

Согласовано: *Директор*
 МБОУ ЗАТО г. СЕВЕРОМОРСК СОШ № 1 ИМЕНИ ГЕРОЯ
 СОВЕТСКОГО СОЮЗА ИВАНА СИВКО

М.П. Е.В. Шеремин

ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

09 января 2024 г.

Утверждаю:
 Директор МАУ "ЦЭП"
 Хорсун М. В.



№ по сборнику рецептов	День 2	Выход блюда, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак 1 смена/уплотненный полдник 2 смена			
7-11 лет			
70	Огурец стерилизованный	40	4,60
204	Макароны с сыром	200	334,00
378	Чай с молоком	150/50/5	41,00
пр.пр.	Хлеб Дарницкий с микронутриентами	60	97,00
12-18 лет			
70	Огурец стерилизованный	40	4,60
204	Макароны с сыром	250	418,00
378	Чай с молоком	150/50/5	41,00
пр.пр.	Хлеб Дарницкий с микронутриентами	60	97,00
Обед 1 и 2 смена			
7-11 лет			
52	Салат свекольный с раст. маслом	60	55,68
87	Щи из свежей капусты	250	80,00
291	Плов с куриным филе	180	274,80
пр.пр.	Печенье Юбилейное	20	63,00
пр.пр.	Хлеб пшеничный	80	188,00
345	Напиток из ягод	200	122,60
12-18 лет			
52	Салат свекольный с раст. маслом	100	92,80
87	Щи из свежей капусты	250	80,00
291	Плов с куриным филе	200	304,40
пр.пр.	Печенье Юбилейное	20	63,00
пр.пр.	Хлеб пшеничный	80	188,00
пр.пр.	Хлеб Дарницкий с микронутриентами	60	97,00
345	Напиток из ягод	200	122,60
Полдник 1 смена			
7-11 лет			
426	Булочка с повидлом	100	256,00
385	Молоко	200	107,00
12-18 лет			
426	Булочка с повидлом	100	256,00
338	Банан свежий	100	96,00
385	Молоко	200	107,00

Согласовано: *Виршица*
 МБОУ ЗАТО г. СЕВЕРОМОРСК СОШ № 1 ИМЕНИ ГЕРОЯ
 СОВЕТСКОГО СОЮЗА ИВАНА СИВКО

Е.С. Шереметьев

ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

10 января 2024 г.



№ по сборнику рецептов	День 3	Выход блюда, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак 1 смена/уплотненный полдник 2 смена			
7-11 лет			
372	Яблоко запеч. с сахарной пудрой	70	61,19
188	Запеканка рисовая с творогом	150	260,19
379	Кофейный напиток	200	100,60
пр.пр.	Хлеб Дарницкий с микронутриентами	80	129,30
12-18 лет			
372	Яблоко запеч. с сахарной пудрой	70	61,19
188	Запеканка рисовая с творогом	200	346,92
379	Кофейный напиток	200	100,60
пр.пр.	Хлеб пшеничный	80	117,50
Обед 1 и 2 смена			
7-11 лет			
40	Салат из картофеля с зеленым горошком	60	67,62
81	Борщ со свежей капустой	250	91,25
261/330	Печень, тушеная с соусом	90	143,10
302	Греча отварная	150	169,95
пр.пр.	Хлеб Дарницкий с микронутриентами	60	97,00
пр.пр.	Хлеб пшеничный	50	117,50
389	Сок фруктовый	200	136,40
12-18 лет			
40	Салат из картофеля с зеленым горошком	100	112,70
81	Борщ со свежей капустой	250	91,25
261/330	Печень, тушеная с соусом	100	159,00
302	Греча отварная	200	226,60
пр.пр.	Хлеб Дарницкий с микронутриентами	60	97,00
пр.пр.	Хлеб пшеничный	50	117,50
389	Сок фруктовый	200	136,40
Полдник 1 смена			
7-11 лет			
422	Булочка ванильная	65	225,90
338	Груша свежая	100	47,00
350	Кисель п/ягодный	200	115,50
12-18 лет			
422	Булочка ванильная	65	225,90
338	Груша свежая	100	47,00
350	Кисель п/ягодный	200	115,50

Согласовано: *Директор*
 МБОУ ЗАТО г. СЕВЕРОМОРСК СОШ № 1 ИМЕНИ ГЕРОЯ
 СОВЕТСКОГО СОЮЗА ИВАНА СИВКО

Е.С. Черемин

ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

11 января 2024 г.



№ по сборнику рецептур	День 4	Выход блюда, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак 1 смена/уплотненный полдник 2 смена			
7-11 лет			
15	Сыр порциями	30	108,00
210	Омлет натуральный	150	289,65
377	Чай с сахаром и лимоном	200/5/7	62,00
пр.пр.	Хлеб Дарницкий с микронутриентами	60	99,00
пр.пр.	Хлеб пшеничный	50	117,00
12-18 лет			
15	Сыр порциями	30	108,00
210	Омлет натуральный	200	386,20
377	Чай с сахаром и лимоном	200/5/7	62,00
пр.пр.	Хлеб Дарницкий с микронутриентами	60	99,00
пр.пр.	Хлеб пшеничный	50	117,00
Обед 1 и 2 смена			
7-11 лет			
пр.пр.	Икра кабачковая	60	71,40
96	Рассольник Ленинградский	250	107,25
239/331	Тефтели рыбные с соусом	90	145,13
304	Рис отварной	150	209,70
пр.пр.	Зефир	50	132,00
пр.пр.	Хлеб Дарницкий с микронутриентами	40	79,20
349	Компот из смеси сухофруктов	200	132,80
12-18 лет			
пр.пр.	Икра кабачковая	100	119,00
96	Рассольник Ленинградский	250	107,25
239/331	Тефтели рыбные с соусом	100	161,30
304	Рис отварной	200	279,60
пр.пр.	Зефир	30	97,00
пр.пр.	Хлеб Дарницкий с микронутриентами	40	79,20
349	Компот из смеси сухофруктов	200	132,80
Полдник 1 смена			
7-11 лет			
441	Булочка "Украинская"	100	248,00
386	Кефир	200	100,00
12-18 лет			
441	Булочка "Украинская"	100	248,00
338	Яблоки свежие	100	47,00
386	Кефир	200	100,00

Согласовано: *Директор*
 МБОУ ЗАТО г. СЕВЕРОМОРСК СОШ № 1 ИМЕНИ ГЕРОЯ
 СОВЕТСКОГО СОЮЗА ИВАНА СИВКО

М.П. Е.В. Ширин

ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

12 января 2024 г.



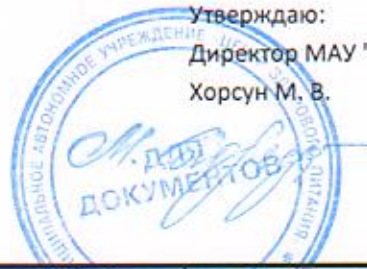
№ по сборнику рецептов	День 5	Выход блюда, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак 1 смена/уплотненный полдник 2 смена			
7-11 лет			
209	Яйцо вареное	45	70,85
401	Оладьи с маслом	155	430,00
385	Молоко	200	107,00
338	Груша свежая	100	47,00
12-18 лет			
209	Яйцо вареное	45	70,85
401	Оладьи с маслом	210	542,00
385	Молоко	200	107,00
338	Груша свежая	100	47,00
Обед 1 и 2 смена			
7-11 лет			
67	Винегрет овощной	100	125,00
112	Суп картофельный с макаронами	250	109,00
290	Курица, тушеная в соусе	90	149,40
125	Картофель отварной	150	150,00
пр.пр.	Хлеб пшеничный	80	188,00
345	Напиток клюквенный	200	122,60
12-18 лет			
67	Винегрет овощной	100	125,00
112	Суп картофельный с макаронами	250	109,00
290	Курица, тушеная в соусе	100	166,00
125	Картофель отварной	200	200,00
пр.пр.	Хлеб пшеничный	80	188,00
345	Напиток клюквенный	200	122,60
Полдник 1 смена			
7-11 лет			
443	Булочка "Харьковчанка"	100	275,60
377	Чай с сахаром,лимоном	200/5/7	62,00
12-18 лет			
443	Булочка "Харьковчанка"	100	275,60
338	Груша свежая	100	47,00
377	Чай с сахаром,лимоном	200/5/7	62,00

Согласовано: *Директор*
 МБОУ ЗАТО г. СЕВЕРОМОРСК СОШ № 1 ИМЕНИ ГЕРОЯ
 СОВЕТСКОГО СОЮЗА ИВАНА СИВКО

Утверждаю:
 Директор МАУ "ЦЗП"
 Хорсун М. В.

ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

15 января 2024 г.



№ по сборнику рецептур	День 6	Выход блюда, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак 1 смена/уплотненный полдник 2 смена			
7-11 лет			
пр.пр.	Йогурт питьевой	50	45,00
173	Каша молочная геркулесовая	150/10	216,00
382	Какао с молоком	200	118,60
пр.пр.	Хлеб Дарницкий с микронутриентами	40	79,20
338	Мандарины свежие	100	38,00
12-18 лет			
пр.пр.	Йогурт питьевой	100	90,00
173	Каша молочная геркулесовая	200/10	288,00
382	Какао с молоком	200	118,60
пр.пр.	Хлеб пшеничный	30	70,50
338	Мандарины свежие	100	38,00
Обед 1 и 2 смена			
7-11 лет			
75	Икра морковная	60	54,72
99	Суп овощной	250	95,25
268/331	Биточки мясные с соусом	90	182,25
309	Макароны отварные	150	168,45
пр.пр.	Хлеб пшеничный	30	70,50
пр.пр.	Хлеб Дарницкий с микронутриентами	60	99,00
345	Напиток лимонный	200	122,60
12-18 лет			
75	Икра морковная	100	91,20
99	Суп овощной	250	95,25
268/331	Биточки мясные с соусом	100	202,50
309	Макароны отварные	200	224,60
пр.пр.	Хлеб пшеничный	30	70,50
пр.пр.	Хлеб Дарницкий с микронутриентами	60	99,00
345	Напиток лимонный	200	122,60
Полдник 1 смена			
7-11 лет			
424	Булочка домашняя	50	186,90
338	Апельсины свежие	100	43,00
379	Кофейный напиток	200	150,00
12-18 лет			
424	Булочка домашняя	50	186,90
338	Апельсины свежие	100	43,00
379	Кофейный напиток	200	150,00