

**МЕНЮ** основного (организованного) питания для обучающихся общеобразовательных учреждений г. Мурманска в возрасте 7-11 и 12-18 лет

На «13» «05» 2025 г.

Согласовано:

Директор учебного заведения



Зам. директора по производству  
МАУО «ЦШП»  
Бурнышева С.А.



2 День

| Наименование блюда                                        | с 7 до 11 лет    |                    | с 12 до 18 лет   |                    |
|-----------------------------------------------------------|------------------|--------------------|------------------|--------------------|
|                                                           | Выход блюда, гр. | Калорийность, ккал | Выход блюда, гр. | Калорийность, ккал |
| <b>Завтрак</b>                                            |                  |                    |                  |                    |
| Каша ячневая молочная                                     | 200              | 271,65             | 250              | 342,82             |
| Бутерброд с маслом и джемом                               | 60               | 207,52             | 60               | 207,52             |
| Плоды свежие (апельсин)                                   | 100              | 43,00              | 100              | 43,00              |
| Какао с молоком сгущенным                                 | 200              | 118,20             | 200              | 118,20             |
| <b>Обед</b>                                               |                  |                    |                  |                    |
| Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком | 60               | 73,68              | 100              | 122,80             |
| Свекольник                                                | 200              | 148,28             | 250              | 185,21             |
| Гуляш из цыпленка                                         | 100              | 257,90             | 100              | 257,90             |
| Каша гречневая рассыпчатая                                | 150              | 215,34             | 220              | 306,92             |
| Хлеб ржаной                                               | 40               | 68,32              | 35               | 59,78              |
| Компот из смеси ягод                                      | 200              | 110,00             | 200              | 110,00             |
| <b>Полдник</b>                                            |                  |                    |                  |                    |
| Простокваша                                               | 200              | 100,00             | 200              | 100,00             |
| Пирожок печеный с капустой                                | 100              | 223,88             | 150              | 335,71             |

МЕНЮ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПИТАНИЯ

«13» «05» «2020»

Согласовано:

Директор учебного заведения



Зам. директора по производству

МАУО «ЦШП»

Бурнышева С.А.



2 День

| Наименование блюда                                        | Выход | Цена   | Белки | Жиры | Углеводы | ЭЦ |
|-----------------------------------------------------------|-------|--------|-------|------|----------|----|
| <b>КОМПЛЕКСНЫЙ ЗАВТРАК</b>                                |       |        |       |      |          |    |
| Каша ячневая молочная                                     | 250   |        |       |      |          |    |
| Бутерброд с маслом и джемом                               | 60    |        |       |      |          |    |
| Плоды свежие (апельсин)                                   | 100   |        |       |      |          |    |
| Какао с молоком сгущённым                                 | 200   |        |       |      |          |    |
|                                                           |       | 175-00 |       |      |          |    |
| <b>КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД</b>                                   |       |        |       |      |          |    |
| Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком | 100   |        |       |      |          |    |
| Свекольник                                                | 250   |        |       |      |          |    |
| Гуляш из цыпленка                                         | 100   |        |       |      |          |    |
| Каша гречневая рассыпчатая                                | 220   |        |       |      |          |    |
| Хлеб ржаной                                               | 35    |        |       |      |          |    |
| Компот из смеси ягод                                      | 200   |        |       |      |          |    |
|                                                           |       | 280-00 |       |      |          |    |
| <b>КОМПЛЕКСНЫЙ ПОЛДНИК</b>                                |       |        |       |      |          |    |
|                                                           |       |        |       |      |          |    |
|                                                           |       |        |       |      |          |    |
|                                                           |       |        |       |      |          |    |
|                                                           |       |        |       |      |          |    |
| <b>НАПИТКИ</b>                                            |       |        |       |      |          |    |
|                                                           |       |        |       |      |          |    |
|                                                           |       |        |       |      |          |    |
|                                                           |       |        |       |      |          |    |
| <b>ВЫПЕЧКА</b>                                            |       |        |       |      |          |    |
| Сосиска в тесте                                           | 100   | 50     |       |      |          |    |
| Язычок слоеный                                            | 50    | 40     |       |      |          |    |
| Слойка со сгущенкой                                       | 75    | 20     |       |      |          |    |
|                                                           |       |        |       |      |          |    |

Организацию работы в школьной столовой проводит МАУО «ЦШП»  
ИНН/КПП 5190001619/519001001 ОГРН 1115190029426  
183036, г.Мурманск, ул. Мира, д.2/2, тел./факс 26-46-70