



Меню понедельник-пятница
1 неделя 3-7 лет 2024-2025 ГОД

УТВЕРЖДАЮ
Директор
АНО "ОЦ "Лобачевский"
Р.Т. Зиганшина



| | Понедельник | гр | ЭЦ, ккал | Вторник | гр | ЭЦ, ккал | Среда | гр | ЭЦ, ккал | Четверг | гр | ЭЦ, ккал | Пятница | гр | ЭЦ, ккал |
|---------|--|-----------|-------------|--|-----------------|-------------|--|------------|-------------|---------------------------------------|-----------------|-------------|--|-----------------|-------------|
| завтрак | Каша овсяная молочная с маслом | 150 /5 | 211 | Каша пшеничная молочная с маслом | 200 /5 | 250 | Омлет натуральный | 120 /5 | 235 | Каша из полбы молочная с маслом | 180 /5 | 251 | Каша гречневая молочная с маслом | 200 /5 | 265 |
| | Бутерброд с маслом | 30/ 10 | 145 | Бутерброд с маслом и сыром | 30/ 5/1 0 | 146 | Бутерброд с маслом | 30/ 10 | 145 | Бутерброд с маслом и сыром | 30/ 5/1 0 | 146 | Бутерброд с маслом и сыром | 30/ 5/1 0 | 146 |
| | Какао на молоке | 150 | 69 | Чай с сахаром и лимоном | 150 | 42 | Кофейный напиток на молоке | 150 | 69 | Какао с молоком | 150 | 69 | Чай с сахаром | 150 | 28 |
| 2-ой | Яблоко | 120 | 56 | Банан | 60 | 58 | Мандарин | 150 | 57 | Яблоко | 120 | 56 | Апельсин | 120 | 52 |
| | Сок абрикосовый | 100 | 46 | Сок апельсиновый | 100 | 46 | Сок мультифруктовый | 100 | 46 | Сок яблочный | 100 | 46 | Сок грушевый | 100 | 46 |
| обед | Салат из моркови и яблок | 60 | 50 | Салат из квашенной капусты | 60 | 50 | Салат из свежей капусты | 60 | 54 | Салат из моркови и яблок | 60 | 50 | Морковь с сахаром | 60 | 32 |
| | Щи из свежей капусты со сметаной | 200 /8 | 70 | Рассольник домашний | 200 /10 | 110 | Уха рыбацкая | 220 /20 | 83 | Борщ со сметаной | 150 /5 | 71 | Суп крестьянский с крупой | 200 /8 | 95 |
| | Плов из говядины | 180 | 337 | Голубцы ленивые | 120 /30 | 202 | Котлета "Здоровье" | 85 | 228 | Зразы рыбные | 80/ 5 | 217 | Говядина тушеная в сметане | 100 | 272 |
| | Напиток апельсиновый | 150 | 63 | | | | Картофель жареный (из отварного) | 150 | 166 | Картофель отварной с маслом | 120 /3 | 115 | Макароны отварные с сыром | 125 | 186 |
| | Хлеб, батон | 30/ 30 | 71/7 9 | Компот из вишни | 150 | 40 | Компот из сухофруктов | 150 | 111 | Напиток яблочно- лимонный | 150 | 79 | Компот из вишни | 150 | 40 |
| | | | | Хлеб, батон | 40/ 40 | 94/1 05 | Хлеб, батон | 15/ 10 | 35/2 6 | Хлеб, батон | 30/ 30 | 71/7 9 | Хлеб, батон | 15/ 10 | 35/2 6 |
| полдник | Булочка "Творожная" | 50 | 164 | Кыстыбый с картофелем | 100 | 217 | Печенье | 50 | 209 | Сырники творожные со сгущенкой | 80/ 7 | 213 | Кекс Детский | 50 | 192 |
| | Ацидофилин | 120 | 92 | Йогурт | 100 | 90 | Творожок детский | 70 | 93 | Ацидофилин | 120 | 92 | Ряженка | 120 | 68 |
| ужин | Салат из свеклы с черносливом | 60 | 83 | Морковь с сахаром | 60 | 32 | Винегрет овощной | 60 | 37 | Салат из свеклы с черносливом | 60 | 83 | Салат из квашенной капусты | 60 | 41 |
| | Фрикадельки из кур | 80/ 2 | 208 | Зразы из говядины | 70/ 2 | 245 | Индейка в соусе | 50/ 50 | 247 | Плов из отварной говядины | 180 | 321 | Кнели куриные с рисом | 60/ 4 | 196 |
| | Картофель отварной с маслом | 120 /2 | 109 | Картофель тушеный | 100 /5 | 111 | Макароны отварные | 120 /2 | 155 | Напиток из шиповника | 150 | 44 | Картофельное пюре | 150 | 147 |
| | Напиток из шиповника | 150 | 44 | Чай с сахаром | 150 | 28 | Чай с молоком и сахаром | 150 | 32 | Хлеб | 15 | 35 | Чай сахаром и лимоном | 150 | 42 |
| | Хлеб | 20 | 47 | Хлеб | 30 | 71 | Хлеб | 10 | 24 | | | | Хлеб | 15 | 35 |



