

СОГЛАСОВАНО
Директор школы №
Ф.И.О.



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



МЕНЮ (Льготное)

5 день

24 мая 2024 г.

Выход, г	Завтрак кадетов для 9-11 классов на 2024 год
250/15	Макароны отварные с сыром Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль, Сыр Б - 20,4 г, Ж - 21,3 г, У - 50,5 г, ЭЦ - 466,1 ккал
200/5	Чай с лимоном Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон свежий Б - 0,2 г, Ж - 0,1 г, У - 15 г, ЭЦ - 60 ккал
20.5.25	Бутерброд с джемом Батон пшеничный, Масло сливочное, Джем Б - 2,0 г, Ж - 4,8 г, У - 27,2 г, ЭЦ - 159,0 ккал
40	Вафли Б - 2,88 г, Ж - 3,84 г, У - 19,6 г, ЭЦ - 124 ккал
200	Яблоко свежее Б - 0,8 г, Ж - 0,8 г, У - 19,6 г, ЭЦ - 88,8 ккал

Выход, г	Обед кадетов для 9-11 классов на 2024 год
120	Винегрет овощной Свекла свежая, Картофель свежий, Морковь свежая, Огурцы соленые, Капуста квашеная, Лук зелёный, Масло растительное, Соль Б - 1,6 г, Ж - 12,2 г, У - 7,99 г, ЭЦ - 147,6 ккал
25010/5	Рассольник ленинградский с перловой крупой, отварной курицей и сметаной Картофель свежий, Огурцы соленые, Крупа перловая, Лук репчатый, Морковь свежая, Масло растительное, Соль, Филе куриное отварное, Сметана Б - 4,7 г, Ж - 7,0 г, У - 28,3 г, ЭЦ - 170,8 ккал
320	Голубцы ленивые Говядина лопатка с/м, Свинина окорок с/м, Капуста белокочанная свежая, Крупа рисовая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль Б - 28,2 г, Ж - 29,7 г, У - 27,2 г, ЭЦ - 492,2 ккал
200	Кисель из плодов шиповника Плоды шиповника сушёные, Крахмал картофельный, Сахар-песок Б - 0,2 г, Ж - 0,1 г, У - 26,2 г, ЭЦ - 108,4 ккал
75	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами Б - 6,0 г, Ж - 3,2 г, У - 38,3 г, ЭЦ - 172,5 ккал
75	Батон обогащенный микроэлементами Б - 6,0 г, Ж - 3,5 г, У - 38,9 г, ЭЦ - 204,0 ккал
50	Сдоба обыкновенная Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, 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)

4 день

23 мая 2024 г.

Выход, г	Завтрак кадетов для 9-11 классов на 2024 год
230	Омлет с зелёным горошком Яйцо, Молоко, Горошек зелёный, Масло сливочное, Соль Б - 21,3 г, Ж - 22,7 г, У - 32,5 г, ЭЦ - 481,8 ккал
15/10/25	Бутерброд с сыром Сыр, Масло сливочное, Батон пшеничный Б - 5,73 г, Ж - 17,8 г, У - 13,04 г, ЭЦ - 232,9 ккал
25	Батон обогащенный микронутриентами Б - 2 г, Ж - 1,16 г, У - 12,99 г, ЭЦ - 68 ккал
200	Чай с сахаром Чай черный весовой, Сахар-песок Б - 0,2 г, Ж - 0,1 г, У - 15 г, ЭЦ - 60 ккал
30	Пряник Б - 1,8 г, Ж - 0,9 г, У - 23,4 г, ЭЦ - 100,8 ккал
200	Мандарин свежий Б - 1,6 г, Ж - 0,2 г, У - 14,9 г, ЭЦ - 76,0 ккал

Выход, г	Обед кадетов для 9-11 классов на 2024 год
120	Салат из квашеной капусты Капуста квашеная, Лук зелёный, Масло растительное, Сахар Б - 1,92 г, Ж - 6,1 г, У - 9,2 г, ЭЦ - 99,6 ккал
250/10	Суп картофельный с горохом и гречками Картофель свежий, Горох сухой, Лук репчатый, Морковь свежая, Масло сливочное, Соль, Батон нарезной обогащенный Б - 7,0 г, Ж - 4,85 г, У - 34,1 г, ЭЦ - 174,4 ккал
120	Бефстроганов из отварной говядины в сметанном соусе Говядина лопатка с/м, Лук репчатый, Сметана, Мука пшеничная, Масло растительное, Соль Б - 12,6 г, Ж - 13,3 г, У - 5,04 г, ЭЦ - 226,8 ккал
200	Каша гречневая рассыпчатая Крупа гречневая ядрица, Масло сливочное, Соль Б - 4,8 г, Ж - 7,4 г, У - 45,3 г, ЭЦ - 274,0 ккал
200	Сок фруктовый (персиковый) Б - 1 г, Ж - 0,2 г, У - 15 г, ЭЦ - 76 ккал
75	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами Б - 6,0 г, Ж - 3,2 г, У - 38,3 г, ЭЦ - 172,5 ккал
75	Батон обогащенный микронутриентами Б - 6,0 г, Ж - 3,5 г, У - 38,9 г, ЭЦ - 204,0 ккал
50	Плюшка "Московская" 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)

3 день

22 мая 2024 г.

Выход, г	Завтрак кадетов для 9-11 классов на 2024 год
280	Запеканка рисовая с творогом 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	Бутерброд с джемом Батон пшеничный, Масло сливочное, Джем Б - 2,0г, Ж - 4,8 г, У - 27,2 г, ЭЦ - 159,0 ккал
200	Какао с молоком Какао-порошок, Молоко, Сахар-песок Б - 2,9 г, Ж - 2,5 г, У - 19,6 г, ЭЦ - 134 ккал
200	Груша свежая Б - 0,8г, Ж - 0,6 г, У - 20,6 г, ЭЦ - 94,0 ккал
125	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в инд.упаковке 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	Салат из свеклы с яйцом Свекла, Яйцо варёное, Масло растительное, Соль Б - 7,8 г, Ж - 10,9 г, У - 5,7 г, ЭЦ - 143,1 ккал
250/15	Суп с макаронными изделиями, картофелем и курой отварной 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	Хлебец рыбный запечённый, соус сметанный 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	Картофель отварной Картофель свежий, Масло сливочное, Соль Б - 3,8 г, Ж - 7,1 г, У - 30,4 г, ЭЦ - 201,8 ккал
200	Компот из апельсинов Апельсины свежие Сахар-песок Б - 0,5 г, Ж - 0,1 г, У - 24,1 г, ЭЦ - 95,2 ккал
75	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами Б - 6,0 г, Ж - 3,2 г, У - 38,3 г, ЭЦ - 172,5 ккал
75	Батон обогащенный микроэлементами Б - 6,0 г, Ж - 3,5 г, У - 38,9 г, ЭЦ - 204,0 ккал
50	Булочка "домашняя" 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

СОГЛАСОВАНО
Директор школы №
Ф.И.О.



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



МЕНЮ (Льготное)

2 день

21 мая 2024 г.

Выход, г	Завтрак кадетов для 9-11 классов на 2024 год
240/30	Пудинг из творога (запеченный) с джемом 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	Чай с сахаром Чай черный весовой, Сахар-песок Б - 0,2 г, Ж- 0,1 г, У - 15 г, ЭЦ - 60 ккал
10.5.25	Бутерброд с сыром Сыр, Масло сливочное, Батон пшеничный Б - 4,4г, Ж- 12,42 г, У - 13,0 г, ЭЦ - 179,33 ккал
30	Пряник Б - 1,8 г, Ж- 0,9 г, У - 23,4 г, ЭЦ - 100,8 ккал
200	Апельсин свежий Б - 1,8 г, Ж- 0,4 г, У - 16,2 г, ЭЦ - 86,0 ккал

Выход, г	Обед кадетов для 9-11 классов на 2024 год
120	Икра баклажанная (консервированная) Икра баклажанная (консервированная) Б - 1,5 г, Ж - 8,16 г, У - 5,4 г, ЭЦ - 88,8 ккал
250/10/5	Борщ с капустой и картофелем, отварной говядиной и сметаной 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	Фрикадельки куриные в соусе молочном 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	Рис отварной Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль Б - 7,2 г, Ж - 8,4 г, У - 41,2 г, ЭЦ - 255,5 ккал
200	Компот из свежих яблок Яблоки свежие, Сахар-песок, кислота лимонная Б - 0,2 г, Ж - 0,2 г, У - 20,1 г, ЭЦ - 87,8 ккал
75	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами Б - 6,0 г, Ж - 3,2 г, У - 38,3 г, ЭЦ - 172,5 ккал
75	Батон обогащенный микроэлементами Б - 6,0 г, Ж - 3,5 г, У - 38,9 г, ЭЦ - 204,0 ккал
50	Сдоба обыкновенная 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.



**МЕНЮ (Льготное)
1 день**

20 мая 2024 г.

Выход, г	Завтрак кадетов для 9-11 классов на 2024 год
15/25	Бутерброд с маслом сливочным Батон пшеничный, Масло сливочное Б - 2,7 г, Ж - 12,5 г, У - 13 г, ЭЦ - 179,4 ккал
240/30	Манник со сгущённым молоком Крупа манная, Молоко, Соль, Сахар-песок, Яйца, Масло сливочное, Молоко сгущённое Б - 18,6 г, Ж - 10,7 г, У - 81,7 г, ЭЦ - 486,4 ккал
200/5	Чай с лимоном Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон свежий Б - 0,2 г, Ж - 0,1 г, У - 15 г, ЭЦ - 60 ккал
200	Яблоко свежее Б - 0,8 г, Ж - 0,8 г, У - 19,6 г, ЭЦ - 88,8 ккал
75	Печенье в ассортименте Б - 9 г, Ж - 7,5 г, У - 32,3 г, ЭЦ - 207 ккал

Выход, г	Обед кадетов для 9-11 классов на 2024 год
120	Огурец свежий порционно Огурцы свежие Б - 0,96 г, Ж - 0,12 г, У - 2,04 г, ЭЦ - 14,4 ккал
250/15/10	Щи по-уральски с крупой и курицей, со сметаной 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
120	Шницель рубленый мясной Говядина лопатка с/м, Свинина окорок с/м, Батон нарезной обогащенный, Сухари панировочные, Масло подсолнечное, Соль Б - 15,1 г, Ж - 14,1 г, У - 14,0 г, ЭЦ - 294,7 ккал
200/15	Макаронные отварные с сыром Макаронные изделия, Масло сливочное, Сыр, Соль Б - 15,8 г, Ж - 16,1 г, У - 37,5 г, ЭЦ - 358,0 ккал
200	Сок фруктовый (яблочный) Б - 1 г, Ж - 0,2 г, У - 19,17 г, ЭЦ - 90 ккал
75	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами Б - 6,0 г, Ж - 3,2 г, У - 38,3 г, ЭЦ - 172,5 ккал
75	Батон обогащенный микроэлементами Б - 6,0 г, Ж - 3,5 г, У - 38,9 г, ЭЦ - 204,0 ккал
50	Плюшка "Московская" 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