ИП _____ /

Директор школы _____

МЕНЮ

1 день "12" 10 2026

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНОЙ КРУПЫ С САХАРОМ	250	10,77	7,44	60,02	351
2011	15	СЫР (ПРОЦИЯМИ)	15	3,48	4,43		54,6
2008	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	1,06	0,26	15,38	69,23
2011		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,6	0,4	13,5	68,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,47	0,24	11,11	52,5
2011	338	ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				**19,76**	**13,19**	**109,84**	**642,73**
Обед							
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	0,95	3,05	4,64	51,32
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (С ГОРОХОМ)	250	7,08	5,65	21,98	167,35
2011	271	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	90	10,15	25,49	9,82	309,95
2012	331	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	5,29	14,99	21,07	240,3
2011	171	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	8,46	9,51	38,1	271,48
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,04	0,06	30,16	126,7
	115	ГРНЕКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	40	4,79	0,5	31	148,05
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,76	0,28	13,3	63
Итого				**34,67**	**45,32**	**150,88**	**1154,2**
Всего				**54,43**	**58,51**	**260,72**	**1796,93**

12 лет и старше

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНОЙ КРУПЫ С САХАРОМ	250	10,77	7,44	60,02	351
2011	15	СЫР (ПРОЦИЯМИ)	25	5,8	7,37		9
2008	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	1,06	0,26	15,38	69,23
2011		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,87	0,63	20,3	102,6
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,76	0,28	13,33	63
2011	338	ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				**23,66**	**16,38**	**118,83**	**723,83**
Обед							
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	80	1,27	4,07	6,19	68,42
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (С ГОРОХОМ)	250	7,08	5,65	21,98	167,35
2011	271	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	100	11,28	28,33	10,91	344,39
2012	331	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,74	1,3	3,08	27,25
2011	171	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	180	10,15	11,41	45,72	325,78
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,04	0,06	30,16	126,7
	115	ГРНЕКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	40	4,79	0,5	31	148,05
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,76	0,28	13,3	63
Итого				**38,11**	**51,6**	**162,37**	**1270,94**
Всего				**61,77**	**67,98**	**281,2**	**1994,77**

Заведующий производством _____

Ответственный по питанию _____

ИП _____ / Директор школы _____ /

2 день

"13" 10 2026

МЕНЮ

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	224,1	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО-МОРКОВНАЯ	150	17,47	14,96	36,62	355,24
2011	9004	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	30	2,13	1,5	16,56	88,5
2011	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,45	1,86	17,52	96,85
2011		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,58	0,42	13,53	68,4
2011		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,76	0,28	13,33	63
2011	338	ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				**26,79**	**19,42**	**107,36**	**718,99**
Обед							
2011	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,82	6,08	3,97	74,56
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	1,88	5,28	11,13	99,93
2011	46	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	90	15,73	21,88	10,9	304,15
2011	330	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,45	0,78	1,82	16,33
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,26	5,33	22,02	149,48
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	2	0,2	5,8	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,44	0,56	18,04	91,2
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,47	0,24	11,11	52,5
Итого				**29,04**	**40,35**	**84,82**	**824,17**
Всего				**55,83**	**59,77**	**192,18**	**1543,16**

12 лет и старше

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	224,1	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО-МОРКОВНАЯ	180	20,96	17,95	43,94	426,29
2011	9004	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	30	2,13	1,5	16,56	88,5
2011	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,45	1,86	17,52	96,85
2011		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,3	0,7	22,55	114
2011		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,76	0,28	13,33	63
2011	338	ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				**32**	**22,69**	**123,7**	**835,64**
Обед							
2011	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	80	1,09	8,11	5,3	99,42
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	1,88	5,28	11,13	99,93
2011	282	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	100	17,47	24,31	12,11	337,95
2011	330	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,45	0,78	1,82	16,33
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,91	6,39	26,42	179,37
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	2	0,2	5,8	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,3	0,7	22,55	114
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,3	0,4	17,8	84
Итого				**3,43**	**46,15**	**102,94**	**967,02**
Всего				**65,43**	**68,84**	**226,64**	**1802,66**

Заведующий производством (_____)

Ответственный по питанию (_____)

