

Десятидневное меню для обучающихся образовательных учреждений на 16.02.2026г.  
Осенне-зимний сезон

№ п/п	Наименование блюда	День 6 (Понедельник)											
		Возрастная категория: 7-11 лет					Возрастная категория: с 12 лет и старше						
		Цена (руб)	Выход (гр)	белки	жиры	углеводы	ккал	Цена (руб)	Выход (гр)	белки	жиры	углеводы	ккал
<b>ЗАВТРАК</b>													
3	Бутерброд с сыром	20,31	50	5,76	7,95	14,83	162,8	20,31	50	5,76	7,95	14,83	162,8
174	Каша молоч. рисовая с маслом	18,65	155(150/5)	4,41	6,31	28,85	191,33	25,27	210(200/10)	5,89	11,16	38,83	281,28
382	Каша с молоком	13,20	200	3,79	3,2	25,81	143	13,20	200	3,79	3,2	25,81	143
	Хлеб пшеничный	1,52	20	1,52	0,16	9,72	47,6	1,52	20	1,52	0,16	9,72	47,6
338	Яб.локи сл.поршиями	13,00	100	0,4	0,4	9,8	45,0	13,00	100	0,4	0,4	9,8	45,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>66,68</b>	<b>525</b>	<b>15,88</b>	<b>18,02</b>	<b>89,01</b>	<b>589,73</b>	<b>73,30</b>	<b>580</b>	<b>17,36</b>	<b>22,87</b>	<b>98,99</b>	<b>679,68</b>
<b>ОБЕД</b>													
62	Салат из моркови с сахаром	3,00	60	0,71	0,05	6,89	49,02	5,00	100	1,33	0,08	11,48	81,7
102	Суп картофельный с горохом	9,04	200	4,11	4,27	15,6	118,63	11,30	250	5,13	5,33	19,5	148,29
291	Котлеты рубленые из птицы с соусом	36,90	100	8,45	9,85	10,36	164	35,63	100	8,45	9,85	10,36	164
309	Макарон. отварные	9,58	150	5,38	4,68	32,4	196,87	12,78	200	7,24	6,52	43,61	267,93
349	Компот из сухофруктов	5,17	200	0,57	0	32,21	126,05	5,17	200	0,57	0	32,21	126,05
	Хлеб лавашный	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
	Вафли	53,00	150										
	<b>ИТОГО</b>	<b>120,35</b>	<b>920</b>	<b>23,89</b>	<b>19,37</b>	<b>107,18</b>	<b>800,17</b>	<b>74,44</b>	<b>910</b>	<b>27,26</b>	<b>22,3</b>	<b>126,88</b>	<b>932,67</b>
102	Суп картофельный с горохом с мясом	23,89	200/30	4,11	4,27	15,60	118,63	26,15	250/30	5,13	5,33	19,50	148,29

Повар \_\_\_\_\_

Медсестра \_\_\_\_\_



Сотрудник  
 Директор М/У «Федеральный пищевой институт»  
 Директор ФГБУ «Роспотребнадзор»  
 Дата 12.02.2026

Десятидневное меню для обучающихся образовательных учреждений на 17.02.2026г.

№ постр	Наименование блюда	Осенне-зимний сезон											
		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		
<b>ЗАВТРАК</b>													
219	Сырники из творога с молоком стученым	45,00	100/20	21,68	17,94	34,28	265,5	45,00	100/20	21,68	17,94	34,28	265,5
270	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
2	Бутерброд с колбасом	12,80	55	2,38	4,39	27,11	156,7	12,80	55	2,38	4,39	27,11	156,7
	Молочный	22,50	100	0,4	0,4	9,8	45,0	22,50	100	0,4	0,4	9,8	45,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>82,30</b>	<b>475</b>	<b>24,56</b>	<b>22,76</b>	<b>86,18</b>	<b>524,05</b>	<b>82,30</b>	<b>475</b>	<b>24,56</b>	<b>22,76</b>	<b>86,18</b>	<b>524,05</b>
<b>ОБЕД</b>													
46	Салат из белокочанной капусты с яблоком	4,73	60	0,07	3,06	6,7	54,06	4,73	60	0,12	3,1	11,16	90,1
82	Борщ с капустой с картофелем со сметаной	13,86	205(200/5)	1,57	4,87	10,71	90,04	17,01	255(250/5)	2,01	5,96	14,37	114,89
291	Плов из птицы	45,20	200	16,94	10,46	35,74	305,34	45,20	200	16,94	10,46	35,74	305,34
148	Компот из кураги	10,00	200	1,08	0	31,33	124,18	10,00	200	1,08	0	31,33	124,18
	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
	Сок фруктовый	30,00	200										
	<b>ИТОГО</b>	<b>108,35</b>	<b>925</b>	<b>24,3</b>	<b>18,91</b>	<b>94,2</b>	<b>719,22</b>	<b>84,66</b>	<b>815</b>	<b>24,82</b>	<b>22,04</b>	<b>102,32</b>	<b>780,11</b>
82	Борщ с капустой с картофелем со сметаной с маслом	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

