



## МЕНЮ (Льготное)

10 день

02 Мая 2024 г.

Выход, г	Завтрак кадетов для 9-11 классов на 2024 год
200/25	<b>Запеканка из творога со сгущённым молоком</b> Творог, Крупа манная, Яйцо куриное, Сахар-песок, Сметана, Масло сливочное, Сухари панировочные, Соль Б - 37,9 г, Ж - 26,3 г, У - 62,9 г, ЭЦ - 547,6 ккал
20.5.25	<b>Бутерброд с джемом</b> Батон пшеничный, Масло сливочное, Джем Б - 2,0г, Ж - 4,8 г, У - 27,2 г, ЭЦ - 159,0 ккал
200	<b>Какао с молоком</b> Какао-порошок, Молоко, Сахар-песок Б - 2,9 г, Ж - 2,5 г, У - 19,6 г, ЭЦ - 134 ккал
200	<b>Мандарин свежий</b> Б - 1,6 г, Ж - 0,2 г, У - 14,9 г, ЭЦ - 76 ккал

Выход, г	Обед кадетов для 9-11 классов на 2024 год
40/80	<b>Яйцо с гарниром</b> Яйцо куриное вареное, Горошек зеленый консервированный Б - 6,6 г, Ж - 7,2 г, У - 11,8 г, ЭЦ - 144,0 ккал
250/15/10	<b>Борщ с капустой, картофелем, курой отварной и сметаной</b> Свекла свежая, Капуста белокочанная свежая, Картофель свежий, Морковь свежая, Лук репчатый, Масло сливочное, Томатная паста, Сахар-песок, Кислота лимонная, Курица отварная, Сметана, Соль Б - 9,85г, Ж - 10,3 г, У - 15,06 г, ЭЦ - 178,8 ккал
120/40	<b>Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом</b> Говядина лопатка с/м, Свинина окорок с/м, Батон нарезной обогащенный, Молоко, Лук репчатый, Масло растительное, Сметана, Мука пшеничная, Томатная паста, Соль Б - 12,3 г, Ж - 23,0 г, У - 15,0 г, ЭЦ - 240,0 ккал
200	<b>Макаронные изделия отварные</b> Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль Б - 6,5 г, Ж - 6,4 г, У - 39,5 г, ЭЦ - 254,4 ккал
200	<b>Сок фруктовый (яблочный)</b> Б - 1 г, Ж - 0,2 г, У - 19,17 г, ЭЦ - 90 ккал
75	<b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b> Б - 6,0 г, Ж - 3,2 г, У - 38,3 г, ЭЦ - 172,5 ккал
75	<b>Батон обогащенный микронутриентами</b> Б - 6,0 г, Ж - 3,5 г, У - 38,9 г, ЭЦ - 204,0 ккал
50	<b>Сдоба обыкновенная</b> Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Молоко, Масло сливочное, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Масло растительное, Соль Б - 3,8 г, Ж - 9,9 г, У - 24,8 г, ЭЦ - 164,0 ккал

Главный технолог

Зав. производством



УТВЕРЖДЕНО  
Генеральный директор  
АО "СТОЛОВАЯ № 14"  
Филиппов С.Н.



**МЕНЮ (Льготное)  
11 день**

03 мая 2024 г.

Выход, г	<b>Завтрак кадетов для 9-11 классов на 2024 год</b>	
250	<b>Омлет натуральный</b> Яйца куриные, Молоко, Масло сливочное, Соль Б - 24,0 г, Ж - 31,45 г, У - 24,3 г, ЭЦ - 472,7 ккал	
200/5	<b>Чай с лимоном</b> Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон свежий Б - 0,2 г, Ж - 0,1 г, У - 15 г, ЭЦ - 60,00 ккал	
50	<b>Батон обогащенный микронутриентами</b> Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал	
70	<b>Зефир витаминизированный</b> Б - 1,26 г, Ж - 0,2 г, У - 46,4 г, ЭЦ - 203,2 ккал	
200	<b>Яблоко свежее</b> Б - 0,8 г, Ж - 0,8 г, У - 19,6 г, ЭЦ - 88,8 ккал	

Выход, г	<b>Обед кадетов для 9-11 классов на 2024 год</b>	
120	<b>Салат из квашеной капусты</b> Капуста квашеная, Лук зелёный, Сахар-песок, Масло растительное Б - 1,92 г, Ж - 6,1 г, У - 9,2 г, ЭЦ - 99,6 ккал	
250/15	<b>Суп-лапша домашняя с курицей</b> Лапша домашняя, Филе куриное отварное, Лук репчатый, Морковь, Масло сливочное, Соль ккал Б - 11,2 г, Ж - 13,5 г, У - 19,7 г, ЭЦ - 238,7	
320	<b>Плов с куриным филе</b> Кура филе с/м, Крупа рисовая, Морковь свежая, Лук репчатый, Томатная паста, Масло сливочное, Соль Б - 20,6 г, Ж - 21,9 г, У - 52,1 г, ЭЦ - 495,0 ккал	
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b> Смесь сухофруктов компотная, Сахар-песок, Кислота лимонная Б - 0,6 г, Ж - 0,1 г, У - 23,5 ЭЦ - 97,2 ккал	
75	<b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b> Б - 6,0 г, Ж - 3,2 г, У - 38,3 г, ЭЦ - 172,5 ккал	
75	<b>Батон обогащенный микронутриентами</b> Б - 6,0 г, Ж - 3,5 г, У - 38,9 г, ЭЦ - 204,0 ккал	
125	<b>Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%</b> Б - 4,1 г, Ж - 2,5 г, У - 4,9 г, ЭЦ - 87 ккал	

Главный технолог

Зав. производством



СОГЛАСОВАНО  
Директор школы №  
Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО  
Генеральный директор  
АО "СТОЛОВАЯ № 14"  
Филиппов С.Н.

