

МЕНЮ

Наименование школы	ЧОУ НОШ «Чудо-Чад» (структурное подразделение Детский сад)
Дата	1 декабря 2021 г.
День:	Среда
Неделя:	2
Номер дня недели:	3
Возрастная категория:	1,5-3 лет/ 3-7

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Выход в граммах		Энергет. ценность ккал.
		1,5-3	3-7	
Завтрак				
1.	Сырники из творога	110\20	130\20	304,20
2.	Хлеб пшеничный	30	30	70,58
3.	Какао с молоком	150	180	195,71
Второй завтрак				
1.	Фрукты и ягоды свежие	70	75	32,25
			Всего	298,54
Обед				
1.	Салат из квашеной капусты с луком	40	50	35,70
2.	Суп рисовый с мясом	150	200	72,80
2.	Каша пшеничная рассыпчатая	110	130	209,00
3.	Рыба тушеная в томате с овощами	80	90	160,29
4.	Напиток из плодов шиповника	150	180	87,78
5.	Хлеб пшеничный	30	30	70,58
6.	Хлеб ржаной	20	20	40,96
			Всего	677,11
Полдник				
1.	Пирожки печенные из дрожжевого теста	75	75	184,00
2.	Кофейный напиток с молоком	150	180	118,69
			Всего	302,69
Ужин				
1.	Овощи соленные	40	50	12,00
2.	Плов из птицы	150	160	301,00
3.	Хлеб ржаной	20	20	47,05
4.	Хлеб пшеничный	20	20	40,96
5.	Чай черный с сахаром	150	180	55,60
			Всего	456,01
			Итого	1734,35

Директор ЧОУ НОШ «Чудо-Чад» _____

Л.А. Артамонова

Шеф-повар _____

Е.Ю. Зайцева



МЕНЮ

Наименование школы	ЧОУ НОШ «Чудо-Чудо» (структурное подразделение Детский сад)
Дата	2 декабря 2021 г.
День:	Четверг
Неделя:	2
Номер дня недели:	4
Возрастная категория:	1,5-3 лет/ 3-7

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Выход в граммах		Энергет. ценность ккал.
		1,5-3	3-7	
Завтрак				
1.	Каша гречневая вязкая на молоке	150	205	183,70
2.	Кондитерские изделия (печенье)	30	30	162,60
3.	Чай с молоком	150	180	146,78
4.	Хлеб пшеничный	15	30	70,58
Второй завтрак				
1.	Ряженка	150	180	136,00
			Всего	699,85
Обед				
1.	Овощи натуральные соленные(огурцы)	40	50	7,00
2.	Картофельное пюре	110	130	141,70
3.	Птица тушеная, Фрикадельки из птицы(ясли)	100	140	127,17
4.	Суп лапша домашняя	150	200	134,77
5.	Компот из свежих плодов и ягод (вит.С)	150	180	92,20
6.	Хлеб пшеничный	30	30	70,58
7.	Хлеб ржаной	20	20	40,96
			Всего	614,38
Полдник				
1.	Булочка с корицей или маком	75	75	218,25
2.	Какао с молоком	150	180	15,71
			Всего	413,96
Ужин				
1.	Овощи соленные(помидоры)	40	40	12,0
2.	Каша ячневая рассыпчатая	110	130	168,0
3.	Биточки мясные	70\30	80\30	192,20
4.	Чай с лимоном	150	180	61,00
5.	Хлеб пшеничный	30	30	70,58
6.	Хлеб ржаной	20	20	40,96
			Всего	544,74
			Итого	2272,93

Директор ЧОУ НОШ «Чудо-Чудо» _____

Л.А. Артамонова

Шеф-повар _____

Е.Ю.



