

МЕНЮ

Столовая школы № 7

Бесплатное питание.

14 апреля 2025 г.

Эн. ценность (ккал)

Завтрак: с 7 до 11 лет		
Бутерброд с сыром	60	186
Каша вязкая молочная из риса и пшена	150/10	189,09
Кофейный напиток с молоком	200	88
Яблоко	150	47

Итого за завтрак: 510,09

Обед: с 7 до 11 лет		
Салат из свеклы с солеными огурцами	60	51
Щи из свежей капусты с картофелем	200	71,8
Бефстроганов из отварной говядины	100	181
Макаронные изделия с маслом	150	205,5
Компот из изюма	200	96,21
Хлеб пшеничный в/с	40	78
Хлеб ржано-пшеничный	48	90,7

Итого за обед: 774,21

Итого за завтрак и обед: 1284,3

Завтрак: с 11 лет и старше		
Бутерброд с сыром	60	186
Каша вязкая из риса и пшена	210	264
Кофейный напиток с молоком	200	88
Яблоко	150	47

Итого за завтрак: 585

Обед: с 11 лет и старше		
Салат из свеклы с солеными огурцами	100	85
Щи из свежей капусты с картофелем	250	89,75
Бефстроганов из отварной говядины	120	217
Макаронные изделия с маслом	180	234,85
Компот из изюма	200	96,21
Хлеб пшеничный в/с	50	97,5
Хлеб ржано-пшеничный	70	132,3

Итого за обед: 952,61

Итого за завтрак и обед: 1537,61

Директор школы: Нефакин Н.Н.

Зав. производством: Рыжкова Г.Н.

Экономист:



МЕНЮ

Столовая школы № 7

Бесплатное питание.

15 апреля 2025 г.

Эн. ценность (ккал)

Завтрак: с 7 до 11 лет		
Кукуруза консервированная	60	33,3
Запеканка из творога с йогуртом	150	238
Какао с молоком сгущенным	200	138
Хлеб пшеничный	50	97,5
Мандарин	100	31,34
Итого за завтрак:		538,14

Обед: с 7 до 11 лет		
Салат из картофеля с огурцами солеными	60	58,5
Рассольник ленинградский с перловой крупой	200	101,8
Рыба, припущенная в молоке	100	105
Картофельное пюре	150	137,25
Компот из яблок	200	114,6
Хлеб пшеничный в/с	50	97,5
Хлеб ржано-пшеничный	48	90,7
Итого за обед:		705,65

Итого за завтрак и обед:

1243,79

Завтрак: с 11 лет и старше		
Кукуруза консервированная	100	55,5
Запеканка из творога с йогуртом	200	307
Какао с молоком сгущенным	200	138
Хлеб пшеничный	50	97,5
Мандарин	100	31,34
Итого за завтрак:		629,34

Обед: с 11 лет и старше		
Салат из картофеля с огурцами солеными	100	98
Рассольник ленинградский с перловой крупой	250	107,25
Рыба, припущенная в молоке	100	108
Картофельное пюре	180	164,7
Компот из свежих яблок	200	114,6
Хлеб пшеничный в/с	70	136,5
Хлеб ржано-пшеничный	70	132,3
Итого за обед:		861,35

Итого за завтрак и обед:

1490,69

Директор школы: Нефакин Н.Н.

Зав. производством: Рыжкова Г.Н.

Экономист:

МЕНЮ

Столовая школы № 7

Бесплатное питание.

16 апреля 2025 г.

Эн. ценность (ккал)

Завтрак: с 7 до 11 лет		
Зеленый горошек	60	40,57
Омлет с сыром с маслом	165/10	304
Хлеб пшеничный	50	97,5
Чай с сахаром	200	60
Печенье (промышленного производства)	35	146
Итого за завтрак:		648,07

Обед: с 7 до 11 лет		
Салат из свежих огурцов	60	33,6
Суп картофельный с макаронными изделиями и мясными фрикадельками	200/35	94
Птица тушеная мол соус	100	162
Каша гречневая рассыпчатая	150	143
Компот из смеси сухофруктов	200	132,8
Хлеб пшеничный в/с	50	97,5
Хлеб ржано-пшеничный	48	90,7
Итого за обед:		753,6

Итого за завтрак и обед:

1401,67

Завтрак: с 11 лет и старше		
Зеленый горошек	100	67,61
Омлет с сыром с маслом	200	368
Хлеб пшеничный	50	97,5
Чай с сахаром	200	60
Печенье (промышленного производства)	35	159,6
Итого за завтрак:		752,71

Обед: с 11 лет и старше		
Салат из свежих огурцов	100	56
Суп картофельный с макаронными изделиями и мясными фрикадельками	250/35	118,25
Птица тушеная мол соус	100	162
Каша гречневая рассыпчатая	180	191
Компот из смеси сухофруктов	200	132,8
Хлеб пшеничный в/с	70	136,5
Хлеб ржано-пшеничный	70	132,3
Итого за обед:		928,85

Итого за завтрак и обед:

1681,56

Директор школы: Нефакин Н.Н.

Зав. производством: Рыжкова Г.Н.

Экономист:

МЕНЮ

Столовая школы № 7

Бесплатное питание.

17 апреля 2025 г.

Эн. ценность (ккал)

Завтрак: с 7 до 11 лет		
Бутерброд с повидлом	60	187,2
Каша молочная из ячневой крупы	150/10	197
Кофейный напиток с молоком сгущенным	200	88
Яблоко	100	47
Итого за завтрак:		519,2

Обед: с 7 до 11 лет		
Овощи натуральные соленые	60	36,24
Суп картофельный с горохом лущеным	200	115,2
Кнели из говядины	90	234,5
Капуста тушеная	150	116
Компот из ягод замороженных (брусника)	200	44
Хлеб пшеничный в/с	50	97,5
Хлеб ржано-пшеничный	48	90,7
Итого за обед:		734,14

Итого за завтрак и обед:

1253,34

Завтрак: с 11 лет старше		
Бутерброд с повидлом	60	187,2
Каша молочная из ячневой крупы	200/10	286
Кофейный напиток с молоком сгущенным	200	88
Яблоко	50	97,5
Итого за завтрак:		658,7

Обед: с 11 лет и старше		
Овощи натуральные соленые	100	60,4
Суп картофельный с горохом лущеным	250	143
Кнели из говядины	100/5	260,4
Капуста тушеная	180	138,6
Компот из ягод замороженных (брусника)	200	44
Хлеб пшеничный в/с	50	97,5
Хлеб ржано-пшеничный	70	132,3
Итого за обед:		876,2

Итого за завтрак и обед:

1534,9

Директор школы: Нефакин Н.Н.

Зав. производством: Рыжкова Г.Н.

Экономист:



МЕНЮ

Столовая школы № 7

Бесплатное питание.

18 апреля 2025 г.

Эн. ценность (ккал)

Завтрак: с 7 до 11 лет		
Овощи натуральные соленые	60	36,24
Котлета, запеченная из кур с соусом молочным	100	191
Макаронные изделия с маслом	150	188,6
Чай с сахаром	200	62
Хлеб пшеничный	50	97,5
Итого за завтрак:		575,34

Обед: с 7 до 11 лет		
Винегрет овощной с луком репч.	60	75,06
Свекольник	200	74,6
Картофельное пюре	150	145
Рыба отварная с маслом	100	102
Хлеб пшеничный в/с	50	97,5
Хлеб ржано-пшеничный	48	90,7
Компот из смеси сухофруктов	200	132,8
Итого за обед:		717,66

Итого за завтрак и обед: 1293

Завтрак: с 11 лет и старше		
Овощи натуральные соленые	100	10
Котлета, запеченная из кур с соусом молочным	100	191
Макаронные изделия с маслом	180	234,85
Чай с сахаром	200/7	62
Хлеб пшеничный	50	97,5
Итого за завтрак:		595,35

Обед: с 11 лет и старше		
Винегрет овощной с репчатым луком	100	105
Свекольник	250	93,25
Картофельное пюре	180	202,14
Рыба отварная с маслом	120	108,4
Хлеб пшеничный	50	97,5
Хлеб ржано-пшеничный	70	132,3
Компот из смеси сухофруктов	200	132,8
Итого за обед:		871,39

Итого за завтрак и обед: 1466,74

Директор школы: Нефакин Н.Н.

Зав. производством: Рыжкова Г.Н.

Экономист: