

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ Илекская СОШ № 2

 Телицина Н.Ю /ФИО

М.П.

Ежедневное меню для обучающихся 7-11 лет

Дата: 03.03.2025г.

1 день

Сезон: весенне-летний

Неделя: первая

День: понедельник

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	калорийность	
Завтрак	Фрукт(мандарин)	120	42	
	Каша жидкая молочная пшеничная	200	274,9	
	Чай с сахаром	200	26,8	
	Хлеб пшеничный	40	93,8	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	39,1	
Обед	Овощи в нарезке(помидор)	60	12,8	
	Рассольник домашний	200	116,10	
	Картофель отварной в молоке	150	173,7	
	Тефтели из говядины	90	199,7	
	Соус белый основной	20	12,5	
	Компот из чернослива	200	81,3	
	Хлеб пшеничный	60	140,28	
	Хлеб ржаной	30	51,2	

Ответственный по питанию



/ФИО

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

Ежедневное меню для обучающихся 7-11 лет

Дата: 04.03.2025г.


2 день

Сезон: весенне-летний

Неделя: первая

День: вторник

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	калорийность
Завтрак	Овощи в нарезке(огурец)	60	2,1
	Картофельное пюре	150	139,4
	Курица отварная	150	123,8
	Какао с молоком	200	100,4
	Хлеб ржано-пшеничный	20	39,1
	Хлеб пшеничный	30	70,3
Обед	Кукуруза сахарная	60	74,3
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	110,4
	Рис отварной	150	203,5
	Котлета рыбная	100	112,3
	Соус молочный	20	23,8
	Компот из яблок	200	29,3
	Хлеб пшеничный	60	140,28
	Хлеб ржаной	30	51,2

ответственный по питанию  /ФИО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ Илекская СОШ № 2

Телицина Н.Ю /ФИО

М.П.

Ежедневное меню для обучающихся 7-11 лет

Дата: 05.03.2025г. 3 день

Сезон: весенне-летний

Неделя: первая

День: среда

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	калорийность
Завтрак	Сыр в нарезке	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	Овощи в нарезке(перец)	60	15,4
	Суп с макаронными изделиями	200	119,6
	Каша перловая	150	187,10
	Оладьи из печени по-кунцевски	90	210,9
	Компот из кураги	200	66,9
	Хлеб пшеничный	60	140,6
	Хлеб ржаной	30	51,20

Ответственный по питанию М.В. Сид /ФИО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ Илекская СОШ № 2

Телицина Н.Ю /ФИО

М.П.

Ежедневное меню для обучающихся 7-11 лет

Дата :06.03.2025г.

4 день

Сезон: весенне-летний

Неделя: первая

День: четверг

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	калорийность
Завтрак	Морковь отварная дольками	60	12,5
	Рис припущенный в томатом	150	200,1
	Биточек из говядины	90	236,2
	Чай с лимоном и сахаром	200	27,9
	Хлеб пшеничный	30	70,3
	Хлеб ржано-пшеничный	20	39,1
Обед	Овощи в нарезке(помидор)	60	12,8
	Суп гороховый	200	133,1
	Картофель отварной в молоке	150	173,7
	Котлета рыбная с морковью(минтай)	100	109,7
	Соус белый основной	20	12,5
	Компот из смеси сухофруктов	200	81
	Хлеб ржаной	30	51,2
	Хлеб пшеничный	60	140,6

Ответственный по питанию _____ /ФИО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ Илекская СОШ № 2

 Телицина Н.Ю /ФИО

М.П.



Ежедневное меню для обучающихся 7-11 лет

Дата: 07.03.2025г.

5 день.

Сезон: весенне-летний

Неделя: первая

День: пятница

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
	Компот из сухофруктов	200	35,5
	Хлеб пшеничный	60	140,6
	Хлеб ржаной	30	51,2

Ответственный по питанию  /ФИО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ Илекская СОШ № 2



Телицина Н.Ю /ФИО

М.П.

Ежедневное меню для обучающихся 7-11 лет

Дата: 11.03.2025г. 7 день

Сезон: весенне-летний

День: вторник

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	калорийность
Завтрак	Овощи в нарезке(помидор)	60	6,4
	Горошница	150	204,8
	Биточек из курицы	90	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 с крупой	200	115,6
	Картофель отварной в молоке	150	173,7
	Рыба, запеченная в сметанном соусе(минтай)	100	295,6
	Компот из смеси сухофруктов	200	81
	Хлеб пшеничный	60	140,6
	Хлеб ржаной	30	51,2

Ответственный по питанию М.Зел /ФИ

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ Илекская СОШ № 2

 Телицина Н.Ю /ФИО

М.П.

Ежедневное меню для обучающихся 7-11 лет

Дата: 12.03.2025г. 8 день

Сезон: весенне-летний

Неделя: вторая

День: среда

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	калорийность
Завтрак	Капша 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	200	41,6
	Хлеб пшеничный	30	70,3
	Хлеб ржаной	15	25,6

Ответственный по питанию  /ФИО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ Илекская СОШ № 2

Телицина Н.Ю /ФИО

М.П.

Ежедневное меню для обучающихся 7-11 лет

Дата: 14.03.2025г.

10 день

Сезон: весенне-летний

Неделя: вторая

День: пятница

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	калорийность
Завтрак	Каша жидкая молочная 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