

Общеобразовательное частное учреждение «Центр Образования Интеллект»

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Абсаламова М.Б.

« 1 » сентября 2025г.

Меню школьное на 2025-2026 уч.год.

№ п/п	Наименование блюда	Объем порции (гр)	
		1-4 класс	5-11 класс
День 1 (понедельник)			
Завтрак			
1	Каша овсяная со сгущённым молоком	200	250
2	Хлеб пшеничный	50	50
3	Яйцо отварное	40	40
4	Какао с молоком и сахаром	200	200
5	Яблоко	120	120
6	Сырники	100	100
7	Джем/сметана	20	20
Обед			
1	Борщ с капустой и картофелем	250	250
2	Плов из говядины	250	300
3	Хлеб	50	50
4	Огурец консервированный	60	60
5	Компот из сухофруктов	200	200
6	Яблоко	120	120
Полдник			
1	Чай с сахаром	200	200
2	Коржик	70	100
День 2 (вторник)			
Завтрак			
1	Сосиски в тесте	150	150
2	Чай	200	200
3	Манная каша	200	250
4	Хлеб	50	50
5	Морковь свежая в нарезке	120	120
Обед			
1	Суп гороховый на говяжьем бульоне	250	300
2	Курица запеченная в томатном соусе	85/30	85/30
3	Гречка отварная/молоко	150	200
4	Салат капустный с зелёным горошком	80	100
5	Компот из сухофруктов	200	200
6	Морковь в нарезке	120	120
Полдник			
1	Чай	200	200
2	Сочники в творогом	90	90
День 3 (среда)			
Завтрак			
1	Плов из говядины	150	200
2	Хлеб	50	50
3	Булочка маковая/ореховая/варенная сгущенка	90	90
4	Компот из сухофруктов	200	200
5	Тыква запеченная с сахаром/фрукт по сезону	75	100
Обед			
1	Суп с фрикадельками на говяжьем бульоне	250	300
2	Макароны с сыром	200	250
3	Хлеб	50	50
4	Салат морковный с чесноком	80	100
5	Чай с сахаром/фрукт	200	200
6	Тыква запеченная с сахаром/фрукт (по сезону)	75	100
Полдник			

1	Простокваша/снежок	200	200
2	Кекс	100	100

День 4 (четверг)

Завтрак

1	Макароны с сыром	150	200
2	Хлеб	50	50
3	Чай с сахаром и шиповником	200	200
4	Яйцо отварное	40	40
5	Яблоко	120	120

Обед

1	Суп – харчо с говядиной	150	250
2	Котлеты говяжьи в томатном соусе	60	70
3	Пюре картофельное	150	200
4	Салат свекольный	80	100
5	Хлеб пшеничный	50	50
6	Компот из сухофруктов	200	200
7	Яблоко	120	120

Полдник

1	Чай с сахаром	200	200
2	Оладьи со сгущенным молоком	110	165

День 5 (пятница)

Завтрак

1	Хачапури	150	150
2	Хлеб с маслом	55	55
3	Калмыцкий чай	200	200
4	Сыр	10	15
5	Яблоко	120	120

Обед

1	Суп куриный с лапшой	250	250
2	Рисовый салат с кукурузой и яйцом	80	100
3	Мини – пицца	150	150
4	Компот из сухофруктов	200	200
6	Яблоко	120	120

Полдник

1	Чай с сахаром	200	200
2	Печенье	100	100

День 6 (понедельник)

Завтрак

1	Гречневая каша с молоком	200	200
2	Курзе с картофелем/котлета	150	200
3	Яйцо отварное	40	40
4	Час с сахаром	200	200
5	Яблоко	120	120

Обед

1	Суп – харчо	150	250
2	Макароны отварные с томатным соусом	150/30	200/50
3	Сосиска	100	100
4	Салат морковный с чесноком	80	100
5	Хлеб пшеничный	50	50
6	Компот из сухофруктов	200	200
7	Яблоко	120	120

Полдник

1	Какао с молоком	200	200
2	Рогалики с начинкой	55	110

День 7 (вторник)

Завтрак

1	Макароны с сыром	150	200
---	------------------	-----	-----

2	Хлеб с маслом	55	55
3	Какао с молоком и сахаром	200	200
4	Запеченное яблоко	120	120
Обед			
1	Борщ с капустой и картофелем	200	250
2	Сметана	20	30
3	Огурец консервированный	60	60
4	Гуляш мясной	100	120
5	Каша пшеничная	150	200
6	Хлеб пшеничный	50	50
7	Чай из шиповника	200	200
8	Яблоко	120	120
Полдник			
1	Блинчики со сгущенным молоком	110	165
2	Напитки из цикория	200	200
День 8 (среда)			
Завтрак			
1	Пышки	100	150
2	Джем	20	30
3	Калмыцкий чай/чай с сахаром	200	200
4	Сыр	10	15
5	Яйцо отварное	40	40
6	Морковь в нарезке	60	60
Обед			
1	Суп фасолевый	200	250
2	Плов из говядины	200	250
3	Салат из квашенной капусты	80	100
4	Хлеб пшеничный	50	50
5	Компот из сухофруктов	200	200
6	Морковь в нарезке	60	60
7			
Полдник			
1	Курзе с картофелем	150	200
2	Какао с молоком и сахаром	200	200
День 9 (четверг)			
Завтрак			
1	Каша овсяная	200	250
2	Сгущенное молоко	50	50
3	Хлеб пшеничный	50	50
4	Яйцо отварное	40	40
5	Чай с сахаром	200	200
6	Кекс с вишней	60	90
7	Тыква запеченная	75	100
Обед			
1	Суп куриный с лапшой	200	300
2	Котлета говяжья в томатном соусе	80	100
3	Пюре	150	200
4	Салат капустный с зеленым горошком	80	100
5	Хлеб пшеничный	50	50
6	Компот из сухофруктов	200	200
7	Яблоко	75	100
Полдник			
1	Хлопья кукурузные	50	70
2	Молоко	100	150
День 10 (пятница)			

Завтрак			
1	Молочный суп/рисовая каша	150	200
2	Хлеб с маслом	55	55
3	Какао с молоком и сахаром	200	200
4	Яблоко	120	120
Обед			
1	Хинкал аварский	200	250
2	Мясо отварное	80	100
3	Бульон м/к	200	200
4	Томатный соус	30	50
5	Гречка с молоком	200	250
6	Шарлотка с яблоком	60	60
7	Чай с сахаром	200	200
Полдник			
1	Кефир	200	200
2	Печенье	60	90