ИП _____ / _____ /

Директор школы _____

3 день "14" 10 2026

МЕНЮ

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0,86	3,65	5,02	56,3
2011	306	БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ	90	9,56	9,68	5,97	149,33
2011	209	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5,08	4,6	0,28	63
2011	331	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,44	0,78	1,85	16,35
2011	202	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,78	0,69	37,02	151,36
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,88	3,8	25,06	151,36
2011		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,58	0,42	13,53	68,4
2012		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,47	0,24	11,11	52,5
Итого				**29,65**	**23,86**	**99,84**	**734,69**
Обед							
2011	70	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ( )	60	0,48	0,06	1,02	7,8
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2,1	5,98	13,9	118,2
2011	234	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	90	10,83	9,39	13,41	182,19
2011	331	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,44	0,78	1,85	16,35
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,83	5,81	40,04	227,69
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,04	0,06	30,16	126,7
2011	280	ПАМПУШКА	50	2,84	1,19	18,72	96,97
2011		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,34	0,38	17,78	84
Итого				**23,88**	**23,65**	**136,91**	**859,93**
Всего				**53,53**	**47,51**	**236,75**	**1594,62**

12 лет и старше

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	80	1,14	4,87	6,69	75,07
2011	306	БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ	100	10,62	10,76	6,64	165,92
2011	331	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,44	0,78	1,85	16,35
2011	209	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5,08	4,6	0,28	63
2011	202	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,78	0,69	37,02	177,45
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,88	3,8	25,06	151,36
2011		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,3		22,55	114
2012		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,76	0,28	13,33	63
Итого				**33**	**26,48**	**113,42**	**826,15**
Обед							
2011	70	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ( )	80	0,64	0,08	1,36	10,4
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2,1	5,98	13,9	118,2
2011	234	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	100	12,03	10,43	14,9	202,43
2011	331	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,44	0,78	1,85	16,35
2011	304	РИС ОТВАРНОЙ	180	4,59	6,97	48,04	273,22
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,04	0,06	30,16	126,7
2011	280	ПАМПУШКА	50	2,84	1,19	18,72	96,97
2011		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	0,34	0,38	17,78	84
Итого				**26**	**25,87**	**146,74**	**928,3**
Всего				**59**	**52,35**	**260,16**	**1754,45**

Заведующий производством (_____)

Ответственный по питанию (_____)

ИП _____ /

Директор школы _____

МЕНЮ

4 день

"15" 10 2026

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	294	КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	13,77	19,66	15,55	295,04
2011	331	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,44	0,78	1,85	16,35
2011	171	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	8,46	9,51	38,1	271,48
2011	338	ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ	100	0,4	0,4	9,8	47
2011	385	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,8	6,4	9,4	120
2011		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,58	0,42	13,53	68,4
Итого				**31,45**	**37,17**	**88,23**	**818,27**
Обед							
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	0,95	3,05	4,64	51,32
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИГРАДСКИЙ	250	2,3	5,4	16,98	126,23
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	15,38	7,05	14,67	184,14
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ ЯГОДНЫЕ	200	2	0,2	5,8	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,44	0,56	18,04	91,2
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,34	0,38	17,78	84
Итого				**26,41**	**16,64**	**77,91**	**572,89**
Всего				**57,86**	**53,81**	**166,14**	**1391,16**

12 лет и старше

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	294	КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	15,3	21,84	17,28	327,82
2011	331	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,44	0,78	1,85	16,35
2011	171	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	8,46	9,51	38,1	271,48
2011	385	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,8	6,4	9,4	120
2011		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,3	0,7	22,55	114
2011	338	ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				**34,7**	**39,63**	**98,98**	**896,65**
Обед							
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	80	1,27	4,07	6,19	68,42
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИГРАДСКИЙ	250	2,3	5,4	16,98	126,23
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	18,45	8,47	17,61	220,97
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ ЯГОДНЫЕ	200	2	0,2	5,8	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,3	0,7	22,55	114
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,34	0,38	17,78	84
Итого				**30,66**	**19,22**	**86,91**	**649,62**
Всего				**65,36**	**58,85**	**185,89**	**1546,27**

Заведующий производством (_____)

Ответственный по питанию (_____)

