

М Е Н Ю

Наименование школы	ЧОУ НОШ «Чудо-Чадю»
Дата:	1.06.2021
День:	понедельник
Неделя:	1
Номер дня недели:	1
Возрастная категория:	7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Выход в граммах	Энергет. ценность, ккал
ЗАВТРАК			
1.	Молочная каша «Дружба»	200	244,07
2.	Ватрушка с творогом	80	172,3
3.	Хлеб ржаной	20	91,71
4.	Чай с молоком	200	80,3
5.		итого	588,38
ОБЕД			
1.	Салат из свежих овощей	80	74,46
2.	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	126,6
3.	Каша ячневая рассыпчатая	150	224,1
4.	Котлета из говядины с подливой	80/50	165,1
5.	Компот из свежих яблок и лимона (вит.С)	200	57,04
6.	Хлеб пшеничный	40	93,26
7.	Хлеб ржаной	20	91,71
		итого	832,27
ПОЛДНИК			
1.	Оладьи со сгущенным молоком	150/20	242,8
2.	Какао на молоке	200	107,5
3.		итого	350,3
УЖИН			
1.	Плов из птицы	250	282,2
2.	Свежий огурец	80	9,11
3.	Хлеб пшеничный	60	139,89
4.	Хлеб ржаной	30	97,5
5.	Чай чёрный с лимоном	200	62
		итого	590,7
		Всего	2361,65

Директор ЧОУ НОШ «Чудо-Чадю»

Шеф-повар



Л.А.Артамонова

Т.С.Костакова

МЕНЮ

Наименование школы	ЧОУ НОШ «Чудо-Чадю»
Дата:	2 марта 2021 г.
День:	вторник
Неделя:	1
Номер дня недели:	2
Возрастная категория:	7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Выход в граммах	Энергет. ценность, ккал
ЗАВТРАК			
1.	Молочная каша манная	200	241,57
2.	Хлеб с маслом и сыром	40/15/20	195,42
3.	Чай с сахаром	200	62
4.	Хлеб ржаной	20	91,71
5.		Всего	590,7
ОБЕД			
1.	Салат из сезонных овощей	80	67,64
2.	Борщ со сметаной на мясном бульоне	200	82,8
3.	Рис с овощами	150	231,98
4.	Котлеты рыбные с подливой и болгар. перцем	100	170,6
5.	Кисель ягодный (вит.С)	200	123,32
6.	Хлеб пшеничный	40	93,26
7.	Хлеб ржаной	20	91,71
		Всего	861,31
ПОЛДНИК			
1.	Пирог с яблоками	160/20	231,67
2.	Кофейный напиток злаковый	200	118,67
3.		Всего	350,34
УЖИН			
1.	Каша гречневая рассыпчатая	150	227,3
2.	Грудка куриная в смет. соусе	100/50	135,28
3.	Свежий огурец	60	20,8
4.	Хлеб пшеничный	40	93,26
5.	Хлеб ржаной	30	97,5
6.	Чай с молоком	200	55,6
		Всего	629,74
		Итого	2432,09

Директор ЧОУ НОШ «Чудо-Чадю»

Шеф-повар



Л.А.Артамонова

Т.С.Костакова

МЕНЮ

Наименование школы	ЧОУ НОШ «Чудо-Чад»
Дата:	3 марта 2021 г.
День:	среда
Неделя:	1
Номер дня недели:	3
Возрастная категория:	7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Выход в граммах	Энергет. ценность, ккал
ЗАВТРАК			
1.	Суп молочный с макаронными изделиями	200	206,4
2.	Хлеб пшеничный с маслом	40/15	172,2
3.	Чай с шиповником	200	118,67
4.	Хлеб ржаной	20	91,71
		Всего	588,98
ОБЕД			
1.	Салат из сезонных овощей	50	49,98
2.	Суп с вермишелью	200	102,1
3.	Каша пшеничная	150	210,5
4.	Биточки из говядины с овощами	100	179,08
5.	Компот вишнево-яблочный	200	113,44
6.	Хлеб пшеничный	40	93,26
7.	Хлеб ржаной	20	91,71
		Всего	840,07
ПОЛДНИК			
1.	Сметанный пирог	60	243,2
2.	Ряженка	200	107,5
3.		Всего	350,7
УЖИН			
1.	Картофельное рагу с мясом	150	244,9
2.	Свежий огурец	60	38,54
3.	Хлеб пшеничный	60	149,73
4.	Хлеб ржаной	30	97,5
5.	Кофейный злаковый напиток	200	62
		Всего	592,67
		Итого	2372,42

Директор ЧОУ НОШ «Чудо-Чад»

Шеф-повар



Л.А.Артамонова

Т.С.Костакова

МЕНЮ

Наименование школы	ЧОУ НОШ «Чудо-Чадю»
Дата:	4 марта
День:	четверг
Неделя:	1
Номер дня недели:	4
Возрастная категория:	7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Выход в граммах	Энергет. ценность, ккал
ЗАВТРАК			
1.	Молочно-гречневая каша	200	115
2.	Хлеб с маслом	40\10	156
3.	кофейный напиток злаковый	200	55,2
4.	Хлеб ржаной	20	91,71
		Всего	588,51
ОБЕД			
1.	Салат из сезонных овощей овощей	60	77,36
2.	Суп рассольник	200	98,9
3.	Макароны отварные	150	383,7
4.	Сосиски «Детские»	80	160,18
5.	Компот из ягод (вит.С)	200	57,04
6.	Хлеб пшеничный	50	116,62
7.	Хлеб ржаной	20	91,71
		Всего	825,33
ПОЛДНИК			
1.	Сырники со сметанным соусом	120	270,4
2.	Чай с молоком	200	80,3
3.			355,2
УЖИН			
1.	Омлет натуральный	150	186,3
2.	Овощи солен.(огурец, помидор)	60	25,2
3.	Хлеб пшеничный	60	149,73
4.	Хлеб ржаной	30	97,5
5.	Чай с сахаром	200	63,6
		Всего	590,43
		Итого	2342,68

Директор ЧОУ НОШ «Чудо-Чадю»

Шеф-повар



Л.А.Артамонова

Т.С.Костакова

МЕНЮ

Наименование школы	ЧОУ НОШ «Чудо-Чад»
Дата:	5 марта
День:	пятница
Неделя:	1
Номер дня недели:	5
Возрастная категория:	7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Выход в граммах	Энергет. ценность, ккал
ЗАВТРАК			
1.	Каша рисовая молочная жидкая	200	226,1
2.	Бутерброды с сыром	40/10/15	168,3
3.	Напиток кофейный	200	62
4.	Хлеб ржаной	20	91,71
5.	Фрукты (яблоки свежие)	100	40,8
		Всего	588,91
ОБЕД			
1.	Салат витаминный	60	87
2.	Суп картофельный с фрикадельками	200	137,4
3.	Картофельное пюре	150	162,12
4.	Тефтели рыбные в соусе	120	151,3
5.	Компот из ягодный (ВитС)	200	104,45
6.	Хлеб пшеничный	40	93,26
7.	Хлеб ржаной	20	91,71
		Всего	827,24
ПОЛДНИК			
1.	Кондитерские изделия (пряники)	140	243,2
2.	Кефир, ряженка	200	107,5
3.		Всего	350,7
УЖИН			
1.	Икра кабачковая (консервированная)	60	25,8
2.	Макаронные изделия отварные	150	227,3
3.	Мясо тушенное в сметане	80/40	120,48
4.	Хлеб пшеничный	60	116,62
5.	Хлеб ржаной	30	97,5
6.	Чай чёрный с шиповником	200	63,6
		Всего	651,3
		Итого	2418,15

Директор ЧОУ НОШ «Чудо-Чад»

Шеф-повар



Л.А. Артамонова
Т.С. Костакова

МЕНЮ

Наименование школы	ЧОУ НОШ «Чудо-Чад»
Дата:	9 марта
День:	вторник
Неделя:	2
Номер дня недели:	2
Возрастная категория:	7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Выход в граммах	Энергет. ценность, ккал
ЗАВТРАК			
1.	Каша «Дружба»	200	241,57
2.	Хлеб пшеничный с маслом	40/10	145,2
3.	Какао на молоке	200	110,4
4.	Хлеб ржаной	20	91,71
		Всего	588,88
ОБЕД			
1.	Салат из сезонных овощей	80	48,4
2.	Борщ со сметаной	200	82,8
3.	Картофельное пюре	150	231,98
4.	Тефтели из говядины с соусом	100	154,6
5.	Кисель ягодный (вит.С)	200	123,32
6.	Хлеб пшеничный	40	93,26
7.	Хлеб ржаной	20	91,71
		Всего	826,07
ПОЛДНИК			
1.	Пирожок с повидлом	60	274,9
2.	Кефир, ряженка	200	80,3
		Всего	355,2
УЖИН			
1.	Макаронные изделия отварные	150	227,3
2.	Говядина тушеная в соусе	120	135,28
3.	Огурец свежий	60	20,8
4.	Хлеб пшеничный	60	93,26
5.	Хлеб ржаной	30	97,5
6.	Чай чёрный с сахаром	200	55,6
		Всего	629,74
		Итого	2399,89

Директор ЧОУ НОШ «Чудо-Чад»
Шеф-повар



Л.А.Артамонова
Т.С.Костакова

МЕНЮ

Наименование школы	ЧОУ НОШ «Чудо-Чад»
Дата:	10 марта 2021 г.
День:	среда
Неделя:	2
Номер дня недели:	3
Возрастная категория:	7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Выход в граммах	Энергет. ценность, ккал
ЗАВТРАК			
1.	Каша молочная гречневая	200	206,4
2.	Хлеб с маслом	40/10	235,3
3.	Чай с шиповником	200	55,2
4.	Хлеб ржаной	20	91,71
		Всего	588,61
ОБЕД			
1.	Салат из свежих сезонных овощей	60	49,98
2.	Суп рисовый (харчо) на м/б	200	90,1
3.	Макароны отварные	150	210,5
4.	Грудка куриная в смет. соусе	100/50	162,58
5.	Компот из свежих яблок с лимоном(смородиной) (вит.С)	200	104,45
6.	Хлеб пшеничный	50	116,62
7.	Хлеб ржаной	20	91,71
		Всего	825,94
ПОЛДНИК			
1.	Запеканка творожная со сметан. соусом	150/30	232,39
2.	Кофейный напиток злаковый	200	118,67
		Всего	351,06
УЖИН			
1.	Овощи свежие (помидор, огурец)	60	6,85
2.	Картофельное пюре	150	137,2
3.	Котлеты из говядины с подливой	80/20	154,6
4.	Хлеб пшеничный	60	139,89
5.	Хлеб ржаной	30	97,5
6.	Чай с сахаром	200	63,6
		Всего	599,64
		Итого	2365,25

Директор ЧОУ НОШ «Чудо-Чад»

Шеф-повар

Л.А. Артамонова

Т.С. Костакова

МЕНЮ

Наименование школы	ЧОУ НОШ «Чудо-Чад»
Дата:	11 марта 2021 г.
День:	четверг
Неделя:	2
Номер дня недели:	4
Возрастная категория:	7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Выход в граммах	Энергет. ценность, ккал
ЗАВТРАК			
1.	Суп молочный с мак. изделиями с маслом	200	115
2.	Хлеб с маслом	40/15	195,42
3.	Чай с шиповником	200	188,67
4.	Хлеб ржаной	20	91,71
5.			
		Всего	590,8
ОБЕД			
1.	Салат из свежих сезонных овощей	80	82,36
2.	Суп с фрикадельками на м/б	200	143,4
3.	Каша пшенная	150	162,12
4.	Биточки рыбные с подливой и болгарским перцем	80/30	192,5
5.	Компот из свежих плодов и ягод (вит.С)	200	57,04
6.	Хлеб пшеничный	40	93,26
7.	Хлеб ржаной	20	91,71
		Всего	822,39
ПОЛДНИК			
1.	Кондитерские изделия (печенье)	150	274,9
2.	Какао с молоком	200	80,3
		Всего	355,2
УЖИН			
1.	Омлет	150	63
2.			
3.	Горошек зеленый консерв. с зеленью	60	33,2
4.	Хлеб пшеничный	60	139,89
5.	Хлеб ржаной	30	97,5
6.	Чай с шиповником	200	63,6
		Всего	592,93
		Итого	2361,32

Директор ЧОУ НОШ «Чудо-Чад»
Шеф-повар

Л.А. Артамонова
Т.С. Костакова

МЕНЮ

Наименование школы	ЧОУ НОШ «Чудо-Чад»
Дата:	12 марта 2021 г.
День:	пятница
Неделя:	2
Номер дня недели:	5
Возрастная категория:	7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Выход в граммах	Энергет. ценность, ккал
ЗАВТРАК			
1.	Каша молочная рисовая с маслом	200	226,1
2.	Хлеб с маслом и сыром	40/10/15	168,4
3.	Чай с лимоном	200	55,2
4.	Хлеб ржаной	20	91,71
5.	Фрукты свежие(яблоко, слива)	100	40,8
		Всего	588,91
ОБЕД			
1.	Салат из сезонных овощей	80	74,46
2.	Суп картофельный с рыбой	200	102,1
3.	Каша пшенная	200	366,38
4.			
5.	Компот из с/фруктов (вит.С)	200	113,44
6.	Хлеб пшеничный	40	93,26
7.	Хлеб ржаной	20	91,71
		Всего	841,68
ПОЛДНИК			
1.	Булочка школьная	150	242,8
2.	Какао на молоке	200	107,5
		Всего	350,3
УЖИН			
1.	Овощное рагу с мясом	250	262,32
2.	Овощи солен.(огурец, помидор)	60	25,2
3.	Хлеб пшеничный	60	149,73
4.	Хлеб ржаной	30	97,5
5.	Кофейный злаковый напиток	200	63,6
		Всего	592,35
		Итого	2373,24

Директор ЧОУ НОШ «Чудо-Чад»
Шеф-повар



Л.А.Артамонова
Т.С.Костакова

МЕНЮ

Наименование школы	ЧОУ НОШ «Чудо-Чадю»
Дата:	15 марта
День:	понедельник
Неделя:	1
Номер дня недели:	1
Возрастная категория:	7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Выход в граммах	Энергет. ценность, ккал
ЗАВТРАК			
1.	Молочная каша «Дружба»	200	244,07
2.	печенье	80	172,3
3.	Хлеб ржаной	20	91,71
4.	Чай с молоком	200	80,3
5.		итого	588,38
ОБЕД			
1.	Свежий огурец	40	74,46
2.	Суп лапша	200	126,6
3.	Каша ячневая рассыпчатая	150	224,1
4.	Котлета	80	165,1
5.	Компот из свежих яблок и лимона (вит.С)	200	57,04
6.	Хлеб пшеничный	40	93,26
7.	Хлеб ржаной	20	91,71
		итого	832,27
ПОЛДНИК			
1.	Ватрушка	120	242,8
2.	Чай с сахаром	200	107,5
3.		итого	350,3
УЖИН			
1.	Картофельное пюре	150	282,2
2.	Птица тушеная	100	135,38
2.	Соленый помидор	40	9,11
3.	Хлеб пшеничный	60	139,89
4.	Хлеб ржаной	30	97,5
5.	Чай чёрный с лимоном	200	62
		итого	590,7
		Всего	2361,65

Директор ЧОУ НОШ «Чудо-Чадю»

Шеф-повар

Л.А.Артамонова

Т.С.Костакова

МЕНЮ

Наименование школы	ЧОУ НОШ «Чудо-Чад»		
Дата:	15 марта 2021 г.		
День:	вторник		
Неделя:	1		
Номер дня недели:	3		
Возрастная категория:	7-11 лет		
№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Выход в граммах	Энергет. ценность, ккал
ЗАВТРАК			
1.	Омлет натуральный	110	214,92
2.	Бутерброд с сыром	25\7\15	165,68
3.	Кофейный напиток с молоком	200	118,69
4.	Хлеб ржаной	20	40,96
5.	Хлеб пшеничный	20	47,5
6.	Фрукты	120	56,40
		Всего	643,70
ОБЕД			
1.	Салат из свеклы с соленым огурцом	60	77,28
2.	Борщ украинский	200	132,00
3.	Зразы рубленые с соусом	80\30	212,00
4.	Каша гречневая рассыпчатая	150	206,00
5.	Кисель из плодов и ягод свежих	200	90,80
6.	Хлеб пшеничный	40	94,10
7.	Хлеб ржаной	20	40,96
		Всего	853,14
ПОЛДНИК			
1.	Коврижка на сметане	70	231,7
2.	Ряженка	200	195,71
3.		Всего	427,41
УЖИН			
1.	Овощи натуральные свежие	60	8,40
2.	Плов из птицы	200	304(т)
3.	Хлеб пшеничный	20	149,73
4.	Хлеб ржаной	20	40,96
5.	Чай с сахаом	200	55,60
		Всего	456,01
		Итого	2380,26

Директор ЧОУ НОШ «Чудо-Чад»

Шеф-повар



Л.А. Артамонова

Т.С. Костакова

МЕНЮ

Наименование школы	ЧОУ НОШ «Чудо-Чало» (структурное подразделение Детский сад)
Дата	17 марта 2021 г.
День:	Среда
Неделя:	1
Номер дня недели:	3
Возрастная категория:	1,5-3 лет/ 3-7

