

ООО «Максимус»



Бажушина И.А.

2022 г.

МЕНЮ ДЕНЬ 1

Наименование блюда	1-4 КЛАССЫ	5-11 КЛАССЫ	калорийность, ккл
	выход, г	выход, г	

ЗАВТРАК

ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	150	160	249,6
БУТЕРБРОД С КОЛБАСОЙ П/К	50	50	157,3
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	200/7	61,6
ФРУКТЫ	150	150	144,0

ОБЕД

САЛАТ «ВИТАМИННЫЙ»	60	100	49,3
БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ	200/5	250/5	100,7
ГЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	100	100	159,2
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	180	163,3
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	200	115,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, ОБОГ.МИКРОН.	25	25	51,0
БАТОН, ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	52,4

ООО «Максимус»



УТВЕРЖДАЮ



Бакушина Н.А.

18 октября

2022

МЕНЮ

ДЕНЬ 2

1-4 КЛАССЫ

5-11 КЛАССЫ

Наименование блюда	выход, г	выход, г	калорийность, ккл
--------------------	----------	----------	-------------------

ЗАВТРАК

КАША ОВСЯНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200/5	250/5	255,0
ФРУКТЫ	150	150	66,6
КАКАО С МОЛОКОМ	200	200	141,1
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	20	52,4

ОБЕД

ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	100	76,3
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ	200	250	112,6
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	80	80	272,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	180	203,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	200	131,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, ОБОГ.МИКРОН.	25	25	51,0
БАТОН, ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОН.	20	20	52,4

ООО «Максимус»



УТВЕРЖДАЮ



МЕНЮ

ДЕНЬ 3

1-4 КЛАССЫ

5-11 КЛАССЫ

Наименование блюда	выход, г	выход, г	калорийность, ккал
--------------------	----------	----------	--------------------

ЗАВТРАК

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩ.МОЛОКОМ	130/20	130/20	248,9
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (печенье, вафли, пряники)	30	40	109,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	200	142,2
БАТОН ОБОГАЩЕННЫ	25	25	65,5

ОБЕД

ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	30	4,2
УХА РОСТОВСКАЯ	200	250	103,8
БЕФСТРОГАНОВ	90	100	237,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	180	203,0
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	200	132,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, ОБОГ.МИКРОН.	25	25	52,4
БАТОН, ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	51,0

ООО «Максимус»



УТВЕРЖДАЮ



2022 г.

МЕНЮ

ДЕНЬ 4

1-4 КЛАССЫ

5-11 КЛАССЫ

Наименование блюда	выход, г	выход, г	калорийность, ккал
ЗАВТРАК			
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С СОСИСКАМИ	150	160	303,3
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/7	200/7	62,0
ФРУКТЫ	100	100	44,4
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	25	65,5
ОБЕД			
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	60	100	78,0
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	200/5	250/5	80,6
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	200	467,4
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	200	115
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, ОБОГ.МИКРОН.	25	25	52,4
БАТОН, ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОН.	20	20	51,0



УТВЕРЖДАЮ



Бажукина ИА

2022 г

М Е Н Ю Д Е Н Ь 5

1-4 КЛАССЫ

5-11 КЛАССЫ

Наименование блюда	выход, г	выход, г	калорийность, ккал
ЗАВТРАК			
СОСИСКА ОТВАРНАЯ	50	50	133,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	180	203,0
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	200/7	61,6
СЫР ПОРЦИОННЫЙ	15	15	56,3
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (печенье, вафли)	30	40	125,1
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	25	65,5
ОБЕД			
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КУРАГОЙ	60	100	31,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	200	250	119,1
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	90	100	170,5
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	180	249,8
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	200	98,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, ОБОГ.МИКРОН.	25	25	52,4
БАТОН, ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОН.	20	20	51,0