
25	Батон	2,4	58,45			**41,50**	**412,12**
26	Хлеб	1,45	59,28				
		59,36	**859,01**				
	Завтрак ОВЗ				**Полдник ОВЗ**		
50/50	Свинина тушенная	25,1	305	40	Пряники шоколадные	9,26	140
110	Каша гречневая рассыпчатая	7,66	178,75	180/15/7	Чай с сахаром	3,24	60
200	Кисель из сока	5,27	160			**12,5**	**200**
160	Яблоко	14,4	75,2		**Завтрак**		
29	Хлеб	1,57	66,12	90/5	Макароны отварные с сахар.	5,54	161,25
		54	**785,07**	100/7,5	Чай с сахаром	1,46	30
						7	**191,25**
	Обед ОВЗ				**Завтрак**		
250	Щи из свежей капусты	6,32	89,75	50	Помидоры свежие	5,04	11
40/40	Свинина тушенная	20,08	244	150	Макароны отварные	9,32	168,75
110	Каша гречневая рассыпчатая	7,66	178,75	200/15	Чай с сахаром	2,92	60
200	Кисель из сока	5,27	160	21	Батон	2,22	49,1
150	Яблоко	13,5	70,5			**19,5**	**288,85**
21	Хлеб	1,17	47,88				
		54	**790,88**				
	Свободная продажа				**ГПД**		
35/50	Сосиска в тесте	**23**		250	Щи из свежей капусты	9,2	89,75
40/50	Котлета в тесте	**21**		35/35	Свинина тушенная	24,75	213,5
100	Пицца школьная	**35**		120	Каша гречневая рассыпчатая	12,4	195
75	Ватрушка с повидлом	**13**		200	Кисель из сока	6,76	160
75	Булочка домашняя	**8**		31	Хлеб	1,89	70,68
200	Сок	**27**				**55**	**728,93**

Заведующая производством Г.Н.Черникова

Столовая МАОУ ИСОШ

Утверждаю

Директор школы Л.В.Ефремова

Меню на 27 сентября 2022 года

вес/ грамм	Завтрак 1-4кл.	цена	каллорийность	вес/ грамм	Завтрак 5-11 кл.	цена	каллорий ность
30	Зеленый горошек	8,99	17,76	30	Помидоры свежие	4	6,6
75	Биточки из свинины	18,24	273	75	Биточки из свинины	25,19	273
150	Рис отварной	9,92	209,7	130	Рис отварной	12,75	181,74
200	Компот из кураги	13,47	114,8	200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	4,2	62
24	Вафли	7,24	122,4	24	Вафли	9,41	122,4
28	Хлеб	1,5	63,84	23	Хлеб	1,45	52,44
		59,36	**801,5**			**57**	**698,18**
	Обед 1-4кл.				**Завтрак ОВЗ**		
250	Рассольник домашний	10,6	114,5	15	Помидоры свежие	2	3,3
75	Биточки из свинины	18,24	273	75	Биточки из свинины	25,19	273
130	Рис отварной	8,6	243,75	100	Рис отварной	9,81	139,8
200	Компот из кураги	13,47	114,8	200/15	Чай с сахаром	2,92	60
24	Вафли	7,24	122,4	25	Хлеб	1,58	57
22	Хлеб	1,21	50,16			**41,5**	**533,1**
		59,36	**918,61**				
	Завтрак ОВЗ				**Полдник ОВЗ**		
				24	Вафли	9,41	122,4
50/125	Жаркое по-домашнему	27,85	295	170/15/7	Чай с сахаром	3,09	60
200/15	Чай с сахаром	2,62	60			**12,5**	**182,4**
190	Бананы	22,42	182,4		**Завтрак**		
20	Хлеб	1,11	45,6	80	Каша рисовая	5,54	82,16
		54	**583**	100/7,5	Чай с сахаром	1,46	30
						7	**112,16**
	Обед ОВЗ				**Завтрак**		
250	Рассольник домашний	10,6	114,5	30	Помидоры свежие	4	6,6
30/125	Жаркое по-домашнему	19,57	177	120	Рис отварной	11,3	167,76
200/15	Чай с сахаром	2,62	60	200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	4,2	62
170	Бананы	20,06	163,2			**19,5**	**236,36**
21	Хлеб	1,15	47,88				
		54	**562,58**				
	Свободная продажа				**ГПД**		
35/50	Сосиска в тесте	**23**		250	Рассольник домашний	15,43	114,5
40/50	Котлета в тесте	**21**		40/125	Жаркое по-домашнему	33,61	236
70	Булочка домашняя	**8**		200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	4,2	62
100	Пицца школьная	**35**		28	Хлеб	1,76	63,84
75	Ватрушка с творогом	**16**				**55**	**476,34**
200	Сок	**27**					

Заведующая производством Г.Н.Черникова

Столовая МАОУ ИСОШ

Утверждаю

Директор школы Л.В.Ефремова

Меню на 28 сентября 2022 года

вес/ грамм	Завтрак 1-4кл.	цена	каллорийность	вес/ грамм	Завтрак 5-11 кл.	цена	каллорий ность
50	Салат из свежей капусты	1,82	30,2	50	Салат из свежей капусты	2,57	30,2
55	Филе минтая запеченное	22,47	78,1	50	Филе минтая запеченное	29,6	71
130	Картофельное пюре	6,71	118,95	140	Картофельное пюре	11,75	128,1
200/15	Чай с сахаром	2,62	60	200/15	Чай с сахаром	2,92	60
220	Бананы	24,31	211,11	30	Печенье	8,68	150
26	Хлеб	1,43	59,28	23	Хлеб	1,48	52,44
		59,36	**557,64**			**57**	**491,74**
	Обед 1-4кл.				**Завтрак ОВЗ**		
250	Бощ из свежей капусты	6,81	119,95	40	Салат из свежей капусты	2,06	24,16
50	Филе минтая запеченное	20,43	71	45	Филе минтая запеченное	26,64	71
110	Картофельное пюре	6,15	100,65	100	Картофельное пюре	8,39	91,6
200/15	Чай с сахаром	2,62	60	200/15	Чай с сахаром	2,92	60
200	Бананы	22,1	192	23	Хлеб	1,49	52,4
22	Хлеб	1,25	50,16			**41,5**	**299,1**
		59,36	**593,76**				
	Завтрак ОВЗ				**Полдник ОВЗ**		
40	Помидоры свежие	3,67	8,8	33	Печенье	9,58	165
75	Котлета из свинины	18,24	273	170/15	Чай с сахаром	2,92	60
150	Рис отварной	9,92	209,7			**12,5**	**225**
200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	3,58	62		**Завтрак**		
180	Яблоко	17,1	84,6	12/25	Бутерброд с повидлом	5,54	86,37
28	Хлеб	1,49	63,84	100/7,5	Чай с сахаром	1,46	30
		54	**701,94**			**7**	**116,37**
	Обед ОВЗ				**Завтрак**		
250	Бощ из свежей капусты	6,81	119,95	50	Салат из свежей капусты	2,57	30,2
75	Котлета из свинины	18,24	273	150	Картофельное пюре	12,58	137,25
100	Рис отварной	6,62	139,8	200/15	Чай с сахаром	2,92	60
200/15/7	Чай с сахаром,лимоном	3,58	62	23	Хлеб	1,43	52,44
180	Яблоко	17,1	84,6			**19,5**	**279,89**
31	Хлеб	1,65	70,68				
		54	**750,03**				
	Свободная продажа				**ГПД**		
35/50	Сосиска в тесте	**23**		250	Бощ из свежей капусты	9,86	119,95
40/50	Котлета в тесте	**21**		75	Котлета из свинины	25,19	273
100	Пицца школьная	**35**		115	Рис отварной	13,73	181,74
75	Ватрушка с повидлом	**13**		200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	4,2	62
75	Ватрушка с творогом	**16**		19	Батон	2,02	44,72
75	Булочка домашняя	**8**					
200	Сок	**27**				**55**	**681,41**

Заведующая производством Г.Н.Черникова

Столовая МАОУ ИСОШ

Утверждаю

Директор школы Л.В.Ефремова

Меню на 29 сентября 2022 года

вес/ грамм	Завтрак 1-4кл.	цена	каллорийность	вес/ грамм	Завтрак 5-11 кл.	цена	каллорийность
30	Помидоры свежие	2,75	6,6				
50/50	Гуляш из свинины	24,5	309	50/50	Гуляш из свинины	35,59	309
130	Каша гречневая	9,05	211,25	120	Каша гречневая	12,49	195
200/15/	Чай с сахаром лимоном	3,58	62	200/15	Чай с сахаром	2,92	60
190	Яблоко	18,05	89,3	12	Вафли	4,71	61,2
26	Хлеб	1,43	59,28	21	Хлеб	1,29	47,88
		59,36	**737,43**			**57,00**	**673,08**
	Обед 1-4кл.				**Завтрак ОВЗ**		
250	Суп картофельный	5,57	114	35/35	Гуляш из свинины	24,91	216,3
50/50	Гуляш из свинины	24,5	309	120	Каша гречневая	12,49	195
120	Каша гречневая	8,35	195	200/15	Чай с сахаром	2,92	60
200/15/	Чай с сахаром лимоном	3,58	62	19	Хлеб	1,18	43,32
170	Яблоко	16,15	79,9			**41,50**	**514,62**
22	Хлеб	1,21	50,16				
		59,36	**810,06**				
	Завтрак ОВЗ				**Полдник ОВЗ**		
25	Помидоры свежие	2,3	5,5	25	Вафли	9,58	122,4
75	Филе цыпленка запеченое	31,68	193,73	200/15	Чай с сахаром	2,92	60
140	Макароны отварные	6,01	157,5			**12,5**	**182,4**
200	Компот из изюма	7,27	122,2		**Завтрак**		
25	Печенье	5,42	112,5	80	Каша гречневая	5,54	77,4
24	Хлеб	1,32	54,72	100/7,5	Чай с сахаром	1,46	30
		54	**646,15**			**7**	**107,4**
	Обед ОВЗ				**Завтрак**		
250	Суп картофельный	5,57	114	25	Помидоры свежие	3,34	5,5
70	Филе цыпленка запеченое	29,57	180,81	130	Каша гречневая	13,24	211,25
110	Макароны отварные	4,72	123,75	200/15	Чай с сахаром	2,92	60
200	Компот из изюма	7,27	122,2			**19,5**	**276,75**
25	Печенье	5,42	112,5				
26	Хлеб	1,45	59,28				
		54	**712,54**				
	Свободная продажа				**ГПД**		
35/50	Сосиска в тесте	**23**		250	Суп картофельный	8,11	114
40/50	Котлета в тесте	**21**		50	Филе цыпленка запеченое	30,66	129,15
100	Пицца школьная	**35**		100	Макароны отварные	6,21	112,5
75	Ватрушка с творогом	**16**		200	Компот из изюма	8,41	122,2
75	Булочка домашняя	**8**		25	Хлеб	1,61	57
200	Сок	**27**				**55**	**54,85**

Заведующая производством Г.Н.Черникова

Столовая МАОУ ИСОШ

Утверждаю

Директор школы Л.В.Ефремова

Меню на 30 сентября 2022 года

вес/ грамм	Завтрак 1-4кл.	цена	каллорийность	вес/ грамм	Завтрак 5-11 кл.	цена	каллорийность
50	Салат из свеклы отварной	1,98	46,4	40	Салат из свеклы отварной	2,22	37,12
80/5	Шницель из цыпленка с маслом	29,37	290,6	75	Шницель из цыпленка	34,95	241,5
135	Рис отварной	8,94	188,73	100	Рис отварной	9,81	139,8
200	Напиток из варенья	4,75	106,8	200/15/7	Чай с сахаром. лимоном	4,2	62
58	Зефир	12,96	188,5	13	Печенье	4,34	75
24	Хлеб	1,36	54,72	23	Хлеб	1,48	52,44
		59,36	**875,75**			**57**	**607,86**
	Обед 1-4кл.				**Завтрак ОВЗ**		
250	Суп картофельный с горох.	6,75	148,25	25	Салат из свеклы отварной	1,39	21,2
75	Шницель из цыпленка	24,53	241,5	55	Шницель из цыпленка	25,63	177,1
135	Рис отварной	8,94	188,73	120	Рис отварной	11,56	167,76
200	Напиток из варенья	4,75	106,8	200/15	Чай с сахаром	2,92	60
58	Зефир	12,96	188,5				
26	Хлеб	1,43	59,28			**41,5**	**428,06**
		59,36	**933,06**				
	Завтрак ОВЗ				**Полдник ОВЗ**		
				30	Печенье	8,68	150
45/45	Гуляш из свинины	22,05	309	180/15/7	Чай с сахаром, лимоном	3,82	62
145	Картофельное пюре	8,11	132,68			**12,5**	**212**
200/15	Чай с сахаром	2,62	60		**Завтрак**		
190	Бананы	19,86	182,4	80	Каша рисовая	5,54	82,16
24	Хлеб	1,36	54,72	100/7,5	Чай с сахаром	1,46	30
		54	**738,8**			**7**	**112,16**
	Обед ОВЗ				**Завтрак**		
250	Суп картофельный с горох	6,75	148,25	40	Салат из свеклы отварной	2,22	37,12
30/30	Гуляш из свинины	14,7	185,4	135	Рис отварной	13,08	188,73
150	Картофельное пюре	8,39	137,25	200/15/7	Чай с сахаром, лимоном	4,2	62
200/15	Чай с сахаром	2,62	60				
190	Бананы	19,86	182,4			**19,5**	**287,85**
31	Хлеб	1,68	70,68				
		54	**783,98**				
	Свободная продажа				**ГПД**		
35/50	Сосиска в тесте	**23**		250	Суп картофельный с горох	10,13	148,25
40/50	Котлета в тесте	**21**		40/40	Гуляш из свинины	28,47	247,2
100	Пицца школьная	**35**		140	Картофельное пюре	11,75	128,
75	Ватрушка с повидлом	**13**		200/15	Чай с сахаром	2,92	60
75	Булочка домашняя	**8**		28	Хлеб	1,73	63,84
200	Сок	27				**55**	**647,39**

Заведующая производством Г.Н.Черникова