

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 | | |
| Каша рисовая (или Дружба) молочная жидкая | гр | |
| Какао с молоком | 200г | |
| Бутерброд с маслом | 200г | |
| Хлеб ржаной | 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: