

Меню на 20 января 2025

Директор школы

«Утверждаю»
А.С.Галиуллина

№	Прием пищи/ Наименование блюд	Выход	Энерг.ценность Ккал
1	Завтрак Каша пшеничная жидкая молочная	200	215,67
2		32/5	121,24
3		180	90,05
	2-ой завтрак:яблоко		
1	обед Салат из моркови	100	47,0
2		50	24,04
3		200/10	111,84
4		135	198,85
5		60/20	110,9
6		180	30,96
1	полдник Хлеб ржаной	40	81,58
2		160	195,51
3		25	59,21
4		189	21,39
5			

69-43

Меню на 20 января 2025

Директор школы

«Утверждаю»
А.С.Галиуллина

№	Наименование блюда	Выход	ккал
	горячий завтрак <u>1-4</u>		
1	Салат из моркови	60	65,62
2	Макароны отварные с маслом	150,5	215,73
3	Рыба припущенная в соусе	60/40	89,44
4	Чай с сахаром с лимоном	200	41,55
5	Хлеб ржаной	20	40,79
6	Хлеб пшеничный	20	47,36

55-16

Меню на 20 января 2025

Директор школы

«Утверждаю»
А.С.Галиуллина

№	Наименование блюда	Выход	
	<u>Обед 5-9</u>		
1	Суп любительский гречневый на мк/б	250/10	155,05
2	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом	170/5	174,21
3	Котлеты рубленные из курицы с соусом	60/40	146,39
4	Чай с сахаром	200	20,55
5	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	20/20	47,36/40,79

Меню на 21 сентября 2025

Директор школы



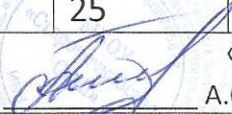
«Утверждаю»
А.С.Галиуллина

№		Прием пищи/ Наименование блюд	выход	Энерг.ценность Ккал
1	Завтрак	Каша ячневая вязкая	200	169,74
2		Батон с сыром	32/7	110,09
3		Чай с сахаром с лимоном	189	21,39
		2-ой завтрак:сок	200	86,0
1	обед	Салат из свеклы	50	41,16
2		Суп картофельный с вермишелью с курицей	200/12	115,26
3		Голубцы ленивые	155	181,23
4		Напиток из шиповника	180	80,02
5		Хлеб ржаной	40	81,58
6		Хлеб пшеничный	25	59,21
1	полдник			
2		Запеканка из творога с повидлом	145/8	370,97
3		Чай с молоком	160	61,97
4		Кефир	120	37,2
5		печенье	25	104,25

69=43

Меню на 21 сентября 2025

Директор школы



«Утверждаю»
А.С.Галиуллина

	Наименование блюда	горячий завтрак _ 1-4	Выход	ккал
1	Салат из отварной свеклы		60	55,99
2	Плов из курицы		200	356,97
3	Напиток из плодов шиповника		200	99,37
4	яблоко		120	56,4
5	Хлеб ржаной		20	40,79
6	Хлеб пшеничный		20	47,36

55=16

Меню на 21 сентября 2025

Директор школы



«Утверждаю»
А.С.Галиуллина

	Наименование блюда	Обед 5-9	выход	
1	Суп картофельный с вермишелью с курицей		250/15	145/79
2	Рагу из овощей		155	127,73
3	Чай с сахаром с лимоном		200	41,55
4	Мясные фрикадельки в соусе		60/40	121,33
5	Хлеб ржаной/хлеб пшеничный		20/20	40,79/47,36

Меню на 22 января 2025

Директор школы

А.С. Галиуллина

«Утверждаю»

А.С. Галиуллина

№	Прием пищи/ Наименование блюд	выход	Энерг.ценн ость Ккал
1	Завтрак Каша "Дружба"	200	178,38
2		32/5	123,86
3		180	89,56
	2-ой завтрак: яблоко	100	47,0
1	обед Салат из белокочанной капусты	50	36,45
2		200/10	129,22
3		155	279,2
4		180	34,99
5		40	81,58
6		25	59,21
1	ПОЛДНИК Ватрушка с повидлом	95	304,34
2		30	106,2
3		120	48,0
4		150	17,22
5			

69-43 Меню на 22 января 2025

Директор школы

А.С. Галиуллина

«Утверждаю»

А.С. Галиуллина

Наименование блюда	горячий завтрак 1-4	Выход	ккал
1	Салат белокочанной капусты	60	47,46
2	Каша гречневая вязкая	150/5	143,83
3	Бифштекс рубленый с соусом	60/30	143,67
4	Чай с сахаром с лимоном	200	41,55
5	Хлеб ржаной	20	40,79
6	Хлеб пшеничный	20	47,36

55-16 Меню на 22 января 2025

Директор школы

А.С. Галиуллина

«Утверждаю»

А.С. Галиуллина

Наименование блюда	Обед 5-9	выход	ккал
1	Суп картофельный с горохом га мк/б	250/10	173,61
2	Макаронны отварные с маслом	150/5	215,73
3	Гуляш из куриных грудок	60	103,47
4	Чай с сахаром	200	20,55
5	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	20/20	47,36/40,79

Меню на 23 января 2025

Директор школы

«Утверждаю»
А.С.Галиуллина

№	Прием пищи/ Наименование блюд	выход	Энерг.ценн ость Ккал
1	Завтрак Суп молочный с вермишелью	200	100,2
2		32/5/7	147,49
3		180/5	19,84
2-ой завтрак:сок			
1	обед Салат из моркови	200	86,0
2		50	24,04
3		200/12/6	115,54
4		155	296,43
5		180/5	19,84
6		40	81,58
1	полдник Хлеб ржаной	25	59,21
2		148/8	195,17
3		25	104,25
4		120	37,2
5		160	61,97

69-43 Меню на 23 января 2025

Директор школы

«Утверждаю»
А.С.Галиуллина

Наименование блюда	горячий завтрак _ 1-4	Выход	ккал
1	Салат из моркови	60	65,62
2	Макароны отварные с маслом	150,/5	215,73
3	Котлеты рубленые из курицы с соусом	60/40	137,67
4	Чай с сахаром	200	21,15
5	Хлеб ржаной	20	40,79
6	Хлеб пшеничный	20	47,36

55-16 Меню на 23 января 2025

Директор школы

«Утверждаю»
А.С.Галиуллина

Наименование блюда	Обед 5-9	выход	ккал
1	Борщ со свежей капустой с курицей	250/15	129,42
2	Плов из курицы	200	356,97
3	Чай с сахаром с лимоном	200	41,55
4	Хлеб пшеничный	20	47,36
5	Хлеб ржаной	20	40,79

Меню на 24 сентября 2025

Директор школы

«Утверждаю»

А.С.Галиуллина

№	Прием пищи/ Наименование блюд	выход	Энерг.ценн ость Ккал	
1	Завтрак Каша овсяная молочная	200	182,21	
2		32/5/5	137,64	
3		180	90,05	
	2-ой завтрак:яблоко	100	47,0	
1	обед Салат витаминный	50	45	
2		Рассольник Ленинградский на мк/б	200/10/	124,7
3		Пюре картофельное	135	116,34
4		Фрикадельки рыбные отварные в томатном соусе	60/20	87,55
5		кисель	180	86,06
6		Хлеб ржаной	40	81,58
1	полдник Макаронны отварные с сыром	160	254,18	
2		Хлеб пшеничный	25	59,21
3		Чай с сахаром	180/5	19,84
4				
5				

692 93

Меню на 24 сентября 2025

Директор школы

«Утверждаю»

А.С.Галиуллина

Наименование блюда	горячий завтрак 1-4	Выход	ккал
1	Салат из белокочанной капусты и моркови	60	72,27
2	Рагу из птицы	200	211,7
3			
4	Компот из сухофруктов	200	117,45
5	Хлеб ржаной	20	40,79
6	Хлеб пшеничный	20	47,36

55216

Меню на 24 сентября 2025

Директор школы

«Утверждаю»

А.С.Галиуллина

Наименование блюда	Обед 5-9	выход	ккал
1	Рассольник ленинградский на мк/б	250/10	151,05
2	Пюре картофельное с маслом	110/3	100,96
3	Рыба припущенная	60	66,97
4	Чай с сахаром	200	20,55
5	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	20/20	47,36/40,79

Меню на 25 сентября 2025

Директор школы



А.С.Галиуллина

№	Прием пищи/ Наименование блюд	выход	Энерг.ценность Ккал
1	завтрак Каша манная молочная	200	137,25
2		32/5	123,86
3		180	67,2186,0
	2-ой завтрак:сок	200	86,0
1	обед Салат из моркови и яблок	50	35,76
2		200/12	93,09
3		135	164,16
4		70	147,56
5		180	30,96
6		40/25	81,58/59,21
1	полдник Яблоко		
2		100	47
3		320	130,24
4		200	86,0
5			

69-43

Меню на 25 сентября 2025

Директор школы



«Утверждаю»

А.С.Галиуллина

Наименование блюда	горячий завтрак <u>1-4</u>	Выход	ккал
1	Салат из квашеной капусты	60	35,37
2	Каша пшенная рассыпчатая с маслом	150,/5	158,17
3	Котлеты рубленые из курицы в соусе	60/40	137,67
4	Какао с молоком	200	98,09
5	Хлеб ржаной	20	40,79
6	Хлеб пшеничный	20	47,36

55-16

Меню на 25 сентября 2025

Директор школы



«Утверждаю»

А.С.галиуллина

Наименование блюда	<u>Обед 5-9</u>	выход	ккал
1	Щи из свежей капусты с курицей	250/15	98,02
2	Каша ячневая вязкая с маслом	170/5	201,02
3	Котлеты рубленые из курицы с соусом	60/40	146,39
4	Чай с сахаром с лимоном	200	41,55
5	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	20/20	47,36/40,79



"Утверждаю"

Директор школы *А.С.Галиуллина* А.С.Галиуллина

меню на *20 января* 2025

№	Наименование блюда	Выход	ККЛ
<i>1</i>	<i>варени</i>	<i>51</i>	
<i>2</i>	<i>чаша с соевым</i>	<i>200</i>	



"Утверждаю"

Директор школы *А.С.Галиуллина* А.С.Галиуллина

меню на *21 января* 2025

№	Наименование блюда	Выход	ККЛ
<i>1</i>	<i>печенье курабас</i>	<i>15</i>	
<i>2</i>	<i>чаша с соевым</i>	<i>200</i>	



"Утверждаю"

Директор школы *А.С.Галиуллина* А.С.Галиуллина

меню на *22 января* 2025

№	Наименование блюда	Выход	ККЛ
<i>1</i>	<i>армянск</i>	<i>37</i>	
<i>2</i>	<i>чаша с соевым</i>	<i>200</i>	

"Утверждаю"
Директор школы А.С.Галиуллина

меню на 23 января 2025

№	Наименование блюда	ВЫХОД	ККЛ
1	варени	87	
2	чай с сахаром	200	

"Утверждаю"
Директор школы А.С.Галиуллина

меню на 24 января 2025

№	Наименование блюда	ВЫХОД	ККЛ
1	пирог с крабами	15	
2	чай с сахаром	200	

"Утверждаю"
Директор школы А.С.Галиуллина

меню на 25 января 2025

№	Наименование блюда	ВЫХОД	ККЛ
1	пирог	37	
2	чай с сахаром	200	