Меню понедельник-пятница
2 неделя сад 3-7 лет 2024 -2025 ГОД



УТВЕРЖДАЮ
Директор
АНО "ОЦ "Лобачевский"
Р.Т. Зиганшина

| | ПОНЕДЕЛЬНИК | гр | ЭЦ, ккал | ВТОРНИК | гр | ЭЦ, ккал | СРЕДА | гр | ЭЦ, ккал | ЧЕТВЕРГ | гр | ЭЦ, ккал | ПЯТНИЦА | гр | ЭЦ, ккал |
|--------------|---------------------------------------|---------|-------------|--|--------|-------------|--------------------------------|----------|-------------|---------------------------------------|--------|-------------|--------------------------------------|----------|-------------|
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| завтрак | Каша молочная "Дружба" с маслом | 200/5 | 241 | Омлет натуральный | 120/5 | 235 | Каша рисовая молочная с маслом | 150/5 | 204 | Запеканка из творога со сгущенкой | 120/10 | 346 | Каша из полбы молочная с маслом | 180/5 | 251 |
| | Бутерброд с маслом, сыром | 30/5/10 | 146 | Бутерброд с маслом | 30/10 | 145 | Бутерброд с маслом,сыром | 30/10/10 | 179 | Бутерброд с маслом | 30/5 | 112 | Бутерброд с маслом , сыром | 30/10/10 | 179 |
| | Кофейный напиток на молоке | 150 | 69 | Какао с молоком | 150 | 69 | Чай с лимоном и сахаром | 150 | 42 | Чай с молоком и сахаром | 150 | 32 | Кофейный напиток на молоке | 150 | 69 |
| 2-ой завтрак | Мандарин | 150 | 57 | Банан | 60 | 58 | Яблоко | 120 | 56 | Апельсин | 120 | 52 | Мандарин | 150 | 57 |
| | Сок мультифруктовый | 100 | 46 | Сок яблочный | 100 | 46 | Сок абрикосовый | 100 | 46 | Сок мультифруктовый | 100 | 46 | Сок грушевый | 100 | 46 |
| обед | Салат из моркови с яблоком и курагой | 60 | 64 | Салат из свеклы с черносливом | 60 | 83 | Салат из свежей капусты | 60 | 54 | Салат из свеклы с растительным маслом | 60 | 75 | Салат из моркови с яблоком и курагой | 60 | 64 |
| | Суп-крем из разных овощей | 200 | 155 | Суп картофельный с бобовыми и гренками | 200/15 | 171 | Свекольник со сметаной | 200/8 | 108 | Суп-лапша домашняя | 150 | 74 | Уха рыбацкая | 220/20 | 86 |
| | Котлета "Здоровье" | 85 | 228 | Зразы рыбные рубленые | 80/5 | 217 | Тефтели из говядины с рисом | 80/40 | 273 | Индейка в соусе | 50/50 | 247 | Запеканка картофельная с мясом | 145 | 365 |
| | Картофель тушеный | 100/5 | 111 | Картофель отварной с маслом | 120/3 | 115 | Макароны отварные | 120/1 | 149 | Рагу из овощей | 120 | 116 | | | |
| | Компот из черной смородины | 150 | 38 | Напиток апельсиновый | 150 | 63 | Компот из вишни | 150 | 40 | Напиток яблочно-лимонный | 150 | 79 | Компот из черной смородины | 150 | 38 |
| | Хлеб, батон | 15/10 | 35/26 | Хлеб,батон | 15/10 | 35/26 | Хлеб,батон | 15/20 | 35/52 | Хлеб, батон | 20/20 | 47/52 | Хлеб,батон | 20/20 | 47/52 |
| полдник | Пирожки с капустой | 70 | 185 | Булочка Осенняя | 60 | 168 | Творог детский | 70 | 95 | Кекс Детский | 50 | 192 | Оладьи с молоком сгущенным | 70/5 | 217 |
| | Кефир | 120 | 64 | Ацидофилин | 100 | 77 | Пряник | 50 | 209 | Кефир | 120 | 63 | Снежок | 110 | 87 |
| ужин | Салат из свеклы с растительным маслом | 60 | 75 | Винегрет овощной | 60 | 37 | Салат из квашенной капусты | 60 | 50 | Морковь с сахаром | 60 | 32 | Салат из сырых овощей | 60 | 40 |
| | Бефстроганов из отварной говядины | 100 | 214 | Плов из отварной говядины | 180 | 320 | Вак балеш | 100 | | Говядина в сметане | 80 | 217 | Кнели куриные с рисом | 60/2 | 182 |
| | Каша гречневая | 100/2 | 160 | Напиток из плодов шиповника | 150 | 44 | | | | Картофельное пюре | 150 | 147 | Макароны с сыром | 125 | 166 |
| | Чай с молоком и сахаром | 150 | 32 | Хлеб | 20 | 47 | Чай с сахаром | 150 | 28 | Кисель из смородины | 150 | 88 | Кисель из плодов шиповника | 150 | 66 |
| | Хлеб | 10 | 24 | | | | Хлеб | 20 | 47 | Хлеб | 10 | 24 | Хлеб | 10 | 24 |



Меню понедельник-пятница
1 неделя 7-11 лет 2024-2025 год



УТВЕРЖДАЮ
Директор
АНО "ОЦ "Лобачевский"
Р.Т. Зиганшина

| | Понедельник | гр | ЭЦ, ккал | Вторник | гр | ЭЦ, ккал | Среда | гр | ЭЦ, ккал | Четверг | гр | ЭЦ, ккал | Пятница | гр | ЭЦ, ккал |
|---------|--|------------|-------------|--|-----------------|-------------|--|------------|-------------|---------------------------------------|-----------------|-------------|--|-----------------|-------------|
| завтрак | Каша овсяная молочная с маслом | 150 /5 | 211 | Каша пшеничная молочная с маслом | 200 /5 | 250 | Омлет натуральный | 150 /5 | 285 | Каша из полбы молочная с маслом | 200 /2 | 255 | Каша гречневая молочная с маслом | 200 /5 | 265 |
| | Бутерброд с маслом | 30/ 10 | 145 | Бутерброд с маслом и сыром | 30/ 5/1 5 | 163 | Бутерброд с маслом | 20/ 5 | 85 | Бутерброд с маслом и сыром | 20/ 5/1 0 | 120 | Бутерброд с маслом и сыром | 30/ 5/1 5 | 163 |
| | Какао на молоке | 150 | 69 | Чай с сахаром и лимоном | 150 | 42 | Кофейный напиток на молоке | 150 | 69 | Какао с молоком | 150 | 69 | Чай с сахаром | 150 | 28 |
| 2-ой | Яблоко | 150 | 71 | Банан | 100 | 96 | Мандарин | 150 | 57 | Яблоко | 150 | 71 | Апельсин | 150 | 65 |
| | Сок абрикосовый | 200 | 92 | Сок апельсиновый | 200 | 92 | Сок мультифруктовый | 200 | 92 | Сок яблочный | 200 | 92 | Сок грушевый | 200 | 92 |
| обед | Салат из моркови и яблока | 60 | 50 | Салат из квашенной капусты | 60 | 50 | Салат из свежей капусты | 60 | 54 | Салат из моркови и яблока | 60 | 50 | Морковь с сахаром | 60 | 32 |
| | Щи из свежей капусты со сметаной | 250 /10 | 87 | Рассольник домашний | 250 /10 | 125 | Уха рыбацкая | 250 /30 | 108 | Борщ со сметаной | 250 /10 | 101 | Суп крестьянский с крупой | 250 /10 | 119 |
| | Плов из говядины | 200 | 386 | Голубцы ленивые | 180 /40 | 299 | Котлета "Здоровье" | 100 | 255 | Зразы рыбные | 80/ 5 | 217 | Говядина тушеная в сметане | 100 | 272 |
| | Напиток апельсиновый | 150 | 63 | | | | Картофель жареный (из отварного) | 150 | 202 | Картофель отварной с маслом | 150 /5 | 155 | Макароны отварные с сыром | 125 | 203 |
| | Хлеб, батон | 35/ 40 | 82/1 05 | Компот из вишни | 150 | 40 | Компот из сухофруктов | 150 | 111 | Напиток яблочно- лимонный | 150 | 79 | Компот из вишни | 150 | 40 |
| | | | | Хлеб, батон | 40/ 40 | 94/1 05 | Хлеб, батон | 20/ 20 | 47/5 2 | Хлеб, батон | 30/ 30 | 71/7 9 | Хлеб, батон | 30/ 30 | 71/7 9 |
| полдник | Булочка "Творожная" | 70 | 228 | Кыстыбый с картофелем | 100 | 213 | Печенье | 50 | 209 | Сырники творожные со сгущенкой | 80/ 10 | 222 | Кекс Детский | 70 | 269 |
| | Ацидофилин | 165 | 127 | Йогурт | 200 | 136 | Творожок детский | 100 | 136 | Ацидофилин | 165 | 127 | Ряженка | 165 | 94 |
| ужин | Салат из свеклы с черносливом | 60 | 83 | Морковь с сахаром | 60 | 32 | Винегрет овощной | 60 | 37 | Салат из свеклы с черносливом | 60 | 83 | Салат из квашенной капусты | 60 | 41 |
| | Фрикадельки из кур | 80/ 5 | 228 | Зразы из говядины | 80/ 5 | 298 | Индейка в соусе | 50/ 50 | 247 | Плов из отварной говядины | 200 | 386 | Кнели куриные с рисом | 80 | 226 |
| | Картофель отварной с маслом | 150 /5 | 155 | Картофель тушеный | 180 /7 | 185 | Макароны отварные | 150 /2 | 191 | Напиток из шиповника | 150 | 44 | Картофельное пюре | 150 | 147 |
| | Напиток из шиповника | 150 | 44 | Чай с сахаром | 150 | 28 | Чай с молоком и сахаром | 150 | 32 | Хлеб | 30 | 71 | Чай сахаром и лимоном | 150 | 42 |
| | Хлеб | 15 | 32 | Хлеб | 20 | 47 | Хлеб | 20 | 47 | | | | Хлеб | 30 | 71 |



Меню понедельник-пятница
2 неделя 7-11 лет 2024 -2025 ГОД

УТВЕРЖДАЮ
Директор
АНО "ОЦ "Лобачевский"
Р.Т. Зиганшина



| | ПОНЕДЕЛЬНИК | гр | ЭЦ, ккал | ВТОРНИК | гр | ЭЦ, ккал | СРЕДА | гр | ЭЦ, ккал | ЧЕТВЕРГ | гр | ЭЦ, ккал | ПЯТНИЦА | гр | ЭЦ, ккал |
|--------------|---------------------------------------|---------|-------------|--|--------|-------------|--------------------------------|---------|-------------|---------------------------------------|-------|-------------|--------------------------------------|---------|-------------|
| завтрак | Каша молочная "Дружба" с маслом | 200/5 | 241 | Омлет натуральный | 150/5 | 285 | Каша рисовая молочная с маслом | 180/10 | 272 | Запеканка из творога со сгущенкой | 150/2 | 373 | Каша из полбы молочная с маслом | 200/2 | 255 |
| | Бутерброд с маслом, сыром | 25/5/10 | 133 | Бутерброд с маслом | 20/5 | 85 | Бутерброд с маслом, сыром | 30/5/10 | 146 | Бутерброд с маслом | 10/5 | 59 | Бутерброд с маслом, сыром | 20/5/10 | 120 |
| | Кофейный напиток на молоке | 150 | 69 | Какао с молоком | 150 | 69 | Чай с лимоном и сахаром | 150 | 42 | Чай с молоком и сахаром | 150 | 32 | Кофейный напиток на молоке | 150 | 69 |
| 2-ой завтрак | Мандарин | 150 | 57 | Банан | 100 | 96 | Яблоко | 150 | 71 | Апельсин | 150 | 65 | Мандарин | 150 | 57 |
| | Сок мультифруктовый | 200 | 92 | Сок яблочный | 200 | 92 | Сок абрикосовый | 200 | 92 | Сок мультифруктовый | 200 | 92 | Сок грушевый | 200 | 92 |
| обед | Салат из моркови с яблоком и курагой | 60 | 64 | Салат из свеклы с черносливом | 60 | 83 | Салат из свежей капусты | 60 | 54 | Салат из свеклы с растительным маслом | 60 | 75 | Салат из моркови с яблоком и курагой | 60 | 64 |
| | Суп-крем из разных овощей | 250 | 193 | Суп картофельный с бобовыми и гречками | 250/10 | 180 | Свекольник со сметаной | 250/10 | 135 | Суп-лапша домашняя | 250 | 123 | Уха рыбацкая | 250/30 | 108 |