ИП _____ /

Директор школы _____

МЕНЮ

5 день

"16" 10 2026

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,14	5,34	4,62	71,4
2011	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	1,24	15,36	2,02	151,63
2011	15	СЫР(ПОРЦИЯМИ)	15	3,48	4,43		54,6
2011	523	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,2	3,44	28,22	156,66
2011		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	2,2	2,8	21,9	122,1
2011		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,58	0,42	13,53	68,4
2011		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,17	0,19	8,89	42
Итого				**15,03**	**32**	**79,21**	**666,79**
Обед							
2011	70	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ( )	60	0,48	0,06	1,02	7,8
2011	98	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	250	2,25	5,28	13,73	111,98
2011	306	БИТОЧКИ РУБЛЕНЫЕ ПАРОВЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	9,56	9,68	5,97	149,33
2011	331	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,44	0,78	1,85	16,35
2011	171	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	8,46	9,51	38,1	271,48
2011	139	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	30	0,61	1,1	2,37	23,1
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	2	0,2	5,8	36
2011		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,44	0,56	18,04	91,2
2011		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,76	0,28	13,33	63
Итого				**29**	**27,45**	**100,21**	**770,24**
Всего				**44,03**	**59,45**	**179,42**	**1437,03**

12 лет и старше

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	80	1,52	7,12	6,16	95,2
2011	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	1,24	15,36	2,02	151,63
2011	15	СЫР(ПОРЦИЯМИ)	25	5,8	7,37		91
2011	523	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,2	3,44	28,22	156,66
2011	362,02	ЖЕЛЕ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД	100	2,73	0,04	13,48	66,06
2011		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	2,2	2,8	21,9	122,1
2011		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,44	0,56	18,04	91,2
2011		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,17	0,19	8,89	42
2011	338	ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				**21,75**	**37,27**	**97,12**	**817,09**
Обед							
2011	70	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ( )	80	0,64	0,08	1,36	10,4
2011	98	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	250	2,25	5,28	13,73	111,98
2011	306	БИТОЧКИ РУБЛЕНЫЕ ПАРОВЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	10,62	10,76	6,64	165,92
2011	331	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,44	0,78	1,85	16,35
2011	171	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	8,46	9,51	38,1	271,48
2011	139	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	30	0,61	1,1	2,37	23,1
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	2	0,2	5,8	36
2011		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,44	0,56	18,04	91,2
2011		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,34	0,38	17,78	84
Итого				**30,8**	**28,65**	**105,67**	**810,43**
Всего				**52,55**	**65,92**	**202,79**	**1627,52**

Заведующий производством (_____)

Ответственный по питанию (_____)

ИП_____

_____ /

Директор школы _____

МЕНЮ

6 день "19" 10 2026

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	181	КАША ЖИДКАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ С САХАРОМ	220	6,16	11,31	42,65	297,97
2011		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	2,22	2,82	31,93	122,1
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,88	3,8	25,06	151,36
2011		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,58	0,42	13,53	68,4
2011	338	ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				**15,24**	**18,75**	**112,97**	**686,83**
Обед							
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	0,95	3,05	4,64	51,32
2011	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ	250	3,05	3,15	19,5	118,9
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	17	20,94	32,44	386,34
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	2	0,2	5,8	36
2011		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,4	0,6	18	91,2
2011		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,3	0,4	17,8	84
Итого				**28,78**	**28,28**	**98,2**	**767,76**
Всего				**44,02**	**47,03**	**211,17**	**1454,59**

12 лет и старше

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	181	КАША ЖИДКАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ С САХАРОМ	250	7,25	4,18	50,65	270,32
2011		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	2,2	2,8	21,9	122,1
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,88	3,8	25,06	151,36
2011		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,3	0,7	22,6	114
2011		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,3	0,4	17,8	84
2011	338	ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				**20,39**	**12,28**	**147,77**	**788,78**
Обед							
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	80	1,27	4,07	6,19	68,42
2011	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ	250	3,05	3,15	19,5	118,9
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	18,89	23,27	36,04	429,27
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	2	0,2	5,8	36
2011		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,3	0,7	22,55	114
2011		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,34	0,38	17,78	84
Итого				**31,85**	**31,77**	**107,86**	**850,59**
Всего				**52,24**	**44,05**	**255,63**	**1639,37**

Заведующий производством (_____)

Ответственный по питанию (_____)