Повар \_\_\_\_\_  
 Медсестра \_\_\_\_\_



Десертное меню для обучающихся образовательных учреждений на 18.02.2026г.  
Осенне-зимний сезон

№ по с/л	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	
<b>ЗАВТРАК</b>													
14	Масло слив перлами	12,12	10	0,05	8,25	0,98	74,8	12,12	10	0,05	8,25	0,08	74,8
133	Каша молочная с маслом	17,46	155(150,5)	6,33	7,15	31,86	218,12	23,66	210(200,10)	8,53	12,28	43,61	320,3
377	Чай с лимоном	3,71	200	0,16	0,03	15,2	59,16	3,71	200	0,16	0,03	15,2	59,16
	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
	<b>Итого</b>	<b>49,33</b>	<b>505</b>	<b>9,98</b>	<b>16,15</b>	<b>76,38</b>	<b>492,28</b>	<b>55,53</b>	<b>560</b>	<b>12,18</b>	<b>21,38</b>	<b>88,13</b>	<b>594,46</b>
<b>Обед</b>													
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
103	Суп картофельный с макарон изделиями	14,83	200	2,25	2,23	16,73	97,56	18,54	250	2,82	2,79	20,91	121,95
234	Котлеты рыбные с соусом	28,15	100	7,21	5	10,92	118,76	28,15	100	7,21	5	10,92	118,76
312	Пюре картофельное	17,40	200	5,88	10,94	26,34	738,11	17,40	200	5,88	10,94	26,34	738,11
347	Компот из сушеных фруктов	5,17	200	0,57	0	32,21	126,05	5,17	200	0,57	0	32,21	126,05
	Хлеб пшеничный	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
	Макарон	45,00	200										
	<b>Итого</b>	<b>120,11</b>	<b>1020</b>	<b>21,35</b>	<b>24,75</b>	<b>100,03</b>	<b>800,68</b>	<b>81,50</b>	<b>910</b>	<b>22,46</b>	<b>29,36</b>	<b>106,96</b>	<b>874,81</b>
103	Суп картофельный с макарон изделиями с мясом	29,68	200(30)	2,25	2,23	16,73	97,56	33,39	250(30)	2,82	2,79	20,91	121,95

Повар \_\_\_\_\_  
Медсестра \_\_\_\_\_



Утверждено  
 Директор МАОУ "Ковынский школьный питатель"  
 Александрович А.В.  
 Алеева О.Р.

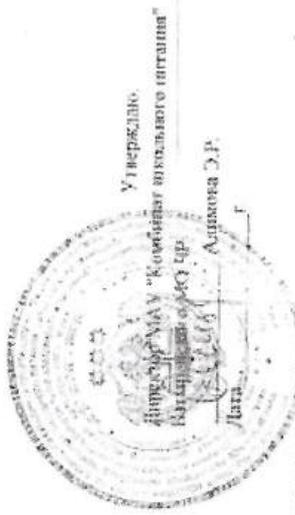
Десятидневное меню для обучающихся образовательных учреждений на 19.02.2026г.  
 Осенне-зимний сезон

№ п/п	Наименование блюда	День 9 (Четверг)										
		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	
<b>ЗАВТРАК</b>												
1	Булгур с маслом сливочным	14,40	40	2,33	8,49	14,66	146,2	14,40	2,33	8,40	14,66	146,2
175	Каша из риса и шпена с маслом	24,17	210(200/10)	5,97	11,4	33,09	250,24	27,17	7,4	14,12	40,97	320,97
382	Каша с яблоком	13,20	200	3,79	3,2	25,81	143	13,20	3,79	3,2	25,81	143
	Хлеб пшеничный	3,04	40	3,04	0,32	19,44	95,2	3,04	3,04	0,32	19,44	95,2
338	Макароны	22,50	100	0,4	0,4	9,8	45,0	22,50	0,4	0,4	9,8	45,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>77,31</b>	<b>590</b>	<b>15,53</b>	<b>23,81</b>	<b>102,80</b>	<b>688,64</b>	<b>80,31</b>	<b>16,96</b>	<b>26,53</b>	<b>110,68</b>	<b>750,37</b>
<b>ОБЕД</b>												
45	Салат из белокопытной капусты	3,00	60	0,89	3,05	5,39	51,64	5,00	1,48	5,08	8,98	86,07
98	Суп крестьянский с крутой	8,24	200	1,51	3,98	11,42	87,8	10,30	1,89	4,97	14,28	109,36
280	Фрикадельки из говядины тушеные в соусе	38,83	100	8,37	9,52	11,52	161,44	38,83	8,37	9,52	11,52	161,44
302	Каша гречневая рассыпчатая	18,20	155(150/5)	8,67	6,31	42,64	266,46	28,31	11,64	8,7	57,26	359,91
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
	Хлеб Даринский	3,04	40	3,12	0,36	0	98	3,04	3,12	0,36	0	98
	Хлеб пшеничный	1,52	20	1,52	0,16	9,72	47,6	1,52	1,52	0,16	9,72	47,6
	<b>ИТОГО</b>	<b>76,54</b>	<b>1020</b>	<b>24,24</b>	<b>23,41</b>	<b>95,89</b>	<b>772,1</b>	<b>90,71</b>	<b>28,18</b>	<b>28,82</b>	<b>116,96</b>	<b>921,94</b>
	Суп крестьянский с крутой с мясом	23,09	200/30	1,51	3,98	11,42	87,80	25,15	1,89	4,97	14,28	109,36

Повар \_\_\_\_\_  
 Медсестра \_\_\_\_\_



Согласно меню  
Директор  
Дата 20.02.2026г.



Утверждено  
Директор ФНЦ ВБЖП Роспотребнадзора  
Дата 20.02.2026г.  
Артюмова Е.Р.

Десятидневное меню для обучающихся образовательных учреждений на 20.02.2026г.  
Осенне-зимний сезон

№ п/п	Наименование блюда	День 10 (Пятница)						Возрастная категория : с 12 лет и старше									
		Возрастная категория : 7-11 лет			Возрастная категория : с 12 лет и старше			Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			белки	жиры	углеводы	ккал	
		Цена (руб)	Выход (гр)	белки	жиры	углеводы	ккал			белки	жиры	углеводы					ккал
182	Каши молочная с маслом	27,00	210(200/10)	9,19	11,73	36,83	295,71	30,70	260(250/10)	11,47	12,62	46,01	351,13				
379	Кофейный напиток с молоком	12,17	200	3,12	2,51	24,69	146,3	12,17	200	3,12	2,51	24,69	146,3				
	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	Яблока с корицей	13,00	100	0,4	0,4	9,8	45,0	13,00	100	0,4	0,4	9,8	45,0				
	<b>ИТОГО</b>	<b>55,21</b>	<b>550</b>	<b>15,75</b>	<b>14,96</b>	<b>90,76</b>	<b>582,21</b>	<b>58,91</b>	<b>600</b>	<b>18,03</b>	<b>15,85</b>	<b>99,94</b>	<b>637,63</b>				
57	Салат из свеклы	3,00	60	0,81	3,65	4,72	53,91	5,00	100	1,35	6,08	7,87	89,85				
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	14,83	200	2,25	2,23	16,73	97,56	18,54	250	2,82	2,79	20,91	121,95				
200	Птица тушеная в смет. соусе	35,30	100	14,42	19,99	2,95	113,6	35,30	100	14,42	19,99	2,95	113,6				
303	Каши пшеничная в яичн	19,54	200	5,65	6,08	33,51	213,71	19,54	200	5,65	6,08	33,51	213,71				
342	Компот из сладок	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				
	<b>ИТОГО</b>	<b>85,48</b>	<b>775</b>	<b>27,93</b>	<b>32,63</b>	<b>95,5</b>	<b>733,34</b>	<b>91,19</b>	<b>910</b>	<b>29,04</b>	<b>35,62</b>	<b>102,83</b>	<b>793,67</b>				
	Суп картофельный с макаронными изделиями с соусом	29,68	200(30)	2,25	2,23	16,73	97,56	33,39	300(30)	2,82	2,79	20,91	121,95				

Повар \_\_\_\_\_

Медсестра \_\_\_\_\_