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Выход в граммах		Номер рецептуры
		1,5-3	3-7	
Завтрак				
1.	Лапшевник с творогом	110	135	283
2.	Хлеб пшеничный	20	20	1
3.	Чай с молоком	150	180	395
Второй завтрак				
1.	Сок фруктовый	150	200	368
Обед				
1.	Овощи натуральные свежие (помидоры)	40	50	101
2.	Суп с клецками	200	250	76
3.	Рис припущенный с томатом	100	120	205
4.	Котлеты рыбные запеченные	70	90	284
5.	Компот из свежих плодов и ягод	150	180	372
6.	Хлеб пшеничный	40	40	пром.
7.	Хлеб ржаной	20	20	пром.
Полдник				
1.	Пирожки печенные из дрожжевого теста	90	100	593
2.	Чай с лимоном	150	180	401
Ужин				
1.	Картофельное пюре	100	120	215
2.	Шницель натуральный рубленый	70	90	306
3.	Овощи натуральные свежие(огурец)	40	40	198
4.	Хлеб пшеничный	50	50	пром.
5.	Хлеб ржаной	30	30	пром.
6.	Чай с сахаром	150	180	392

Директор ЧОУ НОШ «Чудо-Чало»

Шеф-повар

Л.А. Артамонова

Т.С. Костакова



МЕНЮ

Наименование школы	ЧОУ НОШ «Чудо-Чудо»
Дата:	18 марта
День:	четверг
Неделя:	1
Номер дня недели:	4
Возрастная категория:	7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Выход в граммах	Энергет. ценность, ккал
ЗАВТРАК			
1.	Каша молочная манная вязкая	200	244,92
2.	Кондитерские изделия (вафли)	30	162,60
3.	Какао с молоком	200	195,71
4.	Хлеб пшеничный	20	47,05
		Всего	650,28
ОБЕД			
1.	Овощи соленные (помидор)	60	9,60
2.	Суп картофельный с рыбой	200	154,20
3.	Жаркое по домашнему	200	250,00
4.	Компот из свежих плодов и ягод (вит.С)	200	92,20
6.	Хлеб пшеничный	40	94,10
7.	Хлеб ржаной	20	40,96
		Всего	641,06
ПОЛДНИК			
1.	Булочка с корицей	75	218,25
2.	Чай с молоком	200	80,30
3.		Всего	298,55
УЖИН			
1.	Икра кабачковая	60	71,40
2.	Гуляш из отварного мяса	80	252,00
3.	Макаронные изделия отварные	150	213,58
4.	Хлеб пшеничный	20	47,05
5.	Хлеб ржаной	20	40,96
6.	Чай с сахаром	200	55,60
		Всего	680,59
		Итого	2270,48

Директор ЧОУ НОШ «Чудо-Чудо»

Шеф-повар



Л.А.Артамонова

Т.С.Костакова

МЕНЮ

Наименование школы	ЧОУ НОШ «Чудо-Чад»
Дата:	19 марта
День:	пятница
Неделя:	1
Номер дня недели:	5
Возрастная категория:	7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Выход в граммах	Энергет. ценность, ккал
ЗАВТРАК			
1.	Творожная запеканка	150	336,0
2.	Бутерброды с сыром	25/7/15	165,68
3.	Чай с лимоном	200	61,0
4.	Хлеб пшеничный	20	47,05
5.	Фрукты (яблоки свежие)	100	40,8
		Всего	666,13
ОБЕД			
1.	Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	8,40
2.	Суп картофельный с фрикадельками	200	111,78
3.	Картофельное пюре	150	162,12
4.	Рыба, запеченная в молочном соусе	110	143,0
5.	Компот из свежих плодов и ягодный (ВитС)	200	92,20
6.	Хлеб пшеничный	40	94,10
7.	Хлеб ржаной	20	40,96
		Всего	653,94
ПОЛДНИК			
1.	Кондитерские изделия (пряники)	40	166,80
2.	Сок фруктовый	200	97,20
3.		Всего	264,00
УЖИН			
1.	Горошек зеленый консервированный отварной	60	44,50
2.	Птица тушеная	140	127,17
3.	Каша гречневая рассыпчатая	150	206,0
4.	Хлеб пшеничный	20	47,05
5.	Хлеб ржаной	20	40,96
6.	Чай чёрный с шиповником	200	55,60
		Всего	521,28
		Итого	2105,35

