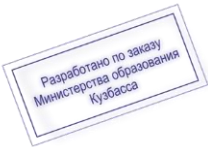


ПРИМЕРНОЕ 20- ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ  
Март – Май 2025 г.

| I НЕДЕЛЯ                                                    |               | Пищевая/энергетическая<br>ценность<br>Б/Ж/У/<br>Эн.цен.(ккал) | II НЕДЕЛЯ                                        |               | Пищевая/энергетическа<br>я ценность<br>Б/Ж/У/<br>Эн.цен.(ккал) |
|-------------------------------------------------------------|---------------|---------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|---------------|----------------------------------------------------------------|
| ПОНЕДЕЛЬНИК                                                 | Выход,<br>гр. |                                                               | ПОНЕДЕЛЬНИК                                      | Выход,<br>гр. |                                                                |
| Каша кукурузная молочная с маслом                           | 200/5         | 7,32/7,29/34,18/230,69                                        | Каша рисовая молочная с ананасами и маслом NEW   | 200/5         | 6,23/7,14/31,66/215,55                                         |
| Блинчики с маслом (2 шт)                                    | 80/10         | 4,39/9,71/26,83/219,19                                        | Масло сливочное порциями                         | 10            | 0,08/7,25/0,13/66,1                                            |
| Батон пшеничный                                             | 30            | 2,25/0,87/14,94/78,6                                          | Сыр порциями                                     | 15            | 3,48/4,43/0/54,6                                               |
| Чай с сахаром и лимоном                                     | 200           | 0,04/0/7,4/30,26                                              | Батон пшеничный                                  | 30            | 2,25/0,87/14,94/78,6                                           |
| Фруктовый десерт                                            | 190           | 5/0,4/2/25                                                    | Чай с сахаром                                    | 200           | 0/0/7,27/28,73                                                 |
|                                                             |               |                                                               | Молочный десерт                                  | 200           | 8,25/6,25/22/175                                               |
| ВТОРНИК                                                     |               |                                                               | ВТОРНИК                                          |               |                                                                |
| Запеканка куриная под сырной шапкой /                       | 90            | 20,17/20,31/2,09/274,0                                        | Фрукты в ассортименте                            | 150           | 0,6/0,6/14,7/70,5                                              |
| Филе птицы тушеное с овощами                                | 90            | 15,77/13,36/1,61/190,47                                       |                                                  |               |                                                                |
| Каша гречневая вязкая с маслом                              | 150           | 4,3/4,24/18,77/129,54                                         | Филе птицы тушенное в сливочно – сыром соусе NEW | 90            | 19.78/24.51/2.52/312.28                                        |
| Масло сливочное порциями                                    | 15            | 0,12/10,88/0,19/99,15                                         | Каша гречневая вязкая с маслом                   | 150           | 4,3/4,24/18,77/129,54                                          |
| Хлеб пшеничный/ржаной                                       | 25/20         | 1,9/0,2/12,3/58,75/<br>1,32/0,24/8,04/39,60                   | Хлеб пшеничный/ржаной                            | 20/20         | 1,52/0,16/9,84/47/<br>1,32/0,24/8,04/39,60                     |
| Напиток плодово-ягодный витаминизированный                  | 200           | 0/0/14,16/55,48                                               | Кисель витаминизированный плодово-ягодный        | 200           | 0/0/20,17/81,3                                                 |
| СРЕДА                                                       |               |                                                               | СРЕДА                                            |               |                                                                |
| Огурцы порционные                                           | 60            | 0,48/0,6/1,56/8,4                                             | Огурцы порционные                                | 60            | 0,48/0,6/1,56/8,4                                              |
| Мясо тушеное                                                | 90            | 18/16,5/2,89/232,8                                            | Рыба тушеная с овощами                           | 90            | 12,86/1,65/4,94/84,8                                           |
| Картофельное пюре с маслом/<br>Картофель запеченный с сыром | 150<br>150    | 3,28/7,81/21,57/170,22<br>4,1/5,51/25,26/166,85               | Картофель запеченный с зеленью                   | 150           | 3,23/5,11/25,3/159,79                                          |
| Хлеб пшеничный/ржаной                                       | 20/20         | 1,52/0,16/9,84/47/<br>1,32/0,24/8,04/39,60                    | Хлеб пшеничный/ржаной                            | 45/30         | 3,42/0,36/22,14/105,75/<br>1,98/0,36/12,06/59,4                |
| Компот из сухофруктов                                       | 200           | 0,37/0/14,85/59,48                                            | Компот из кураги                                 | 200           | 0,83/0,04/15,16/64,22                                          |
| ЧЕТВЕРГ                                                     |               |                                                               | ЧЕТВЕРГ                                          |               |                                                                |
| Фрукты в ассортименте                                       | 150           | 0,6/0,45/15,45/70,5                                           | Фрукты в ассортименте                            | 150           | 0,6/0,45/15,45/70,5                                            |
| Запеканка из творога с шоколадным соусом                    | 150           | 25,34/11,2/29,53/322,83                                       | Омлет с сыром                                    | 150           | 18,86/20,22/2,79/270,32                                        |
| Батон пшеничный                                             | 30            | 2,25/0,87/14,94/78,6                                          | Батон пшеничный                                  | 30            | 2,25/0,87/14,94/78,6                                           |
| Чай с сахаром                                               | 200           | 0/0/7,27/28,73                                                | Какао с молоком                                  | 200           | 6,64/5,15/16,81/141,19                                         |
|                                                             |               |                                                               |                                                  |               |                                                                |
| ПЯТНИЦА                                                     |               |                                                               | ПЯТНИЦА                                          |               |                                                                |
| Сыр порциями                                                | 20            | 4,64/5,9/0/72,8                                               | Маринад из моркови                               | 60            | 1,12/4,27/6,02/68,62                                           |
|                                                             |               | 14,84/12,69/4,46/191,87                                       | Люля – кебаб с томатным соусом с зеленью/ Гуляш  | 90<br>90      | 12,52/10/12,3/190,38<br>18,13/17,05/3,69/240,96                |
| Филе птицы тушеное в томатном соусе                         | 90            |                                                               | Рис отварной с маслом                            | 150           | 3,34/4,91/33,93/191,49                                         |
| Спагетти отварные с маслом                                  | 150           | 6,76/3,93/41,29/227,48                                        | Хлеб пшеничный/ржаной                            | 20/20         | 1,52/0,16/9,84/47/<br>1,32/0,24/8,04/39,60                     |
| Хлеб пшеничный/ржаной                                       | 20/20         | 1,52/0,16/9,84/47/<br>1,32/0,24/8,04/39,60                    |                                                  |               |                                                                |
| Чай с шиповником                                            | 200           | 0,06/0/19,25/76,95                                            | Сок фруктовый                                    | 200           | 1/0,2/20,2/92                                                  |



ПРИМЕРНОЕ 20- ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4  
КЛАССОВ  
Март – Май 2025 г.

| III НЕДЕЛЯ                                                                      |               | Пищевая/энергетическая<br>ценность<br>Б/Ж/У/<br>Эн.цен.(ккал) | IV НЕДЕЛЯ                                                      |               | Пищевая/энергетическа<br>я ценность<br>Б/Ж/У/<br>Эн.цен.(ккал) |
|---------------------------------------------------------------------------------|---------------|---------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|---------------|----------------------------------------------------------------|
| ПОНЕДЕЛЬНИК                                                                     | Выход,<br>гр. |                                                               | ПОНЕДЕЛЬНИК                                                    | Выход,<br>гр. |                                                                |
| Макароны отварные с сыром и маслом                                              | 150           | 7,85/5,23/41,29/243,85                                        | Каша овсяная молочная с<br>маслом                              | 200/5         | 8,2/8,73/29,68/230,33                                          |
| Фрукты в ассортименте                                                           | 150           | 0,6/0,45/15,45/70,5                                           | Блинчик со сгущенным<br>молоком (1 шт)                         | 40/10         | 2,9/3,99/18,99/127,19                                          |
| Хлеб пшеничный/ржаной                                                           | 30/30         | 2,28/0,24/14,76/70,50 /<br>1,98/0,36/12,06/59,4               | Батон пшеничный                                                | 30            | 2,25/0,87/14,94/78,6                                           |
| Чай с сахаром                                                                   | 200           | 0/0/7,27/28,73                                                | Чай с сахаром                                                  | 200           | 0/0/7,27/28,73                                                 |
| Фруктовый десерт                                                                | 100           | 0/0/15/60                                                     | Молочный десерт                                                | 200           | 8,25/6,25/22/175                                               |
| ВТОРНИК                                                                         |               |                                                               | ВТОРНИК                                                        |               |                                                                |
| Салат из свежих помидоров с капустой<br>брокколи NEW /Помидоры порционные       | 60<br>60      | 1,16/3,65/2,28/48,38<br>0,66/0,12/2,28/14,4                   | Котлета мясная (свинина,<br>говядина, курица)/<br>Бефстроганов | 90<br>90      | 15,51/15,07/8,44/232,47/<br>18,49/18,54/3,59/256               |
| Мясные колобки NEW/Туляш                                                        | 110           | 17,99/14,98/12,23/256,89<br>18,13/17,05/3,69/240,96           | Картофель запеченный /                                         | 150           | 3,31/5,56/25,99/167,07                                         |
| Картофель запеченный                                                            | 150           | 3,31/5,56/25,99/167,07                                        | Сыр порциями                                                   | 15            | 3,48/4,43/0/54,60                                              |
| Хлеб пшеничный/ржаной                                                           | 30/20         | 2,28/0,24/14,76/70,50/<br>1,32/0,24/8,04/39,60                | Хлеб пшеничный/ржаной                                          | 25/20         | 1,9/0,2/12,3/58,75/<br>1,32/0,24/8,04/39,60                    |
| Напиток плодово-ягодный<br>витаминизированный                                   | 200           | 0/0/14,4/58,4                                                 | Кисель<br>витаминизированный<br>плодово - ягодный              | 200           | 0/0/19,94/80,30                                                |
| СРЕДА                                                                           |               |                                                               | СРЕДА                                                          |               |                                                                |
| Фрукты в ассортименте                                                           | 150           | 0,6/0,6/14,7/70,5                                             | Фрукты в ассортименте                                          | 150           | 0,6/0,45/15,45/70,5                                            |
| Горячий бутерброд на батоне (помидор, сыр)                                      | 50            | 4,84/4,43/9,87/99,54                                          | Пудинг из творога с<br>персиками с карамельным<br>соусом NEW   | 150           | 21,5/13,61/31,05/333,11                                        |
| Запеканка из творога со сгущенным<br>молоком                                    | 150           | 25,71/11,96/32,3/342,12                                       | Сыр сливочный в<br>индивидуальной упаковке                     | 17            | 2,48/3,96/0,68/48,11                                           |
| Батон пшеничный                                                                 | 20            | 1,5/0,58/9,96/52,4                                            | Батон пшеничный                                                | 20            | 1,5/0,58/9,96/52,4                                             |
| Чай с сахаром и лимоном                                                         | 200           | 0,04/0/7,4/30,26                                              | Чай с сахаром и лимоном                                        | 200           | 0,04/0/7,4/30,26                                               |
| ЧЕТВЕРГ                                                                         |               |                                                               | ЧЕТВЕРГ                                                        |               |                                                                |
| Сыр порциями                                                                    | 15            | 3,48/4,43/0/54,60                                             | Фрукты в ассортименте                                          | 150           | 0,6/0,6/14,7/70,5                                              |
| Куриные нагетсы с томатным соусом и<br>зеленью/<br>Филе птицы тушеное с овощами | 105<br>90     | 12,38/10,59/16,84/167,46/<br>15,77/13,36/1,61/190,47          | Биточек из рыбы /<br>Рыба запеченная с сыром                   | 90<br>90      | 14,8/13,02/12,17/226,36/<br>18,5/3,73/2,51/116,1               |
| Макароны отварные с маслом                                                      | 150           | 6,76/3,93/41,29/227,48                                        | Рис отварной с маслом                                          | 150           | 3,34/4,91/33,93/191,49                                         |
| Хлеб пшеничный/ржаной                                                           | 25/20         | 1,9/0,2/12,3/58,75/<br>1,32/0,24/8,04/39,60                   | Хлеб пшеничный/ржаной                                          | 20/20         | 1,52/0,16/9,84/47/<br>1,32/0,24/8,04/39,60                     |
| Компот из сухофруктов                                                           | 200           | 0,37/0/14,85/59,48                                            | Компот из кураги                                               | 200           | 0,83/0,04/15,16/64,22                                          |
| ПЯТНИЦА                                                                         |               |                                                               | ПЯТНИЦА                                                        |               |                                                                |
| Фрукты в ассортименте                                                           | 150           | 0,6/0,45/15,45/70,5                                           | Огурцы порционные                                              | 60            | 0,48/0,6/1,56/8,4                                              |
| Жаркое с мясом                                                                  | 240           | 20,15/19,08/24,59/350,62                                      | Туляш                                                          | 90            | 18,13/17,05/3,69/240,96                                        |
| Хлеб пшеничный/ржаной                                                           | 20/20         | 1,52/0,16/9,84/47/<br>1,32/0,24/8,04/39,60                    | Спагетти отварные с маслом                                     | 150           | 6,76/3,93/41,29/227,48                                         |
| Чай с облепихой                                                                 | 200           | 0/0/17,88/69,66                                               | Хлеб пшеничный/ржаной                                          | 20/20         | 1,52/0,16/9,84/47/<br>1,32/0,24/8,04/39,60                     |
|                                                                                 |               |                                                               | Сок фруктовый                                                  | 200           | 1/0,2/20,2/92                                                  |