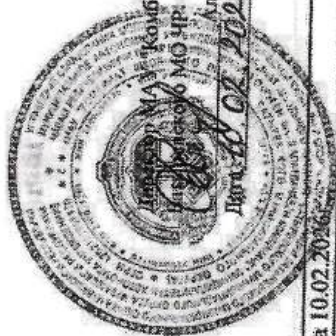


Дата: 10.02.2026 г.



Десятидневное меню для обучающихся образовательных учреждений на 10.02.2013г.

Осенне-зимний сезон

№ поСР	Наименование блюда	День 2 (вторник)													
		Возрастная категория : 7-11 лет							Возрастная категория : с 12 лет и старше						
		Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность					
				белки	жиры	углеводы	ккал			белки	жиры	углеводы	ккал		
173	КАША молоч. из овсяных хлопьев с маслом	24,58	210(200/10)	7,63	13,34	32,51	280,9	27,7	260(250/10)	9,45	16,52	40,25	347,78		
382	Какао с молоком	13,20	200	3,79	3,20	25,81	143	13,20	200	3,79	3,2	25,81	143		
2	Бутерброд с повидлом	12,80	55	2,38	4,39	27,11	156,7	12,80	55	2,38	4,39	27,11	156,7		
	Хлеб пшеничный	3,04	40	3,04	0,32	19,4	95,2	3,04	40	3,04	0,32	19,44	95,2		
	ИТОГО	53,62	505	16,84	21,25	104,87	675,80	56,74	555	18,66	24,43	112,61	742,68		
	ОБЕД														
59	Салат из моркови с яблоком	4,73	60	0,64	0,1	5,11	23,94	7,89	100	1,06	0,17	8,52	39,9		
82	Борщ с капустой картофелем со смет.	13,86	205(200/5)	1,57	4,87	10,71	90,04	17,01	255(250/5)	2,04	5,96	14,37	114,89		
279	Тфтели рубленные с соусом	37,23	100	7,47	8,37	8,05	139,1	37,23	100	7,47	8,37	8,05	139,1		
302	Каша гречневая рассыпчатая	18,20	150	8,67	6,31	42,64	266,46	28,31	200	11,64	8,7	57,26	359,91		
349	Компот из смеси сухофруктов	5,00	200	0,57	0	32,21	126,05	5,00	200	0,57	0	32,21	126,05		
	Хлеб Дарницкий	3,04	40	3,12	0,36	0	98	3,04	40	3,12	0,36	0	98		
	Хлеб пшеничный	1,52	20	1,52	0,16	9,72	47,6	1,52	20	1,52	0,16	9,72	47,6		
	Яблоко	20,00													
	ИТОГО	103,58	775	23,56	20,17	108,44	791,19	100,00	915	27,42	23,72	130,13	925,45		
82	Борщ с капустой картофелем со смет.с мясом	28,71	200(5/30)	1,57	4,87	10,71	90,04	31,86	250(5/30)	2,04	5,96	14,37	114,89		

Поляр-

Медсестра

Согласовано:

Директор

И.И. Мухоморов

Дата: 11.02.2016 г.

Утверждаю:

Алимова Э.Р.

Дата: 11.02.2016 г.

Десятидневное меню для обучающихся образовательных учреждений на 11.02.2016

Осенне-зимний сезон

№ поС	Наименование блюда	День 3 (Среда)																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																			
		Возрастная категория : 7-11 лет						Возрастная категория : с 12 лет и старше																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
		Выход (гр)			Пищевая ценность			Цена (руб)	Выход (гр)			Пищевая ценность																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																									
		Цена (руб)	белки	жиры	углеводы	ккал	Цена (руб)		белки	жиры	углеводы	ккал																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																									
	ЗАВТРАК																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				</

Повар

Медсестра

Согласовано:

Директор

Дата

12.02.2026

Утверждаю:

школьного питания

З.В. Заварова З.Р.

Десятидневное меню для обучающихся образовательных учреждений на 12.02.2026г.

Осенне-зимний сезон

День 4 (Четверг)

Возрастная категория : 7-11 лет

Возрастная категория : с 12 лет и старше

№ по СР	Наименование блюда	Возрастная категория : 7-11 лет							Возрастная категория : с 12 лет и старше						
		Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			ккал	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			ккал		
				белки	жиры	углеводы				белки	жиры	углеводы			
	ЗАВТРАК														
3	Бутерброд с сыром	20,31	50	5,76	7,95	14,62	162,8	20,31	50	5,76	7,95	14,62	162,8		
175	Каша из риса и пшена с маслом	24,17	210(200/10)	5,97	11,4	33,09	259,24	27,17	260(250/10)	7,4	14,12	40,97	320,97		
376	Чай с сахаром	2,00	200	0,1	0,03	14,99	56,85	2,00	200	0,1	0,03	14,99	56,85		
	Хлеб пшеничный	3,04	40	3,04	0,32	19,44	95,2	3,04	40	3,04	0,32	19,44	95,2		
	ИТОГО	49,52	500	14,87	19,70	82,14	574,09	52,52	550	16,30	22,42	90,02	635,82		
	ОБЕД														
67	Винегрет овощной	5,00	60	0,8	6,06	4,11	74,6	7,68	100	1,34	10,11	6,86	124,34		
88	Щи из свежей капусты с картофом сметаной	10,00	205 (200/5)	1,5	4,94	6,49	79,76	12,18	255(250/5)	1,85	5,94	8,26	98,12		
260	Гуляш из говядины	65,50	100(50/50)	14,55	16,79	2,89	221	65,50	100(50/50)	14,55	16,79	2,89	221		
309	Макаронны отварные	9,58	150	5,38	4,68	32,4	196,87	12,78	200	7,03	6,5	42,3	260,59		
377	Чай с лимоном	3,71	200(15/7)	0,16	0,03	15,2	59,16	3,71	200(15/7)	0,16	0,03	15,2	59,16		
	Хлеб Дарницкий	3,04	40	3,12	0,36	0	98	3,04	40	3,12	0,36	0	98		
	Хлеб пшеничный	1,52	20	1,52	0,16	9,72	47,6	1,52	20	1,52	0,16	9,72	47,6		
	ИТОГО	98,35	775	27,03	33,02	70,81	776,99	106,41	915	29,57	39,89	85,23	908,81		
	Щи из свежей капусты с картофом сметаной с мясом	24,85	200(5/30)	1,50	4,94	6,49	79,76	27,03	250(5/30)	1,85	5,94	8,26	98,12		

Повар

Медсестра

Дата: 13.08.26 г.

L.E.P.



2. 3. 4.

Десятидневное меню для обучающихся образовательных учреждений на 13.02.2023г.

Осенне-зимний сезон

№ поСР	Наименование блюда	День 5 (Пятница)										Возрастная категория : с 12 лет и старше									
		Возрастная категория : 7-11 лет										Возрастная категория : с 12 лет и старше									
		Пищевая ценность -					Пищевая ценность					Пищевая ценность									
		Цена (руб)	Выход (гр)	белки	жиры	углеводы	ккал	Цена (руб)	Выход (гр)	белки	жиры	углеводы	ккал	Цена (руб)	Выход (гр)	белки	жиры	углеводы	ккал		
	ЗАВТРАК																				
302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	18,20	155(150/5)	8,67	6,31	42,64	266,46					28,31	210(200/10)	11,64	8,7	57,26	359,9				
15	Сыр порциями	12,00	15	3,45	3,58	0	54					19,45	25	5,75	5,95	0	90				
382	Какао с молоком	13,20	200	3,79	3,2	25,81	143					13,20	200	3,79	3,2	25,81	143				
	Хлеб пшеничный	3,04	40	3,04	0,32	19,44	95,2					3,04	40	3,04	0,32	19,44	95,2				
338	Яблоки св. порциями	13,00	100	0,4	0,4	9,8	45,0					13,00	100	0,4	0,4	9,8	45,0				
	ИТОГО	59,44	510	19,35	13,81	97,69	603,66					77,00	575	24,62	18,57	112,31	733,11				
	ОБЕД																				
45	Салат из квашеной капусты	4,73	60	1,03	3	5,08	51,42					7,89	100	1,71	5	8,46	85,7				
96	Рассольник Ленинградский со сметаной	10,06	205(200/5)	1,81	5,03	13,57	109,28					12,26	255(250/5)	2,23	6,06	16,91	134,1				
289	Жаркое по-домашнему из птицы	41,31	200	18,52	20,68	18,94	348,64					41,31	200	18,52	20,68	18,94	348,64				
342	Компот из св. яблок	8,25	200	0,16	0,16	27,87	108,96					8,25	200	0,16	0,16	27,87	108,96				
	Хлеб Дарницкий	3,04	40	3,12	0,36	0	98					3,04	40	3,12	0,36	0	98				
	Хлеб пшеничный	1,52	20	1,52	0,16	9,72	47,6					1,52	20	1,52	0,16	9,72	47,6				
	Апельсин	40,00	250																		
	ИТОГО	108,91	975	26,16	29,39	75,18	763,9					74,27	815	27,26	32,42	81,9	823				
	Рассольник Ленинградский со сметаной с мясом	24,91	200(5/30)	1,81	5,03	13,57	109,28					27,11	250(5/30)	2,23	6,06	16,91	134,10				

denon

Медсестра