Директор ЧОУ НОШ «Чудо-Чад»

Шеф-повар



Л.А.Артамонова
Т.С.Костакова

М Е НЮ

Наименование школы		ЧОУ НОШ «Чудо-Чад»	
Дата:		22 марта	
День:		понедельник	
Неделя:		1	
Номер дня недели:		2	
Возрастная категория:		7-11 лет	
№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Выход в граммах	Энергет. ценность, ккал
ЗАВТРАК			
1.	Каша «Дружба»	200	241,11
2.	Кондитерское изделие (пряник)	60	219,60
3.	Чай с сахаром	200	55,60
4.	Хлеб пшеничный	40	94,10
		Всего	610,41
ОБЕД			
1.	Икра кабачковая	60	71,40
2.	Суп картофельный с бобовыми	200	133,60
3.	Макаронные изделия отварные	150	213,58
4.	Котлеты рубленые из кур, запеченные, с молочным соусом	110	228,82
5.	Компот из свежих плодов и ягод (вит.С)	200	92,20
6.	Хлеб пшеничный	40	94,10
7.	Хлеб ржаной	20	40,96
		Всего	874,66
ПОЛДНИК			
1.	Ватрушка с творогом	70	202,00
2.	Какао на молоке	200	195,71
		Всего	397,71
УЖИН			
1.	Салат из соленых огурцов с луком	60	9,60
2.	Биточки	80\30	168,0
3.	Каша пшеничная рассыпчатая	150	221,78
4.	Хлеб пшеничный	20	47,05
5.	Хлеб ржаной	20	40,96
6.	Чай с лимоном	200	61,0
		Всего	574,67
		Итого	2457,45

Директор ЧОУ НОШ «Чудо-Чад»

Л.А.Артамонова

Шеф-повар

Т.С.Костакова

МЕНЮ

Наименование школы	ЧОУ НОШ «Чудо-Чадю»
Дата:	23 марта
День:	вторник
Неделя:	2
Номер дня недели:	2
Возрастная категория:	7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Выход в граммах	Энергет. ценность, ккал
ЗАВТРАК			
1.	Горошек зел.консервированный	60	44,50
2.	Омлет натуральный	110	214,92
3.	Кофейный напиток с молоком	200	118,69
4.	Хлеб пшеничный	20	47,05
5.	Хлеб ржаной	20	40,96
6.	Фрукты свежие	120	56,40
		Всего	522,52
ОБЕД			
1.	Овощи свежие (огурцы)	60	8,40
2.	Борщ с фасолью и картофелем	200	94,60
3.	Пельмени отварные	200	441,60
4.	Кисель ягодный (вит.С)	200	90,80
5.	Хлеб пшеничный	40	94,10
6.	Хлеб ржаной	20	40,96
		Всего	770,46
ПОЛДНИК			
1.	Коврижка на сметане	60	231,70
2.	Ряженка	200	136,00
		Всего	367,70
УЖИН			
1.	Овощи соленые(помидоры)	60	9,60
2.	Картофельное пюре	150	216,00
3.	Тефтели	80	163,50
4.	Хлеб пшеничный	20	47,05
5.	Хлеб ржаной	20	40,96
6.	Чай чёрный с сахаром	200	55,60
		Всего	532,71
		Итого	2193,39

Директор ЧОУ НОШ «Чудо-Чадю»
Шеф повар

Л.А.Артамонова
Т.С.Костакова

МЕНЮ

Наименование школы	ЧОУ НОШ «Чудо-Чадю»
Дата:	24 марта 2021 г.
День:	среда
Неделя:	2
Номер дня недели:	3
Возрастная категория:	7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Выход в граммах	Энергет. ценность, ккал
ЗАВТРАК			
1.	Сырники из творога	130\20	304,20
2.	Какао с молоком	200	195,71
3.	Хлеб пшеничный	40	94,10
4.			
		Всего	594,01
ОБЕД			
1.	Салат из свежих сезонных овощей	60	42,84
2.	Суп рисовый с мясом	200	72,80
3.	Рыба тушеная в томатном соусе	120	160,29
4.	Каша пшеничная рассыпчатая	150	241,16
5.	Напиток из плодов шиповника	200	87,78
6.	Хлеб пшеничный	40	94,10
7.	Хлеб ржаной	20	40,96
		Всего	739,93
ПОЛДНИК			
1.	Пирожки печенные из дрожжевого теста	75	184,0
2.	Кофейный напиток злаковый	200	118,69
		Всего	302,69
УЖИН			
1.	Овощи свежие (помидор, огурец)	60	14,40
2.	Плов из птицы	210	301,00
3.	Хлеб пшеничный	20	47,05
4.	Хлеб ржаной	20	40,96
5.	Чай с сахаром	200	55,60
		Всего	459,01
		Итого	2095,64

Директор ЧОУ НОШ «Чудо-Чадю»

Шеф-повар

Л.А.Артамонова
Е.Ю.Зайцева

М Е Н Ю

Наименование школы	ЧОУ НОШ «Чудо-Чудо»
Дата:	25 марта 2021 г.
День:	четверг
Неделя:	2
Номер дня недели:	4
Возрастная категория:	7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Выход в граммах	Энергет. ценность, ккал
ЗАВТРАК			
1.	Кондитерские изделия(печенье)	40	166,80
2.	Каша гречневая вязкая на молоке	205	246,17
3.	Чай с молоком	200	80,30
4.	Хлеб пшеничный	40	94,10
5.	Кисломолочный продукт ряженка	200	136,00
		Всего	723,37
ОБЕД			
1.	Овощи свежие натуральные(огурцы)	60	8,40
2.	Суп лапша домашняя	200	134,77
3.	Картофельное пюре	150	163,50
4.	Птица тушеная	140	127,17
5.	Компот из свежих плодов и ягод (вит.С)	200	92,20
6.	Хлеб пшеничный	40	94,10
7.	Хлеб ржаной	20	40,96
		Всего	661,10
ПОЛДНИК			
1.	Булочка с корицей	75	218,25
2.	Какао с молоком	200	195,71
		Всего	413,96
УЖИН			
1.	Овощи натуральные свежие(помидоры)	60	14,40
2.	Биточки с соусом	80\30	168,00
3.	Каша ячневая рассыпчатая	150	221,78
4.	Хлеб пшеничный	20	47,05
5.	Хлеб ржаной	20	40,96
6.	Чай с лимоном	200	61,00
		Всего	553,19
		Итого	2351,62

Директор ЧОУ НОШ «Чудо-Чудо»
Шеф-повар

Л.А.Артамонова
Е.Ю.Зайцева

МЕНЮ

Наименование школы	ЧОУ НОШ «Чудо-Чад»
Дата:	26 марта 2021 г.
День:	пятница
Неделя:	2
Номер дня недели:	5
Возрастная категория:	7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Выход в граммах	Энергет. ценность, ккал
ЗАВТРАК			
1.	Вареники ленивые	150\30	332,30
2.	Чай с сахаром	200	55,60
		Всего	482,00
ОБЕД			
1.	Кукуруза консервированная	60	59,58
2.	Суп картофельный с фрикадельками	200	111,78
3.	Рис припущенный с томатом	150	225,80
4.	Шницель натуральный рубленый	80	336,80
5.	Компот из с/фруктов (вит.С)	200	92,20
6.	Хлеб пшеничный	40	94,10
7.	Хлеб ржаной	20	40,96
		Всего	961,22
ПОЛДНИК			
1.	Кондитерское изделие (пряник)	60	219,60
2.	Кофейный напиток с молоком	200	118,69
		Всего	338,29
УЖИН			
1.	Овощи соленные(помидоры)	60	9,60
2.	Котлеты рубленые из кур, запеченные с молочным соусом	90	228,82
3.	Макаронные изделия отварные	150	213,58
4.	Хлеб пшеничный	20	47,05
5.	Хлеб ржаной	20	40,96
6.	Кофейный злаковый напиток	200	61,00
		Всего	601,01
		Итого	2382,52

Директор ЧОУ НОШ «Чудо-Чад»
Шеф-повар



Л.А. Артамонова
Е.Ю. Зайцева

МЕНЮ

Наименование школы	ЧОУ НОШ «Чудо-Чадю»
Дата:	29 марта
День:	понедельник
Неделя:	1
Номер дня недели:	1
Возрастная категория:	7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Выход в граммах	Энергет. ценность, ккал
ЗАВТРАК			
1.	Печенье	40	166,80
2.	Каша «Дружба»	200	241,11
3.	Хлеб пшеничный	40	94,10
4.	Чай с сахаром	200	55,60
		итого	558
ОБЕД			
1.	Салат из свежих огурцов помидоров	60	42,84
2.	Суп лапша домашняя	200	134,77
3.	Каша ячневая рассыпчатая	150	221,78
4.	Котлета с соусом	80/30	168,00
5.	Компот из свежих плодов и ягод(вит.С)	200	92,20
6.	Хлеб пшеничный	40	94,10
7.	Хлеб ржаной	20	40,96
		итого	794,65
ПОЛДНИК			
1.	Ватрушка с творогом	70	202,0
2.	Кисломолочный продукт ряженка	200	136,0
3.		итого	338,0
УЖИН			
1.	Картофельное пюре	150	136,50
2.	Птица тушеная	140	127,17
3.	Овощи натуральные свежие	60	14,40
4.	Хлеб пшеничный	20	139,89
5.	Хлеб ржаной	20	47,05
6.	Чай чёрный с лимоном	200	40,96
		итого	454,08
		Всего	2144,34

Директор ЧОУ НОШ «Чудо-Чадю»
Шеф повар

Л.А.Артамонова
Е.Ю.Зайцева

МЕНЮ

Наименование школы		ЧОУ НОШ «Чудо-Чад»	
Дата:		30 марта 2021 г.	
День:		вторник	
Неделя:		1	
Номер дня недели:		2	
Возрастная категория:		7-11 лет	
№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Выход в граммах	Энерге- тичность ккал
ЗАВТРАК			
1.	Омлет натуральный	110	214,92
2.	Бутерброд с сыром	25\7\15	165,68
3.	Кофейный напиток с молоком	200	118,69
4.	Хлеб ржаной	20	40,96
5.	Хлеб пшеничный	20	47,5
6.	Фрукты свежие	120	56,40
		Всего	643,70
ОБЕД			
1.	Салат из свеклы с соленым огурцом	60	77,28
2.	Борщ украинский	200	132,00
3.	Зразы рубленые с соусом	80\30	212,00
4.	Каша гречневая рассыпчатая	150	206,00
5.	Кисель из плодов и ягод свежих	200	90,80
6.	Хлеб пшеничный	40	94,10
7.	Хлеб ржаной	20	40,96
		Всего	853,14
ПОЛДНИК			
1.	Коврижка на сметане	70	231,7
2.	Какао с молоком	200	195,71
3.		Всего	427,41
УЖИН			
1.	Овощи натуральные свежие	60	8,40
2.	Плов из птицы	200	304,0
3.	Хлеб пшеничный	20	149,73
4.	Хлеб ржаной	20	40,96
5.	Чай с сахаром	200	55,60
		Всего	456,0
		Итого	2377,2

Директор ЧОУ НОШ «Чудо-Чад»
Шеф повар



Л.А.Артамонова
Е.Ю.Зайцева

МЕНЮ

Наименование школы	ЧОУ НОШ «Чудо-Чадю»
Дата:	31 марта 2021 г.
День:	среда
Неделя:	1
Номер дня недели:	3
Возрастная категория:	7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Выход в граммах	Энергет. ценность, ккал
ЗАВТРАК			
1.	Макароны запеченные с сыром	200	272,00
2.	Хлеб пшеничный	20	47,05
3.	Чай с молоком	200	80,30
5.		Всего	399,35
ОБЕД			
1.	Овощи натуральные свежие (помидор)	60	14,40
2.	Суп картофельный с клецками	200	89,55
3.	Котлеты рыбные запеченные	80\30	85,93
4.	Рис, припущенный с томатом	150	225,80
5.	Компот из свежих плодов и ягод (вит.С)	200	92,20
6.	Хлеб пшеничный	40	91,10
7.	Хлеб ржаной	20	40,96
		Всего	639,94
ПОЛДНИК			
1.	Пирожки печенные из дрожжевого теста	75	184,00
2.	Кофейный напиток с молоком	200	118,69
3.		Всего	302,69
УЖИН			
1.	Овощи натуральные свежие	60	8,40
2.	Шницель натуральный рубленый в соусе	80\30	336,80
3.	Картофельное пюре	150	163,50
4.	Хлеб пшеничный	20	47,05
5.	Хлеб ржаной	20	40,96
6.	Чай с лимоном	200	61,00
		Всего	657,71
		Итого	1999,69

Директор ЧОУ НОШ «Чудо-Чадю»

Шеф-повар

Л.А. Артамонова
Е.Ю. Зайцева