ИП _____ /

Директор школы _____

7 день

МЕНЮ

"20" 10 2026

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	70	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕНЫЕ ( )	60	0,67	0,06	2,1	12
2011	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	1,24	15,36	2,02	151,63
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,48	4,43		54,6
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,04	0,06	30,16	126,7
2011		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,58	0,42	13,53	68,4
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,76	0,28	13,33	63
2011	338	ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				**11,17**	**21,01**	**70,94**	**523,33**
Обед							
2011	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,82	6,08	3,97	74,56
2011	108	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	1,43	3,48	9,88	76,95
2011	282	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	90	15,73	21,88	10,9	304,15
2011	330	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,44	0,78	1,85	16,35
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,26	5,33	22,02	149,48
2011	139	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	30	0,61	1,1	2,37	23,1
2011	359	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО С САХАРОМ	200	0,2		37,68	151,9
2011		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,44	0,56	18,04	91,2
2011		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,34	0,38	17,78	84
Итого				**28,27**	**39,59**	**124,49**	**971,69**
Всего				**39,44**	**60,6**	**195,43**	**1495,02**

12 лет и старше

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	70	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕНЫЕ ( )	80	0,64	0,08	1,36	10,4
2011	210	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	1,24	15,36	2,02	151,63
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	25	5,8	7,37		91
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,04	0,06	30,16	126,7
2011		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,3	0,7	22,55	114
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,34	0,38	17,78	84
2011	338	ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				**15,73**	**24,35**	**83,67**	**624,73**
Обед							
2011	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	80	1,09	8,11	5,3	99,42
2011	108	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	1,43	3,48	9,88	76,95
2011	282	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	100	17,47	24,31	12,11	337,95
2011	330	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,44	0,78	1,82	16,35
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,26	5,33	22,02	149,48
2011	139	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	30	0,61	1,1	2,37	23,1
2011	359	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО С САХАРОМ	200	0,2		37,68	151,9
2011		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,3	0,7	22,55	114
2011		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,34	0,38	17,78	84
Итого				**31,14**	**44,19**	**131,54**	**1053,15**
Всего				**46,9**	**68,54**	**215,21**	**1677,88**

Заведующий производством _____

Ответственный по питанию _____

ИП _____ / /

Директор школы _____ О.А. Голубь

МЕНЮ

8 день "21" 10 2026

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	224,1	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО-МОРКОВНАЯ	150	17,47	14,96	36,62	355,24
2011	9004	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	30	2,13	1,5	16,56	88,5
2011		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	2,2	2,8	21,9	122,1
2011	523	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,2	3,44	28,22	156,66
2011		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,44	0,56	18,04	91,2
2011		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,76	0,28	13,33	63
2011	338	ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				**30,62**	**23,96**	**144,5**	**923,7**
Обед							
2011	53	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	1	2,51	4,92	46,48
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (С ГОРОХОМ)	250	7,08	5,65	21,98	167,35
2011	294	КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	13,77	19,66	15,55	295,04
2011	331	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,44	0,78	1,85	16,35
2011	171	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	150	9,07	7,88	39,47	255,19
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	2	0,2	5,8	36
2011	115	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	40	4,79	0,5	31	148,05
2011		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,3	0,4	17,8	84
Итого				**40,49**	**37,56**	**138,35**	**1048,46**
Всего				**71,11**	**61,52**	**282,85**	**1972,16**

12 лет и старше

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	224,1	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО-МОРКОВНАЯ	180	20,02	17,95	43,94	426,29
2011	9004	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	30	2,13	1,5	16,56	88,5
2011		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	30	2,2	2,8	21,9	122,1
2011	523	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,2	3,44	28,22	156,66
2011		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,3	0,7	22,55	114
2011		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,34	0,38	17,78	84
2011	338	ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				**35,55**	**27,19**	**160,78**	**1038,55**
Обед							
2011	53	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	80	1,34	3,34	6,56	61,98
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (С ГОРОХОМ)	250	7,08	5,65	21,98	167,35
2011	294	КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	15,3	21,84	17,28	327,82
2011	331	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,44	0,78	1,85	16,35
2011	171	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	150	9,07	7,88	39,47	255,19
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	2	0,2	5,8	36
2011	115	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	40	4,79	0,5	31	148,05
2011		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,3	0,4	17,8	84
Итого				**42,36**	**40,57**	**141,72**	**1096,74**
Всего				**77,91**	**67,76**	**302,5**	**2135,29**

Заведующий производством (_____)

Ответственный по питанию (_____)