МЕНЮ

Наименование школы	ЧОУ НОШ «Чудо-Чудо» (структурное подразделение Детский сад)
Дата	3 декабря 2021 г.
День:	Пятница
Неделя:	2
Номер дня недели:	5
Возрастная категория:	1,5-3 лет/ 3-7

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Выход в граммах		Энергет. ценность ккал.
		1,5-3	3-7	
Завтрак				
1.	Бутерброд с сыром	20\5\10	25\7\15	165,68
2	Каша манная молочная вязкая	150	200	244,92
3.	Чай с сахаром	150	200	55,60
Второй завтрак				
1.	Фрукты и ягоды свежие	70	75	32,25
			Всего	569,03
Обед				
1.	Кукуруза консервированная	40	50	49,65
2	Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	200	111,78
3.	Шницель натуральный рубленый	60	80	336,80
4.	Рис припущенный с томатом	110	130	195,69
5.	Компот из свежих плодов и ягод (вит.С)	150	200	92,20
6.	Хлеб пшеничный	30	30	70,58
7.	Хлеб ржаной	20	20	40,96
			Всего	897,66
Полдник				
1.	Кондитерские изделия (пряник)	60	60	219,60
2.	Кофейный напиток с молоком	150	200	97,33
			Всего	316,93
Ужин				
1.	Салат из квашеной капусты с луком	40	50	12,00
2.	Котлеты рублен. из кур. с соусом	70	80	228,82
3.	Макаронные изделия отварные	110	130	185,10
4.	Чай с лимоном	150	200	61,00
5.	Хлеб пшеничный	20	20	47,05
6.	Хлеб ржаной	20	20	40,96
			Всего	574,93
			Итого	2358,55

Директор ЧОУ НОШ «Чудо-Чудо»

Шеф-повар

Л.А. Артамонова

Е.Ю. Зайцева



МЕНЮ

Наименование школы	ЧОУ НОШ «Чудо-Чадю» (структурное подразделение Детский сад)
Дата	6 декабря 2021г.
День	Понедельник
Неделя	1
Номер дня недели	1
Возрастная категория	1,5-3 лет/ 3-7

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Выход в граммах		Энергет. ценность ккал.
		1,5-3	3-7	
Завтрак				
1.	Каша молочная «Дружба»	150	180	241,11
2.	Печенье	40	40	166,80
3.	Хлеб пшеничный	20	30	70,58
4.	Чай с сахаром	150	180	55,60
Второй завтрак				
1.	Яблоки свежие	70	75	32,25
			Всего	566,00
Обед				
1.	Салат из квашеной капусты с луком	40	50	35,70
2.	Суп – лапша домашняя	150	200	134,77
3.	Каша ячневая рассыпчатая	110	130	192,20
4.	Котлета с соусом	70/30	80/30	168,00
5.	Компот ягодный (вит. С)	150	200	92,20
6.	Хлеб пшеничный	30	30	70,58
7.	Хлеб ржаной	20	20	40,96
			Всего	734,41
Полдник				
1.	Ватрушка с творогом	50	70	202,00
2.	Ряженка	150	200	136,00
			Всего	338,00
Ужин				
1.	Овощи натуральные свежие(помидор)	40	50	12,00
2.	Птица тушеная		140	127,17
	Котлеты рубленые из кур в соусе(ясли)	60		
3.	Каша пшеничная	110	130	141,70
4.	Хлеб пшеничный	20	20	47,05
5.	Хлеб ржаной	20	20	40,96
6.	Чай с лимоном	150	200	61,00
			Всего	429,88
			Итого	2068,63

Директор ЧОУ НОШ «Чудо-Чадю»

Л.А. Артамонова

Шеф-повар

Е.Ю. Зайцева



МЕНЮ

Наименование школы		ЧОУ НОШ «Чудо-Чудо»	
Дата:		7 декабря 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.	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.	Салат из моркови	60	82,08
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	526,669
		Итого	2450,94

Директор ЧОУ НОШ «Чудо-Чудо»
Шеф повар



Л.А. Артамонова
Е.Ю. Зайцева

МЕНЮ

Наименование школы	ЧОУ НОШ «Чудо-Чадю»
Дата:	8 декабря 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

МЕНЮ

Наименование школы	ЧОУ НОШ «Чудо-Чудо»
Дата:	9 декабря 2021 г.
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