**МЕНЮ (Льготное)**  
**1 день**  
06 Мая 2024 г.

Выход, г	<b>Завтрак кадетов для 5-8 классов на 2024 год</b>
15/25	<b>Бутерброд с маслом сливочным</b> Батон пшеничный, масло сливочное Б - 2,7 г, Ж - 12,5 г, У - 13 г, ЭЦ - 179,4 ккал
200/30	<b>Манник со сгущённым молоком</b> Крупа манная, Молоко. Соль. Сахар-песок. Яйца. Масло сливочное. Молоко сгущённое Б - 15,5 г, Ж - 8,9 г, У - 68,1 г, ЭЦ - 405,3 ккал
200/5	<b>Чай с лимоном</b> Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон свежий Б - 0,2 г, Ж - 0,1 г, У - 15 г, ЭЦ - 60 ккал
200	<b>Яблоко свежее</b> Б - 0,8 г, Ж - 0,8 г, У - 19,6 г, ЭЦ - 88,8 ккал
50	<b>Печенье в ассортименте</b> Б - 6 г, Ж - 5 г, У - 22,5 г, ЭЦ - 138 ккал

Выход, г	<b>Обед кадетов для 5-8 классов на 2024 год</b>
100	<b>Огурец свежий порционно</b> Огурцы свежие Б - 0,8 г, Ж - 0,1 г, У - 1,7 г, ЭЦ - 12,0 ккал
250/15/10	<b>Щи по-уральски с крупой и курицей, со сметаной</b> Капуста квашеная, Лук репчатый, Морковь свежая, Крупа перловая, Соль, Курица отварная, Сметана Б - 3,0 г, Ж - 4,53 г, У - 13,2 г, ЭЦ - 147,1 ккал
100	<b>Шницель рубленый мясной</b> Говядина лопатка с/м, Свинина окорок с/м, Батон нарезной обогащенный, Сухари панировочные, Масло подсолнечное, Соль Б - 12,55 г, Ж - 11,77 г, У - 11,63 г, ЭЦ - 245,6 ккал
200/15	<b>Макаронные изделия с сыром</b> Макаронные изделия, Масло сливочное, Сыр, Соль Б - 15,8 г, Ж - 16,1 г, У - 37,5 г, ЭЦ - 358,0 ккал
200	<b>Сок фруктовый (яблочный)</b> Б - 1 г, Ж - 0,2 г, У - 19,17 г, ЭЦ - 90 ккал
60	<b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами</b> Б - 4,8 г, Ж - 2,55 г, У - 30,6 г, ЭЦ - 138 ккал
50	<b>Батон обогащенный микроэлементами</b> Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал
50	<b>Плюшка "Московская"</b> Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Масло сливочное, Молоко, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Масло растительное, Соль Б - 4,3 г, Ж - 7,2 г, У - 30,8 г, ЭЦ - 164,9 ккал

Главный технолог

Зав. производством



СОГЛАСОВАНО  
Директор школы №  
Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО  
Генеральный директор  
АО "СТОЛОВАЯ № 14"  
Филиппов С.Н.

**МЕНЮ (Льготное)**

**2 день**

**07 Мая 2024 г.**

Выход, г	<b>Завтрак кадетов для 9-11 классов на 2024 год</b>
240/30	<b>Пудинг из творога (запеченный) с джемом</b> Творог, Крупа манная, Яйцо куриное, Сахар-песок, Изюм, Сметана, Масло сливочное, Сухари панировочные, Соль Б - 24,3 г, Ж - 23,7 г, У - 59,2 г, ЭЦ - 506,6 ккал
200	<b>Чай с сахаром</b> Чай черный весовой, Сахар-песок Б - 0,2 г, Ж - 0,1 г, У - 15 г, ЭЦ - 60 ккал
10.5.25	<b>Бутерброд с сыром</b> Сыр, Масло сливочное, Батон пшеничный Б - 4,4г, Ж - 12,42 г, У - 13,0 г, ЭЦ - 179,33 ккал
30	<b>Пряник</b> Б - 1,8 г, Ж - 0,9 г, У - 23,4 г, ЭЦ - 100,8 ккал
200	<b>Апельсин свежий</b> Б - 1,8 г, Ж - 0,4 г, У - 16,2 г, ЭЦ - 86,0 ккал

