

МЕНЮ для организованного питания детей общеобразовательных школ с дневным пребыванием детей с 1 по 4 класс и с 5 до 11 класс г.Мурманск.  
На «15» «*Июль*» 2024 г.

Согласовано: для  
Директор учебного заведения

5 день

Директор МАУО «ЦШП»  
Цыганков А.А.

Наименование блюда	с 1 по 4 класс		с 5 до 11 класс	
	Выход блюда, гр.	Калорийность, ккал	Выход блюда, гр.	Калорийность, ккал
<b>Завтрак</b>				
Запеканка из творога с соусом шоколадным	170/30	484,39	200/30	557,04
Чай с лимоном	200	61,00	200	61,00
Плоды свежие (груша)	100	47,00	150	70,50

**Обед**

Салат из белокочанной капусты с морковью	60	81,60	100	136,00
Свекольник (без капусты) со сметаной	230	89,24	280	108,64
Котлета мясная, соус томатный	100	147,00	100	147,00
Каша гречневая рассыпчатая	150	217,64	180	261,20
Хлеб пшеничный	70	164,50	90	211,50
Плоды свежие (банан)	100	96,00	100	96,00
Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	81,00	200	81,00

**Полдник**

Ацидофилин	250	125,00	250	125,00
Булочка чайная с творогом	50	218,00	100	436,00



**МЕНЮ** для организованного питания детей общеобразовательных школ с дневным пребыванием детей с 1 по 4 класс и с 5 до 11 класс г.Мурманск.

На «16» «*Июль*» 2024 г.

Согласовано:  
Директор учебного заведения



**6 ДЕНЬ**



Наименование блюда	с 1 по 4 класс		с 5 до 11 класс	
	Выход блюда, гр.	Калорийность, ккал	Выход блюда, гр.	Калорийность, ккал
<b>Завтрак</b>				
Бутерброд с джемом	60	207,52	60	207,52
Каша ячневая вязкая	200	293,70	280	367,12
Фрукты свежие (мандарин)	100	38,00	120	45,60
Кофейный напиток с молоком	200	79,00	200	79,00

**Обед**

Салат из свеклы с сыром и чесноком	100	133,00	100	133,00
Щи из свежей капусты с картофелем и со сметаной	250	104,30	300	125,16
Рыба (тресковых пород) тушеная в томате с овощами	70/70	176,43	70/70	176,43
Картофельное пюре	150	141,80	250	236,38
Хлеб ржаной	100	174,00	90	156,60
Фрукты свежие (яблоко)	100	47,00	120	61,10
Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	81,00	200	81,00

**Полдник**

Продукт кисломолочный сладкий «Снежок»	250	202,00	250	202,00
Рожок песочный с маком	60	274,10	100	456,84

*Ситникова Л.Т.*  
*Зав.*



**МЕНЮ** для организованного питания детей общеобразовательных школ с дневным пребыванием детей с 1 по 4 класс и с 5 до 11 класс г.Мурманск.

На «17» «сентябрь» 2024 г.

Согласовано:  
Директор учебного заведения



7 день

Директор МАУО «ЦШП»  
Цыганков А.А.



Наименование блюда	с 1 по 4 класс		с 5 до 11 класс	
	Выход блюда, гр.	Калорийность, ккал	Выход блюда, гр.	Калорийность, ккал
<b>Завтрак</b>				
Бутерброд с маслом	70	194,56	70	194,56
Макаронные изделия отварные с сыром	200/30	375,64	220/60	469,60
Чай с сахаром	200	60,00	200	60,00

**Обед**

Огурцы соленые	60	7,80	100	13,00
Суп картофельный с фрикадельками	200/20	231,72	230/20	289,65
Котлета куриная с сыром, соус сметанный	120	219,80	120	219,80
Булгур рассыпчатый	180	192,24	220	234,96
Хлеб пшеничный	55	129,25	80	188,00
Плоды свежие (киви)	100	47	100	47
Морс из брусники замороженной	200	44,00	200	44,00

**Полдник**

Кефир	240	120,00	250	125,00
Пирожок печеный с картофелем	75	245,10	100	326,80

*Сидорова И.С.*  
*Сид*



**МАУО «Центр школьного питания»**

**МЕНЮ** для организованного питания детей общеобразовательных школ с дневным пребыванием детей с 1 по 4 класс и с 5 до 11 класс г.Мурманск.  
На «18» «Июль» 2024 г.

Согласовано  
Директор учебного заведения

**8 день**

Директор МАУО «ЦШП»  
Цыганков А.А.

Наименование блюда	с 1 по 4 класс		с 5 до 11 класс	
	Выход блюда, гр.	Калорийность, ккал	Выход блюда, гр.	Калорийность, ккал
<b>Завтрак</b>				
Пудинг творожный запеченый с йогуртом	130/70	456,00	180/70	570,00
Какао с молоком сгущенным	200	118,00	200	118,00
Плоды свежие (апельсин)	100	43,00	100	43,00

**Обед**

Кукуруза консервированная	60	34,80	100	58,00
Суп картофельный с фасолью	230	136,39	300	177,90
Жаркое по-домашнему со свининой	50/150	362,72	50/150	362,72
Хлеб ржаной	100	174,00	100	174,00
Плоды свежие (банан)	100	96,00	100	96,00
Компот из красной смородины замороженной	200	84,40	200	84,40

**Полдник**

Простокваша	250	125,00	250	125,00
Булочка дорожная	50	267,10	100	534,00

*Ситникова Е.С.*  
*Сит*