

7 – 10 лет

ДЕНЬ 1

МБОУ Балаганская средняя общеобразовательная школа № 1

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ О.С.Жданова

## МЕНЮ

на « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г

Наименование продукта	Калории	Вес	Цена
Завтрак			
Каша манная молочная жидкая		180/5	15-56
Хлеб пшеничный		60	3-12
Чай с сахаром		200	1-00
Яблоко		146	26-32
Обед			
Макаронные изделия отварные		180/7	7-55
Сосиска молочная отварная		70	25-20
Хлеб пшеничный		60	3-12
Чай с лимоном и сахаром		200	2-00
Апельсин		170	31-13

11 – 18 лет

МБОУ Балаганская средняя общеобразовательная школа № 1

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ О.С.Жданова

## МЕНЮ

на « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г

Наименование продукта	Калории	Вес	Цена
Завтрак			
Каша манная молочная жидкая		250/7	20-39
Хлеб пшеничный		60	3-12
Чай с сахаром		200	1-00
Яблоко		156	28-16
Обед			
Макаронные изделия отварные		230/10	9-64
Сосиска молочная отварная		70	25-20
Хлеб пшеничный		60	3-12
Чай с лимоном и сахаром		200	2-00
Апельсин		216	39-04

7 – 10 лет

ДЕНЬ 2

МБОУ Балаганская средняя общеобразовательная школа № 1

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ О.С.Жданова

## МЕНЮ

на « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г

Наименование продукта	Калории	Вес	Цена
Завтрак			
Каша овсяная геркулес молочная		180/5	11-37
Хлеб пшеничный		60	3-12
Чай с сахаром		200	1-00
Киви		160	30-51
Обед			
Уха рыбацкая		200	15-44
Хлеб пшеничный		60	3-12
Какао на молоке		200	9-80
Груша		213	40-64

11 – 18 лет

МБОУ Балаганская средняя общеобразовательная школа № 1

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ О.С.Жданова

## МЕНЮ

на « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г

Наименование продукта	Калории	Вес	Цена
Завтрак			
Каша овсяная геркулес молочная		250/7	14-54
Хлеб пшеничный		60	3-12
Чай с сахаром		200	1-00
Киви		179	34-01
Обед			
Уха рыбацкая		300	23-70
Хлеб пшеничный		60	3-12
Какао на молоке		200	9-80
Груша		223	42-38

7 – 10 лет

ДЕНЬ 3

МБОУ Балаганская средняя общеобразовательная школа № 1

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ О.С.Жданова

### МЕНЮ

на « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г

Наименование продукта	Калории	Вес	Цена
Завтрак			
Бутерброд с маслом и сыром		30/10/5	10-54
Чай с сахаром		200	1-00
Мандарин		181	34-46
Обед			
Каша пшеничная рассыпчатая		180/5	7-60
Куры отварные		80	26-28
Хлеб пшеничный		60	3-12
Компот из сухофруктов		200	3-00
Банан		223	29-00

11 – 18 лет

МБОУ Балаганская средняя общеобразовательная школа № 1

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ О.С.Жданова

### МЕНЮ

на « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г

Наименование продукта	Калории	Вес	Цена
Завтрак			
Бутерброд с маслом и сыром		50/20/10	17-48
Чай с сахаром		200	1-00
Мандарин		179	34-19
Обед			
Каша пшеничная рассыпчатая		250/10	9-31
Куры отварные		100	32-80
Хлеб пшеничный		60	3-12
Компот из сухофруктов		200	3-00
Банан		236	30-77

7 – 10 лет

ДЕНЬ 4

МБОУ Балаганская средняя общеобразовательная школа № 1

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ О.С.Жданова

### МЕНЮ

на « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г

Наименование продукта	Калории	Вес	Цена
Завтрак			
Каша рисовая молочная вязкая		180/5	16-41
Хлеб пшеничный		60	3-12
Чай с сахаром		200	1-00
Йогурт стаканчик		100	25-00
Обед			
Рассольник Ленинградский		200/8	17-56
Хлеб пшеничный		60	3-12
Кисель		200	3-86
Яблоко		247	44—46

11 – 18 лет

МБОУ Балаганская средняя общеобразовательная школа № 1

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ О.С.Жданова

### МЕНЮ

на « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г

Наименование продукта	Калории	Вес	Цена
Завтрак			
Каша рисовая молочная вязкая		250/7	21-52
Хлеб пшеничный		60	3-12
Чай с сахаром		200	1-00
Йогурт стаканчик		100	25-00
Обед			
Рассольник Ленинградский		300/12	26-32
Хлеб пшеничный		60	3-12
кисель		200	3-86
Яблоко		253	45-70

7 – 10 лет

ДЕНЬ 5

МБОУ Балаганская средняя общеобразовательная школа № 1

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ О.С.Жданова

## МЕНЮ

на « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г

Наименование продукта	Калории	Вес	Цена
Завтрак			
Суп молочный с макаронными изделиями		200	8-13
Хлеб пшеничный		60	3-12
Чай с сахаром		200	1-00
Груша		146	27-75
Обед			
Плов с отварной говядиной		200	66-64
Хлеб пшеничный		60	3-12
Напиток из шиповника		200	5-30

11 – 18 лет

МБОУ Балаганская средняя общеобразовательная школа № 1

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ О.С.Жданова

## МЕНЮ

на « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г

Наименование продукта	Калории	Вес	Цена
Завтрак			
Суп молочный с макаронными изделиями		300	12-21
Хлеб пшеничный		60	3-12
Чай с сахаром		200	1-00
Груша		152	28-97
Обед			
Хлеб пшеничный		300	77-95
Хлеб пшеничный		60	3-12
Напиток из шиповника		200	5-30

**7 – 10 лет**

**ДЕНЬ 6**

**МБОУ Балаганская средняя общеобразовательная школа №**

**Утверждаю:**

Директор \_\_\_\_\_ О.С.Жданова

**МЕНЮ**

на « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г

Наименование продукта	Калории	Вес	Цена
Завтрак			
Каша гречневая молочная вязкая		180/5	13-47
Хлеб пшеничный		60	3-12
Чай с сахаром		200	1-00
Апельсин			28-41
Обед			
Макаронные изделия отварные		180/7	7-55
Котлета мясная		130	29-25
Хлеб пшеничный		60	3-12
Чай с лимоном и сахаром		200	2-00
Банан		208	27-08

**11 – 18 лет**

**МБОУ Балаганская средняя общеобразовательная школа № 1**

**Утверждаю:**

Директор \_\_\_\_\_ О.С.Жданова

**МЕНЮ**

на « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г

Наименование продукта	Калории	Вес	Цена
Завтрак			
Каша гречневая молочная вязкая		250/7	17-45
Хлеб пшеничный		60	3-12
Чай с сахаром		200	1-00
Апельсин		172	31-10
Обед			
Макаронные изделия отварные		230/10	9-64
Котлета мясная		130	29-25
Хлеб пшеничный		60	3-12
Чай с лимоном и сахаром		200	2-00
Банан		269	34-99

7 – 10 лет

ДЕНЬ 7

МБОУ Балаганская средняя общеобразовательная школа № 1

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ О.С.Жданова

## МЕНЮ

на « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г

Наименование продукта	Калории	Вес	Цена
Завтрак			
Пирожное медовое		100	19-00
Чай с молоком		200	5-00
Сок Любимый		200	22-00
Обед			
Суп картофельный с бобовыми		200	15-46
Хлеб пшеничный		60	3-12
Кофейный напиток		200	13-50
Апельсин		190	34-49

11 – 18 лет

МБОУ Балаганская средняя общеобразовательная школа № 1

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ О.С.Жданова

## МЕНЮ

на « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г

Наименование продукта	Калории	Вес	Цена
Завтрак			
Пирожное медовое		100	19-00
Чай с молоком		200	5-00
Сок Любимый		200	22-00
Обед			
Суп картофельный с бобовыми		250	17-89
Хлеб пшеничный		60	3-12
Кофейный напиток		200	13-50
Апельсин		284	51-16

7 – 10 лет

ДЕНЬ 8

МБОУ Балаганская средняя общеобразовательная школа № 1

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ О.С.Жданова

## МЕНЮ

на « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г

Наименование продукта	Калории	Вес	Цена
Завтрак			
Каша пшенная молочная жидкая		180/5	11-92
Хлеб пшеничный		60	3-12
Чай с сахаром		200	1-00
Яблоко		166	29-96
Обед			
Рис отварной рассыпчатый		180/5	8-17
Котлета рыбная из лососевых		130	29-25
Хлеб пшеничный		60	3-12
Компот из сухофруктов		200	3-00
Мандарин		134	25-46

11 – 18 лет

МБОУ Балаганская средняя общеобразовательная школа № 1

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ О.С.Жданова

## МЕНЮ

на « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г

Наименование продукта	Калории	Вес	Цена
Завтрак			
Каша пшенная молочная жидкая		250/7	15-30
Хлеб пшеничный		60	3-12
Чай с сахаром		200	1-00
Яблоко		184	33-25
Обед			
Рис отварной рассыпчатый		250/7	10-10
Котлета рыбная из лососевых		130	29-25
Хлеб пшеничный		60	3-12
Компот из сухофруктов		200	3-00
Мандарин		176	33-53



7 – 10 лет

ДЕНЬ 9

МБОУ Балаганская средняя общеобразовательная школа № 1

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ О.С.Жданова

## МЕНЮ

на « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г

Наименование продукта	Калории	Вес	Цена
Завтрак			
Бутерброд с маслом		30/10	8-94
Яйцо куриное отварное		60	8-00
Сок натуральный		200	9-6
Банан		149	19-46
Обед			
Борщ с капустой и картофелем		200/8	18-46
Хлеб пшеничный		60	3-12
Кисель		200	3-86
Груша		229	43-56

11 – 18 лет

МБОУ Балаганская средняя общеобразовательная школа № 1

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ О.С.Жданова

## МЕНЮ

на « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г

Наименование продукта	Калории	Вес	Цена
Завтрак			
Бутерброд с маслом		50/20	14-90
Яйцо куриное отварное		60	8-00
Сок натуральный		200	9-60
Банан		155	20-17
Обед			
Борщ с капустой и картофелем		300/12	27-70
Хлеб пшеничный		60	3-12
Кисель		200	3-86
Груша		233	44-32

7 – 10 лет

ДЕНЬ 10

МБОУ Балаганская средняя общеобразовательная школа № 1

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ О.С.Жданова

## МЕНЮ

на « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г

Наименование продукта	Калории	Вес	Цена
Завтрак			
Макаронные изделия с тертым сыром		150/18/12	18-41
Хлеб пшеничный		60	3-12
Чай с сахаром		200	1-00
Киви		72	13-79
Обед			
Каша гречневая рассыпчатая		180/5	10-86
Гуляш из отварной говядины		80	59-40
Хлеб пшеничный		60	3-12
Напиток из шиповника		200	5-30

11 – 18 лет

МБОУ Балаганская средняя общеобразовательная школа № 1

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ О.С.Жданова

## МЕНЮ

на « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г

Наименование продукта	Калории	Вес	Цена
Завтрак			
Макаронные изделия с тертым сыром		200/25/15	24-48
Хлеб пшеничный		60	3-12
Чай с сахаром		200	1-00
Обед			
Каша гречневая рассыпчатая		250/7	13-83
Гуляш из отварной говядины		100	74-25
Хлеб пшеничный		60	3-12
Напиток из шиповника		200	5-30