Выход, г	<b>Обед кадетов для 9-11 классов на 2024 год</b>
120	<b>Икра баклажанная (консервированная)</b> Икра баклажанная (консервированная) Б - 1,5 г, Ж - 8,16 г, У - 5,4 г, ЭЦ - 88,8 ккал
250/10/5	<b>Борщ с капустой и картофелем, отварной говядиной и сметаной</b> Картофель свежий, Свекла свежая, Капуста белокочанная свежая, Лук репчатый, Морковь свежая, Томатная паста, Соль, Кислота лимонная Сметана Б - 5,32г, Ж - 7,1 г, У - 14,4 г, ЭЦ - 159,7 ккал
120/40	<b>Фрикадельки куриные в соусе молочном</b> Кура филе с/м, Батон пшеничный, Молоко, Масло сливочное, Мука пшеничная, Соль Б - 21,7 г, Ж - 8,1 г, У - 23,3г, ЭЦ - 267,6 ккал
200	<b>Рис отварной</b> Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль Б - 7,2 г, Ж - 8,4 г, У - 41,2 г, ЭЦ - 255,5 ккал
200	<b>Компот из свежих яблок</b> Яблоки свежие, Сахар-песок, кислота лимонная Б - 0,2 г, Ж - 0,2 г, У - 20,1 г, ЭЦ - 87,8 ккал
75	<b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами</b> Б - 6,0 г, Ж - 3,2 г, У - 38,3 г, ЭЦ - 172,5 ккал
75	<b>Батон обогащенный микроэлементами</b> Б - 6,0 г, Ж - 3,5 г, У - 38,9 г, ЭЦ - 204,0 ккал
50	<b>Сдоба обыкновенная</b> Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Молоко, Масло сливочное, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Масло растительное, Соль Б - 3,8 г, Ж - 9,9 г, У - 24,8 г, ЭЦ - 164,0 ккал

Главный технолог \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_



СОГЛАСОВАНО  
Директор школы №  
Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО  
Генеральный директор  
АО "СТОЛОВАЯ № 14"  
Филиппов С.Н.

## МЕНЮ (Льготное)

3 день

08 Мая 2024 г.

Выход, г	Завтрак кадетов для 9-11 классов на 2024 год
280	<b>Запеканка рисовая с творогом</b> Крупа рисовая, Творого, Яйца, Сахар-песок, Масло сливочное, Сухари пшеничные, Сметана, Соль Б - 19,2 г, Ж - 21,4 г, У - 68,8 г, ЭЦ - 487,2 ккал
20.5.25	<b>Бутерброд с джемом</b> Батон пшеничный, Масло сливочное, Джем Б - 2,0 г, Ж - 4,8 г, У - 27,2 г, ЭЦ - 159,0 ккал
200	<b>Какао с молоком</b> Какао-порошок, Молоко, Сахар-песок Б - 2,9 г, Ж - 2,5 г, У - 19,6 г, ЭЦ - 134 ккал
200	<b>Груша свежая</b> Б - 0,8 г, Ж - 0,6 г, У - 20,6 г, ЭЦ - 94,0 ккал
125	<b>Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в инд.упаковке</b> Б - 4,9 г, Ж - 2,5 г, У - 13,2 г, ЭЦ - 102,9 ккал

Выход, г	Обед кадетов для 9-11 классов на 2024 год
100/20	<b>Салат из свеклы с яйцом</b> Свекла, Яйцо варёное, Масло растительное, Соль Б - 7,8 г, Ж - 10,9 г, У - 5,7 г, ЭЦ - 143,1 ккал
250/15	<b>Суп с макаронными изделиями, картофелем и курой отварной</b> Картофель свежий, Макароны изделия, Лук репчатый, Морковь свежая, Масло сливочное, Соль, Курица отварная Б - 4,00 г, Ж - 2,90 г, У - 17,06 г, ЭЦ - 121 ккал
120/40	<b>Хлебец рыбный запечённый, соус сметанный</b> Минтай филе с/м, Лук репчатый, Морковь, "Геркулес" крупа, Сухари панировочные, Масло растительное, Соль Б - 17,7 г, Ж - 18,6 г, У - 12,1 г, ЭЦ - 132,4 ккал
200	<b>Картофель отварной</b> Картофель свежий, Масло сливочное, Соль Б - 3,8 г, Ж - 7,1 г, У - 30,4 г, ЭЦ - 201,8 ккал
200	<b>Компот из апельсинов</b> Апельсины свежие Сахар-песок Б - 0,5 г, Ж - 0,1 г, У - 24,1 г, ЭЦ - 95,2 ккал
75	<b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами</b> Б - 6,0 г, Ж - 3,2 г, У - 38,3 г, ЭЦ - 172,5 ккал
75	<b>Батон обогащенный микроэлементами</b> Б - 6,0 г, Ж - 3,5 г, У - 38,9 г, ЭЦ - 204,0 ккал
50	<b>Булочка "домашняя"</b> Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Молоко, Масло сливочное, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Масло растительное, Соль Б - 3,6 г, Ж - 5,4 г, У - 24,9 г, ЭЦ - 150,3 ккал

Главный технолог

Зав. производств