ИП _____ /

Директор школы _____

9 день

МЕНЮ

"12" 10 2026

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,14	5,34	4,62	71,4
2011	279	ТЕФТЕЛИ 2-Й ВАРИАНТ	90	11,69	14,9	11,91	229,1
2011	366	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,19	1,43	1,46	19,5
2011	202	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,78	0,69	37,02	177,45
2011	209	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5,08	4,6	0,28	63
2011	523	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,2	3,4	28,2	156,66
2011		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,58	0,42	13,53	68,4
2011		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,76	0,28	13,33	63
Итого				**31,42**	**31,1**	**110,37**	**848,51**
Обед							
2011	131,3	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВМРОВАННЫЙ	60	1,86	0,12	3,9	24
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2,08	5,98	13,9	118,2
2011	234	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	90	10,83	9,39	13,41	182,19
2011	366	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,19	1,43	1,46	19,5
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,26	5,33	22,02	149,48
2011	139	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	30	0,61	1,1	2,37	23,1
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	2	0,2	5,8	36
2011	280	ПАМПУШКА	50	2,84	1,19	18,72	96,97
2011		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,3	0,4	17,8	84
Итого				**26,01**	**25,12**	**99,39**	**733,47**
Всего				**57,43**	**56,22**	**209,76**	**1581,98**

12 лет и старше

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	80	1,52	7,12	6,16	95,2
2011	279	ТЕФТЕЛИ 2-Й ВАРИАНТ	100	12,98	16,55	13,23	254,55
2011	336	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,19	1,43	1,46	19,5
2011	202	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,78	0,69	37,02	177,45
2011	209	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5,08	4,6	0,28	63
2011	523	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,2	3,4	28,2	156,66
2011		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,44	0,56	18,04	91,2
2011		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,34	0,38	17,78	84
Итого				**35,54**	**34,77**	**122,19**	**941,56**
Обед							
2011	131,3	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВМРОВАННЫЙ	80	2,48	0,16	5,2	32
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2,08	5,98	13,9	118,2
2011	234	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	100	12,03	10,43	14,9	202,43
2011	366	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,19	1,43	1,46	19,5
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,26	5,33	22,02	149,48
2011	139	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	30	0,61	1,1	2,37	23,1
2011	389	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	2	0,2	5,8	36
2011	280	ПАМПУШКА	50	2,84	1,19	18,72	96,97
2011		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,3	0,4	17,8	84
Итого				**27,83**	**26,2**	**102,18**	**761,71**
Всего				**62,36**	**60,97**	**224,37**	**1703,27**

Заведующий производством (_____)

Ответственный по питанию (_____)

ИП _____ /

Директор школы _____

10 день

МЕНЮ

"23" 10 2026

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
131	70	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕНЫЕ ( )	60	0,48	0,06	1,02	7,8
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	17	20,94	32,44	386,34
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,48	4,43	0	54,6
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,04	0,06	30,16	126,7
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,4	0,6	18	91,2
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,8	0,3	13,3	63
2011	338	ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				**27,6**	**26,73**	**104,79**	**776,64**
Обед							
2011	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0,9	3,7	5	56,3
2011	103	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	3	3,7	21	130
2011	271	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	90	10,15	25,49	9,82	309,95
2011	366	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,19	1,43	1,46	19,5
2011	171	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	8,46	9,51	38,1	271,48
2011	388	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,7	0,3	29,6	136,6
2011		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,4	0,6	18	91,2
2011		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,3	0,4	17,8	84
Итого				**29,15**	**45**	**140,84**	**1099,03**
Всего				**56,75**	**71,73**	**245,63**	**1875,67**

12 лет и старше

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
131	70	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕНЫЕ ( )	80	0,64	0,08	1,36	10,4
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	18,89	23,27	36,04	429,27
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	25	5,8	7,37		91
2011	362,02	ЖЕЛЕ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД	100	2,73	0,04	13,48	66,06
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1,04	0,06	30,16	126,7
2011		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,4	0,6	18	91,2
2011		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,8	0,3	13,3	63
2011	338	ФРУКТЫ ПО СЕЗОНУ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				**34,73**	**32,03**	**110,79**	**878,87**
Обед							
2011	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	80	1,14	4,87	6,69	75,07
2011	103	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	3	3,7	21	130
2011	271	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	100	11,28	28,33	10,91	344,39
2011	366	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,19	1,43	1,46	19,5
2011	171	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	8,46	9,51	38,1	271,48
2011	388	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,7	0,3	29,6	136,6
2011		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,4	0,6	18	91,2
2011		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,3	0,4	17,8	84
Итого				**30,56**	**49,06**	**143,6**	**1152,24**
Всего				**65,29**	**81,09**	**254,39**	**2031,11**

Заведующий производством (_____)

Ответственный по питанию (_____)