

Утверждаю:

Директор:



МБОУ ШКОЛА № 97

МЕНЮ на "10" марта 2025г

(1 день примерного меню)

Наименование	Вес блюда	Сумма
Завтрак с 7 до 11 лет		
Каша рисовая (или манная) молочная жидкая	200г	
Бутерброд с маслом и сыром	50/8/14г	
Какао с молоком	200г	
Хлеб ржаной	30г	
Итого за завтрак с 7 до 11 лет		87.10
Обед с 7 до 11 лет		
Салат из кукурузы	60г	
Суп картофельный гороховый, с мясом	200г	
Гуляш	100г	
Каша гречневая рассыпчатая	150г	
Чай с сахаром и лимоном	200г	
Хлеб пшеничный	40г	
Хлеб ржаной	30г	
Итого за обед с 7 до 11 лет		130.67
Полдник с 7 до 11 лет		
Кисель из свежих ягод	200г	
Сушки, бублики , баранки и др.	100г	
Итого за полдник с 7 до 11 лет		65.33
Завтрак с 12 лет и старше		
Каша рисовая (или манная) молочная жидкая	250г	
Бутерброд с маслом и сыром	50/10/17г	
Какао с молоком	200г	
Хлеб ржаной	30г	
Итого за завтрак с 12 лет и старше		101.28
Обед с 12 лет и старше		
Салат из кукурузы	100г	
Суп картофельный гороховый, с мясом	250г	
Гуляш	120г	
Каша гречневая рассыпчатая	180г	
Чай с сахаром и лимоном	200г	
Хлеб пшеничный	65г	
Хлеб ржаной	60г	
Итого за обед с 12 лет и старше		151.9
Полдник с 12 лет и старше		
Кисель из свежих ягод	200г	
Сушки, бублики , баранки и др.	150г	
Итого за полдник с 12 лет и старше		75.95

Зав.производством:

Утверждаю:

Директор:



МБОУ ШКОЛА № 97

МЕНЮ на "11" марта 2025г

(2 день примерного меню)

Наименование	Вес блюда	Сумма
Завтрак с 7 до 11 лет		
Плов из мяса	200г	
Батон	50г	
Чай с сахаром	200г	
Хлеб пшеничный	40г	
Итого за завтрак с 7 до 11 лет		87.10
Обед с 7 до 11 лет		
Икра морковная	60г	
Суп картофельный с макарон. изделиями, с мясом	200г	
Котлета куриная	100г	
Картофель отварной	150г	
Компот из вишни	200г	
Хлеб пшеничный	40г	
Хлеб ржаной	30г	
Итого за обед с 7 до 11 лет		130.67
Полдник с 7 до 11 лет		
Компот из сухофруктов	200г	
Кондитерск. изделия (вафли, пряники, печенье и др.)	25г	
Фрукты свежие	240г	
Итого за полдник с 7 до 11 лет		65.33
Завтрак с 12 лет и старше		
Плов из мяса	250г	
Батон	50г	
Чай с сахаром	200г	
Хлеб пшеничный	40г	
Итого за завтрак с 12 лет и старше		101.28
Обед с 12 лет и старше		
Икра морковная	100г	
Суп картофельный с макарон. изделиями, с мясом	250г	
Котлета куриная	120г	
Картофель отварной	180г	
Компот из вишни	200г	
Хлеб пшеничный	65г	
Хлеб ржаной	60г	
Итого за обед с 12 лет и старше		151.9
Полдник с 12 лет и старше		
Компот из сухофруктов	200г	
Кондитерск. изделия (вафли, пряники, печенье и др.)	40г	
Фрукты свежие	240г	
Итого за полдник с 12 лет и старше		75.95

Зав. производством:

Утверждаю:

Директор:



МБОУ ШКОЛА № 97

МЕНЮ на "12" марта 2025г

(3 день примерного меню)

Наименование	Вес блюда	Сумма
Завтрак с 7 до 11 лет		
Омлет натуральный	200г	
Чай с сахаром и лимоном	200г	
Батон	50г	
Хлеб ржаной	30г	
Итого за завтрак с 7 до 11 лет		87.10
Обед с 7 до 11 лет		
Салат из свеклы отварной	60г	
Суп с рыбными консервами	200г	
Птица тушеная	100г	
Макаронные изделия отварные	150г	
Напиток из плодов шиповника	200г	
Хлеб пшеничный	40г	
Хлеб ржаной	30г	
Итого за обед с 7 до 11 лет		130.67
Полдник с 7 до 11 лет		
Кисломолочн.продукт (бифидок, ряженка, снежок)	200г	
Слойка с повидлом	100г	
Итого за полдник с 7 до 11 лет		65.33
Завтрак с 12 лет и старше		
Омлет натуральный	250г	
Чай с сахаром и лимоном	200г	
Батон	50г	
Хлеб ржаной	40г	
Итого за завтрак с 12 лет и старше		101.28
Обед с 12 лет и старше		
Салат из свеклы отварной	100г	
Суп с рыбными консервами	250г	
Птица тушеная	120г	
Макаронные изделия отварные	180г	
Напиток из плодов шиповника	200г	
Хлеб пшеничный	65г	
Хлеб ржаной	60г	
Итого за обед с 12 лет и старше		151.9
Полдник с 12 лет и старше		
Кисломолочн.продукт (бифидок, ряженка, снежок)	200г	
Слойка с повидлом	100г	
Итого за полдник с 12 лет и старше		75.95

