



Директор МБОУ Илекская СОШ № 2
Телицина Т.Ю./ФИО
М.П.

Ежедневное меню для обучающихся 7-11 лет

Дата: 11.01.2024г. 3 день

Сезон:осенне-зимний

Неделя: первая

День: четверг

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	калорийность
Завтрак	Сыр-нарезка	15	53,7
	Каша молочная кукурузная	200	207,8
	Фрукт-груша	120	54,6
	Кофейный напиток	200	86
	Хлеб ржано-пшенич.	20	39,1
	Хлеб пшеничный	30	70,3
Обед	Перец св-нарезка	60	15,4
	Суп с макаронными изделием	200	119,6
	Каша перловая	150	187,10
	Оладьи из печени	90	210,9
	Компот из кураги	200	66,9
	Хлеб пшеничный	60	140,6
	Хлеб ржаной	30	51,20

Ответственный по питанию _____ /ФИО



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ Илекская СОШ № 2
А. Селиванова /ФИО
М.П.

Ежедневное меню для обучающихся 7-11 лет

Дата: 15.01.2024г. 5 день.

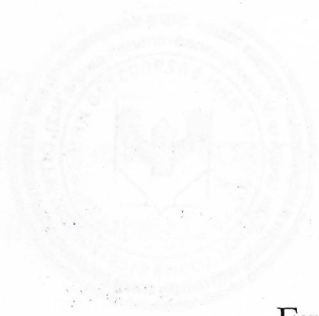
Сезон: осенне-зимний

Неделя: вторая

День: понедельник

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	калорийность
Завтрак	Каша молочная ячневая	200	249
	Фрукт-яблоко	230	102,1
	Какао с молоком	200	100,4
	Хлеб пшеничный	30	70,3
	Хлеб ржано-пшеничный	20	39,1
Обед	Свекла отварная дольками	60	25,2
	Щи из св.капусты со сметаной	200	92,2
	Макароны отварные	150	196,8
	Бефстроганов из отварной говядины	90	188,3
	Чай с сахаром	200	35,5
	Хлеб пшеничный	60	140,6
	Хлеб ржаной	30	51,2

Ответственный по питанию *М. Зуб* /ФИО



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ Илекская СОШ № 2
Телицина В.Ю./ФИО
М.П.

Ежедневное меню для обучающихся 7-11 лет

Дата: 16.01.2024г. 6 день.

Сезон: осенне-зимний

Неделя: вторая

День: вторник

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	калорийность
Завтрак	Сыр в нарезке	20	71,7
	Капа молочная овсяная	200	192,7
	Фрукты –мандарин	120	42
	Чай с сахаром	200	26,8
	Хлеб пшеничный	45	105,5
	Хлеб ржано-пшеничный	25	48,9
Обед	Салат из св. капусты с морковью	60	81,5
	Рассольник-Ленинградский	200	125,5
	Плов из отварной говядины	200	348,2
	Компот из кураги	200	66,9
	Хлеб пшеничный	30	70,3
	Хлеб ржаной	15	25,6

Ответственный по питанию _____ /ФИО



Директор МБОУ Иттекская СОШ № 2
Телипина И.Ю /ФИО
М.П.

Ежедневное меню для обучающихся 7-11 лет

Дата: 17.01.2024г. 7 день

Сезон: осенне-зимний

День: среда

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	калорийность
Завтрак	Овощи в нарезке-помидор	30	6,4
	Горошница	150	204,8
	Биточек из курицы	80	134,9
	Какао с молоком	200	100,4
	Хлеб ржано-пшеничный	20	39,1
	Хлеб пшеничный	30	70,3
Обед	Овощи в нарезке-огурец	60	6,3
	Суп крестьянский	200	115,6
	Картофель отварной	150	173,7
	Рыба запеченная в сметанном соусе	100	295,6
	Компот из смеси сухофруктов	200	81
	Хлеб пшеничный	60	140,6
	Хлеб ржаной	30	51,2

Ответственный по питанию И.Ю. Телипина /ФИО



Директор МБОУ Илевская СОШ № 2

_____ /ФИО
М.П.

Ежедневное меню для обучающихся 7-11 лет

Дата: 18.01.2024г.

8 день

Сезон:осенне-зимний

Неделя: вторая

День: четверг

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	калорийность
Завтрак	Каша молочная ячневая	200	249
	Фрукт-яблоко	270	119,9
	Кофейный напиток с молоком	200	86
	Хлеб пшеничный	30	70,3
	Хлеб ржано-пшеничный	20	39,1
Обед	Морковь отварная дольками	60	37,6
	Борщ со сметаной	200	110,4
	Макароны отварные	150	196,8
	Шницель из говядины	90	265,7
	Соус белый основной	20	12,5
	Компот из св яблок с лимоном	200	41,6
	Хлеб пшеничный	30	70,3
	Хлеб ржаной	15	25,6

Ответственный по питанию _____ /ФИО



Директор МБОУ Илекский СОШ № 2
Телкина Н.Ю /ФИО
М.П.

Ежедневное меню для обучающихся 7-11 лет

Дата: 19.01.2024г.

9 день

Сезон: осенне-зимний

Неделя: вторая

День: пятница

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	калорийность
Завтрак	Кукуруза сахарная	30	15,7
	Каша гречневая	150	233,7
	Курица тушеная с морковью	100	126,4
	Чай с лимоном и сах	215	30
	Хлеб пшеничный	30	70,3
	Хлеб ржано-пшеничный	20	39,1
Обед	Свекла отварная дольками	60	25,2
	Суп фасолевый	200	125,9
	Картофельное пюре	150	139,4
	Печень говяжья по-строгановски	90	212,8
	Компот из чернослива	200	81,3
	Хлеб пшеничный	40	93,8
	Хлеб ржаной	30	51,2

Ответственный по питанию Л.Васильева /ФИО

УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ Илекская СОШ № 2
 Телицина Н.Ю. /ФИО
 М.П.



Ежедневное меню для обучающихся 7-11 лет

Дата: 22.01.2024г.

10 день

Сезон: осенне-зимний

Неделя: третья

День: понедельник

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	калорийность
Завтрак	Каша кукурузная	200	207,8
	Фрукт-груша	150	68,3
	Какао с молоком	200	100,4
	Хлеб ржано-пшеничный	20	39,1
	Хлеб пшеничный	30	70,3
Обед	Овощи в нарезке-помидор	60	12,8
	Рассольник Ленинградский	200	125,5
	Каша перловая	150	187,1
	Фрикадельки из говядины	90	172
	Соус красный основной	20	14,1
	Компот из сухофруктов	200	35,5
	Хлеб пшеничный	60	140,6
	Хлеб ржаной	30	51,2

Ответственный по питанию _____ /ФИО