| | Котлета "Здоровье" | 100 | 235 | Зразы рыбные рубленые | 80/5 | 217 | Тефтели из говядины с рисом | 80/40 | 273 | Индейка в соусе | 50/50 | 247 | Запеканка картофельная с мясом | 145 | 365 |
| | Картофель тушеный | 180/5 | 173 | Картофель отварной с маслом | 150/5 | 155 | Макароны отварные | 150/2 | 191 | Рагу из овощей | 150 | 145 | | | |
| | Компот из черной смородины | 150 | 38 | Напиток апельсиновый | 150 | 63 | Компот из вишни | 150 | 40 | Напиток яблочно-лимонный | 150 | 79 | Компот из черной смородины | 150 | 38 |
| | Хлеб, батон | 15/15 | 35/39 | Хлеб, батон | 25/20 | 59/52 | Хлеб, батон | 20/20 | 47/52 | Хлеб, батон | 30/30 | 71/79 | Хлеб, батон | 40/40 | 94/105 |
| полдник | Пирожки с капустой | 75 | 203 | Булочка Осенняя | 80 | 224 | Творог детский | 100 | 136 | Кекс Детский | 70 | 268 | Оладьи с молоком сгущенным | 70/10 | 233 |
| | Кефир | 250 | 133 | Ацидофилин | 165 | 127 | Пряник / печенье | 50 | 209 | Кефир | 165 | 87 | Снежок | 165 | 130 |
| ужин | Салат из свеклы с растительным маслом | 60 | 75 | Винегрет овощной | 60 | 37 | Салат из квашенной капусты | 60 | 50 | Морковь с сахаром | 60 | 32 | Салат из сырых овощей | 60 | 40 |
| | Бефстроганов из отварной говядины | 100 | 214 | Плов из отварной говядины | 200 | 386 | Вак балеш | 200 | | Говядина в сметане | 100 | 272 | Кнели куриные с рисом | 80 | 226 |
| | Каша гречневая | 150/2 | 233 | Напиток из плодов шиповника | 150 | 44 | | | | Картофельное пюре | 150 | 147 | Макароны с сыром | 125 | 172 |
| | Чай с молоком и сахаром | 150 | 32 | Хлеб | 35 | 82 | Чай с сахаром | 150 | 28 | Кисель из смородины | 150 | 88 | Кисель из плодов шиповника | 150 | 66 |
| | Хлеб | 20 | 47 | | | | Хлеб | 30 | 71 | Хлеб | 20 | 47 | Хлеб | 20 | 47 |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

АНО "ОЦ "ЛОБАЧЕВСКИЙ", ЗИГАНШИНА РОЗА ТИМУРОВНА, ДИРЕКТОР

26.11.24 08:27 (MSK)

Сертификат 010297BE00A6B033BA4156F8E96AABC715