

МЕНЮ

Столовая Васильевской СОШ № 3

на 01 Марта 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1

Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов

Биточки рыбные с соусом красным основным, 80/20	100	10.08	5.52	13.15	146
Пюре картофельное	160	3.3	5.82	19.48	155
Напиток апельсиновый с печеньем формовым, 200/11/1шт. (К кофе)	211	0.98	2.02	24.23	117
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75
Итого по меню Комплекс №1	64-19	17	14	71	493

Меню: Комплекс №2

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов

Плов из филе цыплят со свежим огурцом порционно, 60/190/20	270	18.46	17.56	53.94	428
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Хлеб белый	033	2.6	0.26	16.76	79.2
Рулет с маком	050	3.69	7.34	25.42	183
Итого по меню Комплекс №2	75-80	25	25	106	728

Меню: Комплекс №4

Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей

Биточки рыбные с соусом красным основным, 80/20	100	10.08	5.52	13.15	146
Пюре картофельное	160	3.29	5.82	19.48	155.29
Напиток апельсиновый	200	0.18	0.04	16.59	65
Батон	027	1.94	0.66	12.99	67.5
Рулет с маком	050	3.7	7.34	25.43	182
Итого по меню Комплекс №4	67-63	19	19	88	616

Меню: Комплекс №5

Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)

Каша овсяная вязкая	120	3.17	5.24	14.24	118
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	020	1.44	0.49	9.62	50
Итого по меню Комплекс №5	8-80	5	6	34	206

Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБ

Завтрак

Биточки рыбные с соусом красным основным, 80/20	100	10.08	5.52	13.15	146
Пюре картофельное	160	3.3	5.82	19.48	155
Напиток апельсиновый с печеньем формовым, 200/11/1шт. (К кофе)	211	0.98	2.02	24.23	117
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75

Обед

Суп картофельный "Гречишное зернышко" с зеленью, 250/2	252	2.32	2.85	19.22	104
Чай с сахаром и лимоном, 200/7	207	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб белый	037	2.92	0.3	18.8	90
Сосиска в тесте	027/50	6.79	8.37	27.11	212
Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ	101-38	29	26	152	958

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____

МЕНЮ**Столовая Васильевской СОШ №3**

на 02 Марта 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1**Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов**

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	12.28	10.72	11.69	205
Каша гречневая вязкая	170	5.11	6.27	25.09	179
Чай с сахаром и пряником 200/40/1 шт. (Северные)	240	2.4	2.05	46.21	209
Хлеб белый	037	2.92	0.3	18.8	90
Итого по меню Комплекс №1	64-19	23	19	102	683

Меню: Комплекс №2**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов**

Салат из квашеной капусты	100	1.6	5.07	7.68	83
Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	12.28	10.72	11.69	205
Рис отварной	180	4.4	7.26	40.77	256
Напиток витаминный	200	0	0	0	78
Хлеб цельнозерновой ржаной	030	2.13	0.36	15.3	66
Итого по меню Комплекс №2	75-80	20	23	75	688

Меню: Комплекс №4**Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей**

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	12.28	10.72	11.69	205
Каша гречневая вязкая	160	4.81	5.9	23.61	169
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	043	3.1	1.05	20.69	108
Булочка "Творожная"	050	5.83	4.35	24.32	162
Итого по меню Комплекс №4	67-63	26	22	95	701

Меню: Комплекс №5**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)**

Каша пшеничная вязкая	120	3.3	4.43	19.04	131
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	020	1.44	0.49	9.62	50
Итого по меню Комплекс №5	8-80	5	5	39	219

Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБ**Завтрак**

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	12.28	10.72	11.69	205
Каша гречневая вязкая	170	5.11	6.27	25.09	179
Чай с сахаром и пряником 200/40/1 шт. (Северные)	240	2.4	2.05	46.21	209
Хлеб белый	037	2.92	0.3	18.8	90

Обед

Рассольник ленинградский со сметаной /крупа рисовая/	250	2.13	5.69	20.17	131
Напиток из шиповника с апельсином	200	0.25	0.07	16.71	66
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
Булочка "Творожная"	055	6.4	4.79	26.74	178
Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ	101-38	34	30	181	1131

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____

МЕНЮ**Столовая Васильевской СОШ №3
на 03 Марта 2023 г.**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1**Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов**

Свекла отварная порционно	060	0.65	0.05	4.53	18
Цыплята запеченные (голень)	110	27.46	21.54	1.1	334
Макаронные изделия отварные	150	5.21	4.79	31.93	187
Чай с сахаром и лимоном, 200/7	207	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб белый	038	3	0.3	19.3	92
Итого по меню Комплекс №1	64-19	37	27	72	690

Меню: Комплекс №2**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов**

Гуляш из филе индейки, 50/50	100	16.56	4.84	3.37	127
Каша гречневая вязкая	185	5.56	6.82	27.29	194
Напиток из шиповника с апельсином с кондитерскими изделиями, 200/20/21/по 1 шт. (Вафли Белёк и Конфета Цитрон)	241	1.88	6.06	42.76	249
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
Итого по меню Комплекс №2	75-80	26	18	89	643

Меню: Комплекс №4**Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей**

Цыплята запеченные (голень)	110	27.46	21.54	1.1	334
Макаронные изделия отварные	160	5.56	5.12	34.06	200
Чай с сахаром и лимоном, 200/7	207	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб цельнозерновой ржаной	030	2.13	0.36	15.3	66
Булочка российская	060	4.09	5	33.53	196
Итого по меню Комплекс №4	67-63	39	32	99	855

Меню: Комплекс №5**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)**

Каша ячневая вязкая	130	2.77	4.12	17.95	118
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	025	1.8	0.61	12.02	62
Итого по меню Комплекс №5	8-80	5	5	40	218

Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБ**Завтрак**

Свекла отварная порционно	060	0.65	0.05	4.53	18
Цыплята запеченные (голень)	110	27.46	21.54	1.1	334
Макаронные изделия отварные	150	5.21	4.79	31.93	187
Чай с сахаром и лимоном, 200/7	207	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб белый	038	3	0.3	19.3	92

Обед

Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2.62	2.75	16.88	121
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб цельнозерновой ржаной	026	1.85	0.31	13.26	57
Треугольник с фаршем	070	6.04	7.93	18.96	175
Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ	101-38	47	38	136	1100

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____

МЕНЮ

Столовая Васильевской СОШ №3
на 02 Марта 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1**Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов**

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	12.28	10.72	11.69	205
Каша гречневая вязкая	170	5.11	6.27	25.09	179
Чай с сахаром и пряником 200/40/1 шт. (Северные)	240	2.4	2.05	46.21	209
Хлеб белый	037	2.92	0.3	18.8	90
Итого по меню Комплекс №1	64-19	23	19	102	683

Меню: Комплекс №2**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов**

Салат из квашеной капусты	100	1.6	5.07	7.68	83
Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	12.28	10.72	11.69	205
Рис отварной	180	4.4	7.26	40.77	256
Напиток витаминный	200	0	0	0	78
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	66
Итого по меню Комплекс №2	75-80	20	23	75	688

Меню: Комплекс №4**Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей**

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	12.28	10.72	11.69	205
Каша гречневая вязкая	160	4.81	5.9	23.61	169
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	043	3.1	1.05	20.69	108
Булочка "Творожная"	050	5.83	4.35	24.32	162
Итого по меню Комплекс №4	67-63	26	22	95	701

Меню: Комплекс №5**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)**

Каша пшеничная вязкая	120	3.3	4.43	19.04	131
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	020	1.44	0.49	9.62	50
Итого по меню Комплекс №5	8-80	5	5	39	219

Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБ**Завтрак**

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	12.28	10.72	11.69	205
Каша гречневая вязкая	170	5.11	6.27	25.09	179
Чай с сахаром и пряником 200/40/1 шт. (Северные)	240	2.4	2.05	46.21	209
Хлеб белый	037	2.92	0.3	18.8	90

Обед

Рассольник ленинградский со сметаной /крупа рисовая/	250	2.13	5.69	20.17	131
Напиток из шиповника с апельсином	200	0.25	0.07	16.71	66
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
Булочка "Творожная"	055	6.4	4.79	26.74	178
Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ	101-38	34	30	181	1131

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____

МЕНЮ

Столовая Васильевской СОШ №3
на 04 Марта 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1**Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов**

Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным, 180/5	185	5.23	7.4	37.43	236
Нектар в ассортименте	200	0.6	0	34	132
Хлеб белый	031	2.45	0.25	15.75	75
Манник домашний с сахарной пудрой, 110/3	113	6.7	13.54	60.55	390
Итого по меню Комплекс №1	64-19	15	21	148	833

Меню: Комплекс №2**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов**

Цыплята запеч. (четвертинки)	110	27.46	21.54	1.1	334
Макаронные изделия отварные	190	6.6	6.08	40.45	238
Чай с сахаром и песочным печеньем, 200/15/шт. (Царское)	215	1.17	4.55	23.56	135
Батон	044	3.17	1.08	21.17	110
Итого по меню Комплекс №2	75-80	38	33	86	817

Меню: Комплекс №4**Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей**

Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным, 180/10	190	5.26	11.53	37.47	273
Нектар в ассортименте	200	0.6	0	34	132
Батон	024	1.73	0.59	11.55	60
Манник домашний с повидлом, 110/10	120	6.74	13.54	64.12	403
Итого по меню Комплекс №4	67-63	14	26	147	868

Меню: Комплекс №5**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)**

Макаронные изделия отварные	100	3.48	3.19	21.29	125
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	016	1.15	0.39	7.7	40
Итого по меню Комплекс №5	8-80	5	4	39	203

Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБ**Завтрак**

Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным, 180/5	185	5.23	7.4	37.43	236
Нектар в ассортименте	200	0.6	0	34	132
Хлеб белый	031	2.45	0.25	15.75	75
Манник домашний с сахарной пудрой, 110/3	113	6.7	13.54	60.55	390

Завтрак I

Йогурт питьевой	200	6	6	22	160
Булочка Домашняя	055	3.88	7.1	30.81	205
Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ	101-38	25	34	201	1198

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____

МЕНЮ**Столовая Васильевской СОШ №3
на 06 Марта 2023 г.**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1**Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов**

Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20	100	9.72	10.86	10.29	180
Каша гречневая вязкая	160	4.81	5.9	23.61	169
Компот из ягод с формовым печеньем, 200/11/1 шт. (К кофе)	211	0.99	2.06	23.29	114
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
Итого по меню Комплекс №1	64-19	18	19	72	536

Меню: Комплекс №2**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов**

Сосиски отварные, 2 шт.	106	11.66	25.33	1.7	282
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	66
Булочка с маком/батон с маком	050	3.93	1.58	27	141
Итого по меню Комплекс №2	75-80	23	34	86	735

Меню: Комплекс №4**Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей**

Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20	100	9.72	10.86	10.29	180
Каша гречневая вязкая	190	5.7	7.01	28.03	200
Компот из ягод	200	0.2	0.08	16.43	66
Хлеб белый	037	2.92	0.3	18.8	90
Булочка с маком/батон с маком	050	3.93	1.58	27	141
Итого по меню Комплекс №4	67-63	22	20	101	677

Меню: Комплекс №5**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)**

Каша пшеничная вязкая	120	3.3	3.85	19.44	125
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	026	1.87	0.64	12.51	65
Итого по меню Комплекс №5	8-80	5	5	42	228

Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБ**Завтрак**

Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20	100	9.72	10.86	10.29	180
Каша гречневая вязкая	160	4.81	5.9	23.61	169
Компот из ягод с формовым печеньем, 200/11/1 шт. (К кофе)	211	0.99	2.06	23.29	114
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73

Обед

Суп картофельный с горохом	250	5.28	4.42	22.07	142
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	033	2.61	0.26	16.76	80
Пирожки печеные с рисом и мясом	070	9.12	5.88	35.1	232
Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ	101-38	35	30	161	1047

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____

МЕНЮ**Столовая Васильевской СОШ №3**

на 07 Марта 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1**Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов**

Свекла отварная порционно	060	0.65	0.05	4.53	18
Картофель тушеный с фаршем из мяса птицы, 40/160	200	12.13	18.76	20.35	297
Чай полусладкий с пряником в индивидуальной упаковке, 200/48/1 шт.	248	2.65	2.55	45.4	211
Батон	039	2.81	0.96	18.77	98
Итого по меню Комплекс №1	64-19	18	22	89	624

Меню: Комплекс №2**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов**

Фрикадельки из цыплят	100	14.88	22.69	7.41	293
Рис отварной	180	4.4	7.26	40.77	256
Напиток апельсиновый с пряником, 200/40/1 шт. (Зареченские)	240	2.38	2.04	47.79	217
Батон	031	2.23	0.76	14.91	77
Итого по меню Комплекс №2	75-80	24	33	111	843

Меню: Комплекс №4**Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей**

Картофель тушеный с фаршем из мяса птицы, 40/160	200	12.13	18.76	20.35	297
Чай с сахаром и лимоном, 200/7	207	0.26	0.06	15.27	59
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75
Ватрушка с творогом	075	8.24	7.11	29.36	216
Итого по меню Комплекс №4	67-63	23	27	79	647

Меню: Комплекс №5**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)**

Каша рисовая вязкая	100	1.49	3.1	15.07	95
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	018	1.29	0.44	8.66	45
Итого по меню Комплекс №5	8-80	3	4	34	178

Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБ**Завтрак**

Свекла отварная порционно	060	0.65	0.05	4.53	18
Картофель тушеный с фаршем из мяса птицы, 40/160	200	12.13	18.76	20.35	297
Чай полусладкий с пряником в индивидуальной упаковке, 200/48/1 шт.	248	2.65	2.55	45.4	211
Батон	039	2.81	0.96	18.77	98

Обед

Суп картофельный "Рисовое зернышко"	250	2.02	2.75	19.71	103
Напиток апельсиновый	200	0.18	0.04	16.59	65
Хлеб белый	033	2.61	0.26	16.76	80
Ватрушка с творогом	075	8.24	7.11	29.36	216
Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ	101-38	31	32	171	1088

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____

МЕНЮ

Столовая Васильевской СОШ №3
на 09 Марта 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1**Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов**

Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, яйцо вареное, 170/10/48/1шт.	228	11.41	15.23	28.39	292
Напиток из шиповника с апельсином	200	0.25	0.07	16.71	66
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75
Кондитерское изделие без крема (пирожное песочное глаз. помадкой) (Лакомка)	050	2.2	13.6	32	227
Итого по меню Комплекс №1	64-19	16	30	92	660

Меню: Комплекс №2**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов**

Плов из филе цыплят, 60/180	240	17.84	16.81	48.54	400
Напиток из шиповника с апельсином	200	0.25	0.07	16.71	66
Батон	046	3.32	1.13	22.14	115
Пирожки печёные с повидлом	075	4.2	1.69	42.79	204
Итого по меню Комплекс №2	75-80	26	20	130	785

Меню: Комплекс №4**Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей**

Сосиски отварные, 1 шт.	080	8.8	19.12	1.28	213
Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, 160/5	165	6.72	7.2	35.03	228
Напиток из шиповника с апельсином	200	0.25	0.07	16.71	66
Батон	032	2.31	0.79	15.4	80
Булочка "Веснушка"	050	3.78	3.16	27.08	154
Итого по меню Комплекс №4	67-63	22	30	95	741

Меню: Комплекс №5**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)**

Каша пшеничная вязкая	120	3.3	4.43	19.04	131
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	020	1.44	0.49	9.62	50
Итого по меню Комплекс №5	8-80	5	5	39	219

Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБ**Завтрак**

Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, яйцо вареное, 170/10/48/1шт.	228	11.41	15.23	28.39	292
Напиток из шиповника с апельсином	200	0.25	0.07	16.71	66
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75
Кондитерское изделие без крема (пирожное песочное глаз. помадкой) (Лакомка)	050	2.2	13.6	32	227

Обед

Рассольник ленинградский со сметаной /крупа рисовая/	250	2.13	5.69	20.17	131
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	031	2.45	0.25	15.75	75
Шафран с яблоками	080	3.84	7.75	34.09	222
Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ	101-38	25	43	177	1145

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____

МЕНЮ**Столовая Васильевской СОШ №3
на 10 Марта 2023 г.**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1**Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов**

Овощи свежие (огурцы) порционно	060	0.43	0.06	1.16	7
Плов из филе цыплят, 40/170	210	13.38	11.51	45.71	318
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	036	2.59	0.88	17.32	90
Итого по меню Комплекс №1	64-19	17	12	79	472

Меню: Комплекс №2**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов**

Салат из квашеной капусты	100	1.6	5.07	7.68	83
Картофель тушеный с фаршем из мяса говядины	220	13.62	14.91	20.24	270
Чай с сахаром и лимоном, 200/7	207	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб белый	046	3.63	0.37	23.37	111
Итого по меню Комплекс №2	75-80	19	20	67	523

Меню: Комплекс №4**Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей**

Плов из филе цыплят, 40/170	210	13.38	11.51	45.71	318
Чай с сахаром и лимоном, 200/7	207	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб белый	032	2.53	0.26	16.26	77
Сосиска в тесте	027/50	6.79	8.37	27.11	212
Итого по меню Комплекс №4	67-63	23	20	104	666

Меню: Комплекс №5**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)**

Каша ячневая вязкая	130	2.77	4.12	17.95	118
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	025	1.8	0.61	12.02	62
Итого по меню Комплекс №5	8-80	5	5	40	218

Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБ**Завтрак**

Овощи свежие (огурцы) порционно	060	0.43	0.06	1.16	7
Плов из филе цыплят, 40/170	210	13.38	11.51	45.71	318
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	036	2.59	0.88	17.32	90

Обед

Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной и зеленью, 250/3	253	1.91	5.49	10.53	110
Напиток витаминный	200	0	0	0	78
Хлеб белый	043	3.4	0.34	21.84	104
Пирожки печёные с повидлом	070	3.92	1.59	39.95	189
Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ	101-38	26	20	152	953

Зав. производством:

Калькулятор:

МЕНЮ**Столовая Васильевской СОШ №3
на 11 Марта 2023 г.**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1**Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов**

Бутерброд с сыром, 30/30	060	9.45	8.22	15.24	178
Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным, 170/5	175	5.43	3.37	32.69	183
Напиток лимонный	200	0.13	0.01	15.39	62
Десерт фруктовый (яблоко)	110	0.44	0.44	10.78	52
Итого по меню Комплекс №1	64-19	15	12	74	475

Меню: Комплекс №2**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов**

Филе куриное с тушёными овощами, 60/15/15	090	15.06	21.28	4.47	267
Макаронные изделия отварные	180	6.25	5.75	38.32	225
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	036	2.56	0.43	18.36	79
Булочка школьная	050	4.52	1.78	26.38	142
Итого по меню Комплекс №2	75-80	29	29	103	770

Меню: Комплекс №4**Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей**

Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным, 170/5	175	5.43	3.37	32.69	183
Напиток лимонный	200	0.13	0.01	15.39	62
Хлеб белый	041	3.24	0.33	20.83	99
Пицца детская с сосисками	100	10.07	11.89	27.71	260
Десерт фруктовый (яблоко)	110	0.44	0.44	10.78	52
Итого по меню Комплекс №4	67-63	19	16	107	656

Меню: Комплекс №5**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)**

Макаронные изделия отварные	100	3.48	3.19	21.29	125
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	016	1.15	0.39	7.7	40
Итого по меню Комплекс №5	8-80	5	4	39	203

Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБ**Завтрак**

Бутерброд с сыром, 30/30	060	9.45	8.22	15.24	178
Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным, 170/5	175	5.43	3.37	32.69	183
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Десерт фруктовый (яблоко)	110	0.44	0.44	10.78	52

Завтрак2

Нектар в ассортименте	200	0.6	0	34	132
Пицца детская с сосисками	080	8.04	9.51	22.17	209
Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ	101-38	24	22	130	811

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____

МЕНЮ**Столовая Васильевской СОШ №3
на 13 Марта 2023 г.**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1**Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов**

Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20	100	9.72	10.86	10.29	180
Макаронные изделия отварные с зел. горошком консерв., припущенным, 170/20	190	6.51	5.47	37.37	220
Компот из ягод	200	0.2	0.08	16.43	66
Батон	026	1.87	0.64	12.51	65
Итого по меню Комплекс №1	64-19	18	17	77	531

Меню: Комплекс №2**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов**

Фрикадельки домашние с соусом красным основным, 90/20	110	12.63	15.32	8.8	226
Каша гречневая вязкая	185	5.56	6.82	27.29	194
Компот из ягод	200	0.2	0.08	16.43	66
Хлеб белый	026	2.05	0.21	13.21	63
Булочка "Маковка"	050	3.79	7.16	26.74	188
Итого по меню Комплекс №2	75-80	24	30	92	737

Меню: Комплекс №4**Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей**

Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20	100	9.72	10.86	10.29	180
Макаронные изделия отварные	190	6.6	6.08	40.45	238
Компот из ягод	200	0.2	0.08	16.43	66
Хлеб белый	042	3.32	0.34	21.34	102
Булочка "Маковка"	050	3.79	7.16	26.74	188
Итого по меню Комплекс №4	67-63	24	25	115	774

Меню: Комплекс №5**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)**

Каша пшеничная вязкая	120	3.3	3.85	19.44	125
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	026	1.87	0.64	12.51	65
Итого по меню Комплекс №5	8-80	5	5	42	228

Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБ**Завтрак**

Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20	100	9.72	10.86	10.29	180
Макаронные изделия отварные с зел. горошком консерв., припущенным, 170/20	190	6.51	5.47	37.37	220
Компот из ягод	200	0.2	0.08	16.43	66
Батон	026	1.87	0.64	12.51	65

Обед

Суп картофельный с горохом	250	5.28	4.42	22.07	142
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	029	2.29	0.23	14.73	70
Хачапури с сыром школьное	085	8.56	9.45	29.48	242
Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ	101-38	35	31	158	1042

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____

МЕНЮ**Столовая Васильевской СОШ №3**

на 14 Марта 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1**Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов**

Сосиски отварные с соусом красным основным, 80/20	100	7.82	17	1.15	189
Каша пшеничная вязкая	160	4.42	5.12	25.91	166
Напиток витаминный с формовым печеньем, 200/11/1 шт. (К кофе)	211	0.8	1.98	7.64	130
Хлеб белый	030	2.37	0.25	15.25	72.27
Итого по меню Комплекс №1	64-19	15	24	50	557

Меню: Комплекс №2**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов**

Биточки рыбные с соусом красным основным, 80/20	100	10.08	5.52	13.15	146
Пюре картофельное	180	3.72	6.55	21.92	175
Чай с сахаром и лимоном, с кондитерским изделием 200/7/28/1 шт. (Печенье Лотте Чокопай)	235	1.38	5.1	33.47	182
Хлеб белый	035	2.76	0.28	17.78	85
Итого по меню Комплекс №2	75-80	18	17	86	588

Меню: Комплекс №4**Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей**

Сосиски отварные с соусом красным основным, 80/20	100	7.82	17	1.15	189
Каша пшеничная вязкая	160	4.42	5.12	25.91	166
Чай с сахаром и лимоном, с кондитерским изделием 200/7/28/1 шт. (Печенье Лотте Чокопай)	235	1.38	5.1	33.47	182
Батон	032	2.31	0.79	15.4	80
Итого по меню Комплекс №4	67-63	16	28	76	617

Меню: Комплекс №5**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)**

Макаронные изделия отварные	100	3.48	3.19	21.29	125
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	016	1.15	0.39	7.7	40
Итого по меню Комплекс №5	8-80	5	4	39	203

Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБ**Завтрак**

Сосиски отварные с соусом красным основным, 80/20	100	7.82	17	1.15	189
Каша пшеничная вязкая	160	4.42	5.12	25.91	166
Напиток витаминный с формовым печеньем, 200/11/1 шт. (К кофе)	211	0.8	1.98	7.64	130
Хлеб белый	030	2.37	0.25	15.25	72.27

Обед

Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250	1.85	5.57	8.03	94
Чай с сахаром и лимоном, 200/7	207	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб белый	032	2.53	0.26	16.26	77
Перемяч печёный с мясом птицы	080	7.85	7.62	21.06	183
Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ	101-38	28	38	111	970

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____

МЕНЮ**Столовая Васильевской СОШ №3
на 15 Марта 2023 г.**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1**Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов**

Биточки рыбные с соусом красным основным, 80/20	100	10.08	5.52	13.15	146
Пюре картофельное	160	3.3	5.82	19.48	155
Напиток апельсиновый с печеньем формовым, 200/11/1шт. (К кофе)	211	0.98	2.02	24.23	117
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75
Итого по меню Комплекс №1	64-19	17	14	71	493

Меню: Комплекс №2**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов**

Плов из филе цыплят со свежим огурцом порционно, 60/190/20	270	18.46	17.56	53.94	428
Чай полусладкий с пряником, 200/40/ 1 шт. (Зареченские)	240	0.2	0.05	10.02	38
Батон	041	2.95	1.01	19.72	102
Итого по меню Комплекс №2	75-80	22	19	84	568

Меню: Комплекс №4**Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей**

Биточки рыбные с соусом красным основным, 80/20	100	10.08	5.52	13.15	146
Пюре картофельное	160	3.29	5.82	19.48	155.29
Напиток апельсиновый	200	0.18	0.04	16.59	65
Батон	027	1.94	0.66	12.99	67.5
Рулет с маком	050	3.7	7.34	25.43	182
Итого по меню Комплекс №4	67-63	19	19	88	616

Меню: Комплекс №5**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)**

Каша овсяная вязкая	120	3.17	5.24	14.24	118
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	020	1.44	0.49	9.62	50
Итого по меню Комплекс №5	8-80	5	6	34	206

Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБ**Завтрак**

Биточки рыбные с соусом красным основным, 80/20	100	10.08	5.52	13.15	146
Пюре картофельное	160	3.3	5.82	19.48	155
Напиток апельсиновый с печеньем формовым, 200/11/1шт. (К кофе)	211	0.98	2.02	24.23	117
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75

Обед

Суп картофельный "Гречишное зернышко" с зеленью, 250/2	252	2.32	2.85	19.22	104
Чай с сахаром и лимоном, 200/7	207	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб белый	037	2.92	0.3	18.8	90
Сосиска в тесте	027/50	6.79	8.37	27.11	212
Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ	101-38	29	26	152	958

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____

МЕНЮ**Столовая Васильевской СОШ №3
на 16 Марта 2023 г.**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1**Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов**

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	12.28	10.72	11.69	205
Каша гречневая вязкая	170	5.11	6.27	25.09	179
Чай с сахаром и пряником 200/40/1 шт. (Северные)	240	2.4	2.05	46.21	209
Хлеб белый	037	2.92	0.3	18.8	90
Итого по меню Комплекс №1	64-19	23	19	102	683

Меню: Комплекс №2**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов**

Салат из квашеной капусты	100	1.6	5.07	7.68	83
Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	12.28	10.72	11.69	205
Рис отварной	180	4.4	7.26	40.77	256
Напиток витаминный	200	0	0	0	78
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	66
Итого по меню Комплекс №2	75-80	20	23	75	688

Меню: Комплекс №4**Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей**

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	12.28	10.72	11.69	205
Каша гречневая вязкая	160	4.81	5.9	23.61	169
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Батон	043	3.1	1.05	20.69	108
Булочка "Творожная"	050	5.83	4.35	24.32	162
Итого по меню Комплекс №4	67-63	26	22	95	701

Меню: Комплекс №5**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)**

Каша пшеничная вязкая	120	3.3	4.43	19.04	131
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	020	1.44	0.49	9.62	50
Итого по меню Комплекс №5	8-80	5	5	39	219

Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБ**Завтрак**

Котлеты "Любительские" с соусом красным основным, 80/20	100	12.28	10.72	11.69	205
Каша гречневая вязкая	170	5.11	6.27	25.09	179
Чай с сахаром и пряником 200/40/1 шт. (Северные)	240	2.4	2.05	46.21	209
Хлеб белый	037	2.92	0.3	18.8	90

Обед

Рассольник ленинградский со сметаной /крупа рисовая/	250	2.13	5.69	20.17	131
Напиток из шиповника с апельсином	200	0.25	0.07	16.71	66
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
Булочка "Творожная"	055	6.4	4.79	26.74	178
Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ	101-38	34	30	181	1131

Зав.производством: _____

Калькулятор: _____

МЕНЮ**Столовая Васильевской СОШ №3**

на 17 Марта 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1**Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов**

Свекла отварная порционно	060	2-50	0.65	0.05	4.53	18
Цыплята запеченные (голень)	110	45-60	27.46	21.54	1.1	334
Макаронные изделия отварные	150	8-40	5.21	4.79	31.93	187
Чай с сахаром и лимоном, 200/7	207	4-40	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб белый	038	3-29	3	0.3	19.3	92
Итого по меню Комплекс №1		64-19	37	27	72	690

Меню: Комплекс №2**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов**

Гуляш из филе индейки, 50/50	100	43-20	16.56	4.84	3.37	127
Каша гречневая вязкая	185	13-10	5.56	6.82	27.29	194
Напиток из шиповника с апельсином с кондитерскими изделиями, 200/20/21/по 1 шт. (Вафли Белёк и Конфета Цитрон)	241	16-90	1.88	6.06	42.76	249
Хлеб белый	030	2-60	2.37	0.24	15.24	73
Итого по меню Комплекс №2		75-80	26	18	89	643

Меню: Комплекс №4**Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей**

Цыплята запеченные (голень)	110	45-60	27.46	21.54	1.1	334
Макаронные изделия отварные	160	9-00	5.56	5.12	34.06	200
Чай с сахаром и лимоном, 200/7	207	4-40	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб целебный ржаной	030	2-43	2.13	0.36	15.3	66
Булочка российская	060	6-20	4.09	5	33.53	196
Итого по меню Комплекс №4		67-63	39	32	99	855

Меню: Комплекс №5**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)**

Каша ячневая вязкая	130	5-10	2.77	4.12	17.95	118
Чай полусладкий	200	2-20	0.2	0.05	10.02	38
Батон	025	1-50	1.8	0.61	12.02	62
Итого по меню Комплекс №5		8-80	5	5	40	218

Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБ**Завтрак**

Свекла отварная порционно	060	2-50	0.65	0.05	4.53	18
Цыплята запеченные (голень)	110	45-60	27.46	21.54	1.1	334
Макаронные изделия отварные	150	8-40	5.21	4.79	31.93	187
Чай с сахаром и лимоном, 200/7	207	4-40	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб белый	038	3-29	3	0.3	19.3	92

Обед

Суп картофельный с макаронными изделиями	250	10-90	2.62	2.75	16.88	121
Чай с сахаром	200	2-90	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	026	2-19	1.85	0.31	13.26	57
Треугольник с фаршем	070	21-20	6.04	7.93	18.96	175
Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ		101-38	47	38	136	1100

Зав. производством: _____

Калькулятор: Согласовано по телефону

МЕНЮ

Столовая Васильевской СОШ №3

на 18 Марта 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1**Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов**

Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным, 180/5	185	18-70	5.23	7.4	37.43	236
Нектар в ассортименте	200	16-00	0.6	0	34	132
Хлеб белый	031	2-69	2.45	0.25	15.75	75
Манник домашний с сахарной пудрой, 110/3	113	26-80	6.7	13.54	60.55	390
Итого по меню Комплекс №1		64-19	15	21	148	833

Меню: Комплекс №2**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов**

Цыплята запеч. (четвертинки)	110	55-30	27.46	21.54	1.1	334
Макаронные изделия отварные	190	10-60	6.6	6.08	40.45	238
Чай с сахаром и песочным печеньем, 200/15/шт. (Царское)	215	7-20	1.17	4.55	23.56	135
Батон	044	2-70	3.17	1.08	21.17	110
Итого по меню Комплекс №2		75-80	38	33	86	817

Меню: Комплекс №4**Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей**

Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным, 180/10	190	22-60	5.26	11.53	37.47	273
Нектар в ассортименте	200	16-00	0.6	0	34	132
Батон	024	1-43	1.73	0.59	11.55	60
Манник домашний с повидлом, 110/10	120	27-60	6.74	13.54	64.12	403
Итого по меню Комплекс №4		67-63	14	26	147	868

Меню: Комплекс №5**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)**

Макаронные изделия отварные	100	5-60	3.48	3.19	21.29	125
Чай полусладкий	200	2-20	0.2	0.05	10.02	38
Батон	016	1-00	1.15	0.39	7.7	40
Итого по меню Комплекс №5		8-80	5	4	39	203

Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБ**Завтрак**

Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным, 180/5	185	18-70	5.23	7.4	37.43	236
Нектар в ассортименте	200	16-00	0.6	0	34	132
Хлеб белый	031	2-69	2.45	0.25	15.75	75
Манник домашний с сахарной пудрой, 110/3	113	26-80	6.7	13.54	60.55	390

Завтрак I

Йогурт питьевой	200	31-80	6	6	22	160
Булочка Домашняя	055	5-39	3.88	7.1	30.81	205
Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ		101-38	25	34	201	1198

Зав. производством: _____

Калькулятор: Согласовано по телефону

МЕНЮ**Столовая Васильевской СОШ №3
на 20 Марта 2023 г.**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1**Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов**

Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20	100	9.72	10.86	10.29	180
Каша гречневая вязкая	160	4.81	5.9	23.61	169
Компот из ягод с формовым печеньем, 200/11/1 шт. (К кофе)	211	0.99	2.06	23.29	114
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73
Итого по меню Комплекс №1	64-19	18	19	72	536

Меню: Комплекс №2**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов**

Сосиски отварные, 2 шт.	106	11.66	25.33	1.7	282
Каша гречневая вязкая	180	5.41	6.64	26.56	189
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	030	2.13	0.36	15.3	66
Булочка с маком/батон с маком	050	3.93	1.58	27	141
Итого по меню Комплекс №2	75-80	23	34	86	735

Меню: Комплекс №4**Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей**

Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20	100	9.72	10.86	10.29	180
Каша гречневая вязкая	190	5.7	7.01	28.03	200
Компот из ягод	200	0.2	0.08	16.43	66
Хлеб белый	037	2.92	0.3	18.8	90
Булочка с маком/батон с маком	050	3.93	1.58	27	141
Итого по меню Комплекс №4	67-63	22	20	101	677

Меню: Комплекс №5**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)**

Каша пшеничная вязкая	120	3.3	3.85	19.44	125
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	026	1.87	0.64	12.51	65
Итого по меню Комплекс №5	8-80	5	5	42	228

Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБ**Завтрак**

Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20	100	9.72	10.86	10.29	180
Каша гречневая вязкая	160	4.81	5.9	23.61	169
Компот из ягод с формовым печеньем, 200/11/1 шт. (К кофе)	211	0.99	2.06	23.29	114
Хлеб белый	030	2.37	0.24	15.24	73

Обед

Суп картофельный с горохом	250	5.28	4.42	22.07	142
Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	033	2.61	0.26	16.76	80
Пирожки печеные с рисом и мясом	070	9.12	5.88	35.1	232
Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ	101-38	35	30	161	1047

Зав. производством:

Калькулятор:

МЕНЮ**Столовая Васильевской СОШ № 3**
на 21 Марта 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1**Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов**

Свекла отварная порционно	060	0.65	0.05	4.53	18
Картофель тушеный с фаршем из мяса птицы, 40/160	200	12.13	18.76	20.35	297
Чай полусладкий с пряником в индивидуальной упаковке, 200/48/1 шт.	248	2.65	2.55	45.4	211
Батон	039	2.81	0.96	18.77	98
Итого по меню Комплекс №1	64-19	18	22	89	624

Меню: Комплекс №2**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов**

Фрикадельки из цыплят	100	14.88	22.69	7.41	293
Рис отварной	180	4.4	7.26	40.77	256
Напиток апельсиновый с пряником, 200/40/1 шт. (Зареченские)	240	2.38	2.04	47.79	217
Батон	031	2.23	0.76	14.91	77
Итого по меню Комплекс №2	75-80	24	33	111	843

Меню: Комплекс №4**Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей**

Картофель тушеный с фаршем из мяса птицы, 40/160	200	12.13	18.76	20.35	297
Чай с сахаром и лимоном, 200/7	207	0.26	0.06	15.27	59
Батон	030	2.16	0.73	14.43	75
Ватрушка с творогом	075	8.24	7.11	29.36	216
Итого по меню Комплекс №4	67-63	23	27	79	647

Меню: Комплекс №5**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)**

Каша рисовая вязкая	100	1.49	3.1	15.07	95
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	018	1.29	0.44	8.66	45
Итого по меню Комплекс №5	8-80	3	4	34	178

Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБ**Завтрак**

Свекла отварная порционно	060	0.65	0.05	4.53	18
Картофель тушеный с фаршем из мяса птицы, 40/160	200	12.13	18.76	20.35	297
Чай полусладкий с пряником в индивидуальной упаковке, 200/48/1 шт.	248	2.65	2.55	45.4	211
Батон	039	2.81	0.96	18.77	98

Обед

Суп картофельный "Рисовое зернышко"	250	2.02	2.75	19.71	103
Напиток апельсиновый	200	0.18	0.04	16.59	65
Хлеб белый	033	2.61	0.26	16.76	80
Ватрушка с творогом	075	8.24	7.11	29.36	216
Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ	101-38	31	32	171	1088

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____

МЕНЮ

Столовая Васильевской СОШ №3
на 22 Марта 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1**Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов**

Гуляш из филе индейки, 55/55	110	18.21	5.33	3.7	141
Макаронные изделия отварные	160	5.56	5.12	34.06	200
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Хлеб белый	042	3.32	0.34	21.34	102
Итого по меню Комплекс №1	64-19	28	11	74	505

Меню: Комплекс №2**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов**

Биточки "Дружба" с соусом красным основным, 80/20	100	9.72	10.86	10.29	180
Макаронные изделия отварные	160	5.58	5.12	34.16	200
Чай полусладкий с кондитерским изделием, 200/39/1 шт. (Конфета вафельная в шоколадной глазури)	239	2.54	11.09	34.71	246
Батон	033	2.37	0.81	15.88	83
Десерт фруктовый (яблоко)	110	0.44	0.44	10.78	52
Итого по меню Комплекс №2	75-80	21	28	106	761

Меню: Комплекс №4**Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей**

Гуляш из филе индейки, 55/55	110	18.21	5.33	3.7	141
Макаронные изделия отварные	170	5.9	5.43	36.2	213
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Хлеб целебный ржаной	025	1.77	0.3	12.75	55
Булочка ванильная	050	3.75	4.06	26.72	159
Итого по меню Комплекс №4	67-63	30	16	95	630

Меню: Комплекс №5**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)**

Каша овсяная вязкая	120	3.17	5.24	14.24	118
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Батон	020	1.44	0.49	9.62	50
Итого по меню Комплекс №5	8-80	5	6	34	206

Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБ**Завтрак**

Гуляш из филе индейки, 55/55	110	18.21	5.33	3.7	141
Макаронные изделия отварные	160	5.56	5.12	34.06	200
Кофейный напиток	200	0.8	0.4	15.37	62
Хлеб белый	042	3.32	0.34	21.34	102

Обед

Суп крестьянский (крупа пшеничная) со сметаной	250	1.92	5.1	11.99	96
Чай полусладкий	200	0.2	0.05	10.02	38
Хлеб целебный ржаной	028	1.99	0.34	14.28	61
Перемяч печёный с мясом	085	8.24	6	22.22	178
Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ	101-38	40	23	133	878

Зав. производством:

Калькулятор:

МЕНЮ

Столовая Васильевской СОШ № 3

на 23 Марта 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1**Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов**

Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, яйцо вареное, 170/10/48/1шт.	228	30-10	11.41	15.23	28.39	292
Напиток из шиповника с апельсином	200	5-80	0.25	0.07	16.71	66
Батон	030	1-79	2.16	0.73	14.43	75
Кондитерское изделие без крема (пирожное песочное глаз. помадкой) (Лакомка)	050	26-50	2.2	13.6	32	227
Итого по меню Комплекс №1		64-19	16	30	92	660

Меню: Комплекс №2**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов**

Плов из филе цыплят, 60/180	240	58-40	17.84	16.81	48.54	400
Напиток из шиповника с апельсином	200	5-80	0.25	0.07	16.71	66
Батон	046	2-80	3.32	1.13	22.14	115
Пирожки печёные с повидлом	075	8-80	4.2	1.69	42.79	204
Итого по меню Комплекс №2		75-80	26	20	130	785

Меню: Комплекс №4**Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей**

Сосиски отварные, 1 шт.	080	41-10	8.8	19.12	1.28	213
Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, 160/5	165	14-60	6.72	7.2	35.03	228
Напиток из шиповника с апельсином	200	5-80	0.25	0.07	16.71	66
Батон	032	1-93	2.31	0.79	15.4	80
Булочка "Веснушка"	050	4-20	3.78	3.16	27.08	154
Итого по меню Комплекс №4		67-63	22	30	95	741

Меню: Комплекс №5**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)**

Каша пшеничная вязкая	120	5-40	3.3	4.43	19.04	131
Чай полусладкий	200	2-20	0.2	0.05	10.02	38
Батон	020	1-20	1.44	0.49	9.62	50
Итого по меню Комплекс №5		8-80	5	5	39	219

Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБ**Завтрак**

Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, яйцо вареное, 170/10/48/1шт.	228	30-10	11.41	15.23	28.39	292
Напиток из шиповника с апельсином	200	5-80	0.25	0.07	16.71	66
Батон	030	1-79	2.16	0.73	14.43	75
Кондитерское изделие без крема (пирожное песочное глаз. помадкой) (Лакомка)	050	26-50	2.2	13.6	32	227

Обед

Рассольник ленинградский со сметаной /крупа рисовая/	250	16-70	2.13	5.69	20.17	131
Чай с сахаром	200	2-90	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб белый	031	2-69	2.45	0.25	15.75	75
Шафран с яблоками	080	14-90	3.84	7.75	34.09	222
Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБ		101-38	25	43	177	1145

Зав. производством: _____

Калькулятор: Согласовано по телефону

МЕНЮ**Столовая Васильевской СОШ № 3
на 24 Марта 2023 г.**

Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1**Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов**

Овощи свежие (помидоры, огурцы), порционно, 50/20	070	16-20	0.69	0.12	2.28	14
Плов из филе цыплят, 40/170	210	42-90	13.38	11.51	45.71	318
Чай с сахаром	200	2-90	0.2	0.05	15.01	57
Батон	036	2-19	2.59	0.88	17.32	90
Итого по меню Комплекс №1		64-19	17	13	80	479

Меню: Комплекс №2**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов**

Салат из квашеной капусты	100	8-00	1.6	5.07	7.68	83
Картофель тушеный с фаршем из мяса говядины	220	59-40	13.62	14.91	20.24	270
Чай с сахаром и лимоном, 200/7	207	4-40	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб белый	046	4-00	3.63	0.37	23.37	111
Итого по меню Комплекс №2		75-80	19	20	67	523

Меню: Комплекс №4**Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей**

Плов из филе цыплят, 40/170	210	42-90	13.38	11.51	45.71	318
Чай с сахаром и лимоном, 200/7	207	4-40	0.26	0.06	15.27	59
Хлеб белый	032	2-73	2.53	0.26	16.26	77
Сосиска в тесте	027/50	17-60	6.79	8.37	27.11	212
Итого по меню Комплекс №4		67-63	23	20	104	666

Меню: Комплекс №5**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)**

Каша ячневая вязкая	130	5-10	2.77	4.12	17.95	118
Чай полусладкий	200	2-20	0.2	0.05	10.02	38
Батон	025	1-50	1.8	0.61	12.02	62
Итого по меню Комплекс №5		8-80	5	5	40	218

Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБ**Завтрак**

Овощи свежие (помидоры, огурцы), порционно, 50/20	070	16-20	0.69	0.12	2.28	14
Плов из филе цыплят, 40/170	210	42-90	13.38	11.51	45.71	318
Чай с сахаром	200	2-90	0.2	0.05	15.01	57
Батон	036	2-19	2.59	0.88	17.32	90

Обед

Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной и зеленью, 250/3	253	14-50	1.91	5.49	10.53	110
Напиток витаминный	200	10-80	0	0	0	78
Хлеб белый	043	3-69	3.4	0.34	21.84	104
Пирожки печёные с повидлом	070	8-20	3.92	1.59	39.95	189
Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ		101-38	26	20	153	960

Зав. производством: _____

Калькулятор: Согласовано по телефону

МЕНЮ**Столовая Васильевской СОШ №3**

на 25 Марта 2023 г.

Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал

Меню: Комплекс №1**Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов**

Бутерброд с сыром, 30/30	060	29-49	9.45	8.22	15.24	178
Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным, 170/5	175	16-70	5.43	3.37	32.69	183
Напиток лимонный	200	5-20	0.13	0.01	15.39	62
Десерт фруктовый (яблоко)	110	12-80	0.44	0.44	10.78	52
Итого по меню Комплекс №1		64-19	15	12	74	475

Меню: Комплекс №2**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов**

Филе куриное с тушёными овощами, 60/15/15	090	55-90	15.06	21.28	4.47	267
Макаронные изделия отварные	180	10-10	6.25	5.75	38.32	225
Чай с сахаром	200	2-90	0.2	0.05	15.01	57
Хлеб целебный ржаной	036	3-00	2.56	0.43	18.36	79
Булочка школьная	050	3-90	4.52	1.78	26.38	142
Итого по меню Комплекс №2		75-80	29	29	103	770

Меню: Комплекс №4**Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей**

Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным, 170/5	175	16-70	5.43	3.37	32.69	183
Напиток лимонный	200	5-20	0.13	0.01	15.39	62
Хлеб белый	041	3-53	3.24	0.33	20.83	99
Пицца детская с сосисками	100	29-40	10.07	11.89	27.71	260
Десерт фруктовый (яблоко)	110	12-80	0.44	0.44	10.78	52
Итого по меню Комплекс №4		67-63	19	16	107	656

Меню: Комплекс №5**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)**

Макаронные изделия отварные	100	5-60	3.48	3.19	21.29	125
Чай полусладкий	200	2-20	0.2	0.05	10.02	38
Батон	016	1-00	1.15	0.39	7.7	40
Итого по меню Комплекс №5		8-80	5	4	39	203

Меню: Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и из семей МОБ**Завтрак**

Бутерброд с сыром, 30/30	060	29-49	9.45	8.22	15.24	178
Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным, 170/5	175	16-70	5.43	3.37	32.69	183
Чай с сахаром	200	2-90	0.2	0.05	15.01	57
Десерт фруктовый (яблоко)	110	12-80	0.44	0.44	10.78	52

Завтрак2

Нектар в ассортименте	200	16-00	0.6	0	34	132
Пицца детская с сосисками	080	23-49	8.04	9.51	22.17	209
Итого по меню Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ		101-38	24	22	130	811

Зав. производством: _____

Калькулятор: Согласовано по телефону