

МЕНЮ
Столовая Обсерваторской СОШ
На 12 сентября 2025 г.

Наименование блюда	Выход	Стоимость питания	Пищевая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Меню: Комплекса № 1						
Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов						
Тефтели куриные "Лакомка" в соусе для запекания	90		9,268	11,111	5,217	158
Макаронные изделия отварные	150		5,602	5,068	35,906	212
Чай с сахаром	200/8		0,011	0,007	7,998	32
Вафли весовые 1 шт	21		2,75	2,5	13	86
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	40		2,52	0,36	18,84	91
Итого:	508	69,43	20,151	19,046	80,961	579
Меню: Комплекса № 2						
Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов						
Салат пестрый	100		1,105	5,169	10,989	96
Тефтели куриные "Лакомка" в соусе для запекания	90		9,268	11,111	5,217	158
Макаронные изделия отварные	180		6,722	6,079	43,083	254
Чай с сахаром	200/8		0,011	0,007	7,998	32
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	40		2,52	0,36	18,84	91
Итого:	508	71,5	19,626	17,557	86,127	631
Меню: Комплекса № 3						
Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей						
Суп из овощей	200		1,491	4,209	8,875	80
Тефтели куриные "Лакомка" в соусе для запекания	90		9,268	11,111	5,217	158
Макаронные изделия отварные	150		5,602	5,068	35,906	212
Чай с сахаром	200/8		0,011	0,007	7,998	32
Вафли весовые 1 шт	21		2,75	2,5	13	86
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	40		2,52	0,36	18,84	91
Итого:		73,15	21,642	23,255	89,836	659
Меню: Комплекса № 4						
Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (дотационное меню)						
Макаронные изделия отварные	150		5,602	5,068	35,906	212
Чай с сахаром, лимоном	200/8/5		0,011	0,007	7,998	34
Хлеб ржано-пшеничный	15		0,75	0,15	6,75	33
Итого:		10,3	6,363	5,225	50,654	279
Меню: Комплекса № 5						
Двух разовое питание учащихся 1-11 кл СВО и ОВЗ - ЗАВТРАК						
Блинчики со сгущенным молоком 2шт	90/10		5,67	4,198	33,45	195
Батон	30		2,25	0,87	15,42	79
Каша вязкая молочная из рисовой и пшенной крупы с	180/5		6,998	5,591	46,172	204
Чай с молоком	200		1,511	0,757	10,398	59
Итого:						
Двух разовое питание учащихся 1-11 кл СВО и ОВЗ - ОБЕД						
Вафли весовые 1шт	21		2,75	2,5	13	86
Тефтели куриные "Лакомка" в соусе для запекания	90		9,268	11,111	5,217	158
Макаронные изделия отварные	150		5,602	5,068	35,906	212
Чай с сахаром	200/8		0,011	0,007	7,998	32
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	40		2,52	0,36	18,84	91
Итого:		109,66	36,58	30,462	186,401	1116