Е.Ю. Зайцева



МЕНЮ

Наименование школы	ЧОУ НОШ «Чудо-Чадло»
Дата:	10 декабря 2021 г.
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 со сгущенным молоком	130/30	321,10
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)	120	40,8
		Всего	651,23
ОБЕД			
1.	Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	8,40
2.	Суп картофельный с фрикадельками	200	111,78
3.	Картофельное пюре	150	163,50
4.	Котлета с соусом	110	168,00
5.	Компот из свежих плодов и ягодный (ВитС)	200	92,20
6.	Хлеб пшеничный	40	94,10
7.	Хлеб ржаной	20	40,96
		Всего	678,94
ПОЛДНИК			
1.	Кондитерские изделия (печенье)	40	166,80
2.	Кофейный напиток с молоком	200	118,69
3.		Всего	285,49
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	2136,94

Директор ЧОУ НОШ «Чудо-Чадло»

Шеф-повар

Л.А.Артамонова

Е.Ю.Зайцева



МЕНЮ

Наименование школы		ЧОУ НОШ «Чудо-Чудо»	
Дата:		13 декабря 2021 г.	
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 с соусом	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-Чудо»

Шеф-повар

Л.А.Артамонова

Е.Ю.Зайцева



МЕНЮ

Наименование школы	ЧОУ НОШ «Чудо-Чад»
Дата:	14 декабря 2021 г.
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 зеленый 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	776,46
ПОЛДНИК			
1.	Коврижка на сметане	60	231,70
2.	Ряженка	200	136,00
		Всего	367,70
УЖИН			
1.	Салат из свеклы с солеными огурцами	60	77,28
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	600,39
		Итого	2267,07

Директор ЧОУ НОШ «Чудо-Чад»

Шеф повар

Л.А.Артамонова

Е.Ю.Зайцева



МЕНЮ

Наименование школы	ЧОУ НОШ «Чудо-Чад»
Дата:	15 декабря 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 квашеной капусты с луком	60	66,36
2.	Суп рисовый с мясом	200	72,80
3.	Рыба тушеная в томатном соусе	120	160,29
4.	Каша пшенная 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	763,45
ПОЛДНИК			
1.	Пирожки печенные из дрожжевого теста	75	184,0
2.	Кофейный напиток злаковый	200	118,69
		Всего	302,69
УЖИН			
1.	Овощи соленные (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	2119,16

Директор ЧОУ НОШ «Чудо-Чад»

Шеф-повар



Л. А. Артамонова
Е. Ю. Зайцева

МЕНЮ

Наименование школы	ЧОУ НОШ «Чудо-Чад»
Дата:	16 декабря 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 соленые(огурцы)	60	51,54
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	704,24
ПОЛДНИК			
1.	Булочка с корицей	75	218,25
2.	Какао с молоком	200	195,71
		Всего	413,96
УЖИН			
1.	Овощи соленые (помидоры)	60	9,60
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	548,39
		Итого	2389,96

Директор ЧОУ НОШ «Чудо-Чад»
Шеф-повар



Л.А. Артамонова
Е.Ю. Басичева

МЕНЮ

Наименование школы	ЧОУ НОШ «Чудо-Чудо»
Дата:	17 декабря 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.	Бутерброд с сыром	25\7\15	165,68
2.	Каша манная молочная вязкая	200	244,92
3.	Чай с сахаром	200	94,1
		Всего	560,3
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.	Салат из квашенной капусты с луком	60	66,36
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.	Чай с лимоном	200	61,00
		Всего	657,77
		Итого	2517,58

Директор ЧОУ НОШ «Чудо-Чудо»
Шеф-повар



Л.А. Артамонова
Е.Ю. Зайцева

МЕНЮ

Наименование школы		ЧОУ НОШ «Чудо-Чудо»	
Дата:		20 декабря 2021г.	
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 квашеной капусты с луком	60	66,36
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	818,17
ПОЛДНИК			
1.	Ватрушка с творогом	70	202,0
2.	Кисломолочный продукт ряженка	200	136,0
3.		итого	338,0
УЖИН			
1.	Каша пшеничная	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	2167,86

Директор ЧОУ НОШ «Чудо-Чудо»
Шеф повар



Л.А.Артамонова
Е.Ю.Зайцева

МЕНЮ

Наименование школы	ЧОУ НОШ «Чудо-Чад» (структурное подразделение Детский сад)
Дата	21 декабря 2021 г.
День:	Вторник
Неделя:	1
Номер дня недели:	2
Возрастная категория:	1,5-3 лет/ 3-7

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Выход в граммах		Энергет. ценность ккал.
		1,5-3	3-7	
Завтрак				
1.	Омлет натуральный	100	110	165,68
2.	Бутерброд с сыром	25\7\15	25\7\15	214,92
3.	Кофейный напиток с молоком	150	180	118,69
4.	Хлеб ржаной	20	20	40,96
Второй завтрак				
1.	Фрукты и ягоды свежие	70	75	32,25
			Всего	619,55
Обед				
1.	Салат из свеклы с соевым соусом	50	60	64,40
2.	Борщ украинский	200	250	132,00
3.	Зразы рубленые с соусом	70\30	80\30	212,00
4.	Каша гречневая рассыпчатая	110	130	265,20
5.	Кисель из свеж. плодов и ягод (вит.С)	150	180	90,80
6.	Хлеб пшеничный	30	30	70,58
7.	Хлеб ржаной	20	20	40,96
			Всего	875,94
Полдник				
41.	Коврижка на сметане	70	70	231,70
2.	Ряженка	150	180	195,71
			Всего	427,41
Ужин				
1.	Овощи натуральные свежие	40	50	7,0
2.	Плов из птицы	150	210	301,00
3.	Чай черный с сахаром	150	180	55,60
4.	Хлеб пшеничный	20	20	47,05
5.	Хлеб ржаной	20	20	40,96
			Всего	451,61
			Итого	2374,51

Директор ЧОУ НОШ «Чудо-Чад»

Шеф-повар

Л.А. Артамонова

Е.Ю. Зайцева



МЕНЮ

Наименование школы	ЧОУ НОШ «Чудо-Чад»
Дата:	22 декабря 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-Чад»

Шеф-повар



Л.А. Артамонова
Е.Ю. Зайцева

МЕНЮ

Наименование школы	ЧОУ НОШ «Чудо-Чад»
Дата:	23 декабря 2021 г.
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-Чад»

Шеф-повар



Д.А. Артамонова

Е.Ю. Зайцева

МЕНЮ

Наименование школы	ЧОУ НОШ «Чудо-Чудо»
Дата:	24 декабря 2021 г.
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 со сгущенным молоком	130\30	321,10
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)	120	40,8
		Всего	651,23
ОБЕД			
1.	Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	8,40
2.	Суп картофельный с фрикадельками	200	111,78
3.	Картофельное пюре	150	163,50
4.	Котлета с соусом	110	168,00
5.	Компот из свежих плодов и ягодный (ВитС)	200	92,20
6.	Хлеб пшеничный	40	94,10
7.	Хлеб ржаной	20	40,96
		Всего	678,94
ПОЛДНИК			
1.	Кондитерские изделия (печенье)	40	166,80
2.	Кофейный напиток с молоком	200	118,69
3.		Всего	285,49
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	2136,94

Директор ЧОУ НОШ «Чудо-Чудо»

Шеф-повар



Л.А.Артамонова
Е.Ю.Зайцева

М Е Н Ю

Наименование школы		ЧОУ НОШ «Чудо-Чад»	
Дата:		27 декабря 2021 г.	
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 с соусом	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»

Шеф-повар



Л.А.Артамонова

Е.Ю.Зайцева

МЕНЮ

Наименование школы	ЧОУ НОШ «Чудо-Чад»
Дата:	28 декабря 2021 г.
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 зеленый 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.	Овоши 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	776,46
ПОЛДНИК			
1.	Коврижка на сметане	60	231,70
2.	Ряженка	200	136,00
		Всего	367,70
УЖИН			
1.	Салат из свеклы с солеными огурцами	60	77,28
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	600,39
		Итого	2267,07

Директор ЧОУ НОШ «Чудо-Чад»
Шеф повар

Л.А. Артамонова
Е.Ю. Зайцева