Зав.производством:

Утверждаю:

Директор:

МБОУ ШКОЛА № 97



МЕНЮ на "13" марта 2025г

(4 день примерного меню)

Наименование	Вес блюда	Сумма
Завтрак с 7 до 11 лет	гр	
Каша рисовая (или Дружба) молочная жидкая	200г	
Какао с молоком	200г	
Бутерброд с маслом	50/8г	
Хлеб ржаной	30г	
Итого за завтрак с 7 до 11 лет		87.10
Обед с 7 до 11 лет		
Салат из зеленого горошка	60г	
Борщ с капустой и с картоф. со сметаной, с мясом	200г	
Котлеты или биточки рыбные	100г	
Рис отварной	150г	
Напиток лимонный	200г	
Хлеб пшеничный	40г	
Хлеб ржаной	30г	
Итого за обед с 7 до 11 лет		130.67
Полдник с 7 до 11 лет		
Компот из сухофруктов	200г	
Кондитерск. Изделия (вафли, пряники, печенье)	100г	
Итого за полдник с 7 до 11 лет		65.33
Завтрак с 12 лет и старше		
Каша рисовая (или Дружба) молочная жидкая	250г	
Какао с молоком	200г	
Бутерброд с маслом	50/10г	
Хлеб ржаной	30г	
Итого за завтрак с 12 лет и старше		101.28
Обед с 12 лет и старше		
Салат из зеленого горошка	100г	
Борщ с капустой и с картоф. со сметаной, с мясом	250г	
Котлеты или биточки рыбные	120г	
Рис отварной	180г	
Напиток лимонный	200г	
Хлеб пшеничный	65г	
Хлеб ржаной	60г	
Итого за обед с 12 лет и старше		151.9
Полдник с 12 лет и старше		
Компот из сухофруктов	200г	
Кондитерск. Изделия (вафли, пряники, печенье)	150г	
Итого за полдник с 12 лет и старше		75.95

Зав.производством:

Утверждаю:

Директор:

МБОУ ШКОЛА № 97



МЕНЮ на "14" марта 2025г

(5 день примерного меню)

Наименование	Вес блюда	Сумма
Завтрак с 7 до 11 лет		
Запеканка из творога с молоком сгущенным	170/30г	
Чай с молоком	200г	
Бутерброд с маслом и сыром	50/8/14г	
Хлеб ржаной	30г	
Итого за завтрак с 7 до 11 лет		87.10
Обед с 7 до 11 лет		
Маринад овощной	60г	
Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом	200г	
Котлеты, биточки, шницели	100г	
Каша гречневая рассыпчатая	150г	
Напиток из свежих фруктов	200г	
Хлеб пшеничный	40г	
Хлеб ржаной	30г	
Итого за обед с 7 до 11 лет		130.67
Полдник с 7 до 11 лет		
Фрукты свежие	240г	
Компот из вишни	200г	
Пирожок печен.из сдобн.теста с яблочн. Фаршем	50г	
Итого за полдник с 7 до 11 лет		65.33
Завтрак с 12 лет и старше		
Запеканка из творога с молоком сгущенным	200/50г	
Чай с молоком	200г	
Бутерброд с маслом и сыром	50/10/17г	
Хлеб ржаной	60г	
Итого за завтрак с 12 лет и старше		101.28
Обед с 12 лет и старше		
Маринад овощной	100г	
Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом	250г	
Котлеты, биточки, шницели	120г	
Каша гречневая рассыпчатая	180г	
Напиток из свежих фруктов	200г	
Хлеб пшеничный	65г	
Хлеб ржаной	60г	
Итого за обед с 12 лет и старше		151.9
Полдник с 12 лет и старше		
Фрукты свежие	240г	
Компот из вишни	200г	
Пирожок печен.из сдобн.теста с яблочн. Фаршем	50г	
Итого за полдник с 12 лет и старше		75.95

Зав.производством: