

Рассмотрено и утверждено:  
Директор МАОУ СОШ № 29  
г. Липецка «Университетская»  
Т.Н. Зайцева

## МЕНЮ

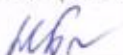
МАОУ СОШ № 29 г. Липецка «Университетская»

Примерное двухнедельное меню - двухразовое (из расчета 172 рубля в день на одного учащегося за счет средств бюджета) для учащихся 5-11 классов членов семей отдельных категорий граждан, принимающих (принимавших) участие в специальной военной операции на территориях Украины, Донецкой Народной Республики, Луганской Народной Республики, Запорожской и Херсонской областей, в выполнении задач по отражению вооруженного вторжения на территорию Российской Федерации или в ходе вооруженной провокации на Государственной границе Российской Федерации и приграничных территориях субъектов Российской Федерации, прилегающих к районам проведения специальной военной операции  
на 2 полугодие 2024-2025 учебного года

Меню составила:

Калькулятор МАОУ СОШ № 29

г. Липецка «Университетская»

 Н.А. Барышникова

г. Липецк  
2024-2025 учебный год

**1 неделя День 1 понедельник**

№ сб. ре	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. цен, ккал.	Витамины	
		7-10 лет	7-10 лет	7-10 лет	7-10 лет	7-10 лет	С	
ЗАВТРАК								
190	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200/5	21,2	16	32,3	361	0,3	
94	Чай с сахаром	200	2,0	0	22,2	89	0	
1	Батон с маслом	30/5	0,8	7,25	0,13	68	0	
Итого			49,48	15,7	41,72	337	0,11	
ОБЕД								
№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины	
		7-10 лет	7-10 лет	7-10 лет	7-10 лет	7-10 лет	С	
59	Салат из св. капусты	60	0,80	3,10	16,50	106,0	6,0	
234	Суп гороховый, с зеленью	200/1	1,6	4,20	10,50	85,0	12,0	
478	Гуляш из говядины	50/50	64,40	40,7	7,35	245,8	0,37	
682	Макароны отварные	100/30	3,60	6,9	36,2	163	0	
1041	Напиток лимонный	200	2,3	0	29,3	94	8,6	
	Хлеб с ламинариями	50	0,80	0,02	4,98	24,4	0	
	Фрукт	70	1,05	0,35	24,7	66	17	
Итого								

## 1 неделя День 2 вторник

[illegible]



1 неделя День 3 среда

[illegible]

1 неделя День 4 четверг

[illegible]

**1 неделя День 5 пятница**

1 неделя день 3 пятница										
№ сб. ре	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Эн. цен, ккал.	Витамины			
		7-10 лет	7-10 лет	7-10 лет	7-10 лет	7-10 лет		С		
ЗАВТРАК										
262	Каша овсяная молочная с маслом	200/5	14,4	15,8	25,4	235,6		1,09		
1	Батон с маслом	30/5	2,31	0,90	15,90	70,50		0		
944	Чай с лимоном	200/7	0,2	0	15	58		1,1		
Итого										
ОБЕД										
№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Эн. Цен, ккал.	Витамины			
		7-10 лет	7-10 лет	7-10 лет	7-10 лет	7-10 лет		С		
30	Салат из свеклы	50	1,7	3,2	28,9	44,0		11,0		
690	Суп рисовый с зеленью	200/15/1	2,40	3,20	19,50	225,4		5,5		
451	Котлеты рубленая мясная (свинина)	65	34,7	5,10	3,10	210,5	0,2	401		
694	Картофельное пюре	100	5,6	7,2	27,5	202		0		
	Компот из клубники	200	1,0	0	21,2	88		1,0		
	Хлеб	60	0,80	0,02	4,98	24,4		0		
	Фрукт	100	0,51	0	14,6	68		10,0		
Итого										

**2 неделя День 6 понедельник**

2 неделя день 6 понедельник										
№ сб. ре	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г		Эн. цен, ккал.	Витамины		
		7-10 лет	7-10 лет	7-10 лет	7-10 лет		7-10 лет		С	
ЗАВТРАК										
284	Омлет натуральный с маслом сливочным	53/3	4,4	15,8	25,4		235,6		1,09	
692	Какао на молоке	200	2,4	3,8	17,0		58		1,1	
	Батон йодированный	20	0,4	4,62	0,8		6		2,6	
Итого										
ОБЕД										
№ сб. рец	Наименование продукта	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г		Эн. Цен, ккал.	Витамины		
		7-10 лет	7-10 лет	7-10 лет	7-10 лет		7-10 лет		С	
10	Зеленый горошек, соленый огурец	60	6,12	4,16	7,20		74,0	8,0	10	
139	Суп фасолевый, с зеленью	200/1	1,6	4,20	10,50		85,0		12,0	
433	Мясо тушеное (свинина)	60/50	34,97	13,20	6,90		219	0,6	104	
688	Рис отварной	150	2,10	5,50	14,5		126		10,4	
699	Напиток апельсиновый	200	2,3	0	29,3		94		8,6	
	Хлеб	60	0,80	0,02	4,98		24,40		0	
	Кондитерские изделие	100	0,60	2,4	17,20		112,5		10,0	
Итого										



**2 неделя День 7 вторник**

[illegible]

**2 неделя День 8 среда**

[illegible]

2 неделя День 9 четверг

[illegible]

**2 неделя День 10 пятница**

[illegible]