



## МЕНЮ

21 января 2026 г.

| Сбор-ник рецеп-тур                                             | № техн. карты | Наименование блюда                                  | Выход  | Цена, руб. | Химический состав |         |              | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------------------------------------------------|---------------|-----------------------------------------------------|--------|------------|-------------------|---------|--------------|-------------------------------|
|                                                                |               |                                                     |        |            | Белки, г          | Жиры, г | Угле-воды, г |                               |
| 5-11( Классы Завтрак ОВЗ)                                      |               |                                                     |        |            |                   |         |              |                               |
| 2015                                                           | 17/4          | КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ            | 200/5  | 20.32      | 5,8               | 6,2     | 31,1         | 204                           |
| 2015                                                           | 16/5          | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ И МОЛОКОМ СГУШЕННЫМ | 100/15 | 49.48      | 10,9              | 10,7    | 20           | 222                           |
| 2015                                                           | 15/10         | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                       | 200/5  | 6.02       | 0,4               |         | 10,6         | 45                            |
| 2015                                                           |               | БАТОН НАРЕЗНОЙ                                      | 50     | 7.18       | 3,6               | 1,4     | 24,9         | 127                           |
| Итого                                                          |               |                                                     |        | 83.00      | 20,7              | 18,3    | 86,6         | 598                           |
| 5-11 (Классы обед ОВЗ)                                         |               |                                                     |        |            |                   |         |              |                               |
| 2015                                                           | 4/1           | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                       | 100    | 12.19      | 0,8               | 0,1     | 2,5          | 14                            |
| 2015                                                           | 18/2          | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОН. ИЗДЕЛИЯМИ С ЦЫПЛЕНКОМ   | 250/25 | 22.01      | 7,9               | 9,9     | 23,6         | 214                           |
| 2015                                                           | 4/7           | РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ                              | 100    | 57.73      | 10                | 5,8     | 4,3          | 229                           |
| 2015                                                           | 3/3           | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ                                   | 180    | 23.45      | 3,8               | 6,1     | 26,4         | 175                           |
| 2004                                                           | 648           | КИСЕЛЬ/ЯГОДНЫЙ                                      | 200    | 5.60       |                   |         | 28,2         | 113                           |
| 2015                                                           |               | ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ВИТАМИННЫЙ                        | 50     | 5.02       | 3,7               | 0,3     | 24,3         | 115                           |
| Итого                                                          |               |                                                     |        | 126.00     | 26,2              | 22,2    | 109,3        | 860                           |
| 5-11 (Классы Завтрак родительская плата)                       |               |                                                     |        |            |                   |         |              |                               |
| 2015                                                           | 17/4          | КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ            | 200/5  | 20.32      | 6,1               | 6,4     | 33           | 215                           |
| 2015                                                           | 16/5          | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ И МОЛОКОМ СГУШЕННЫМ | 100/15 | 49.48      | 13,4              | 12,9    | 25,6         | 276                           |
| 2015                                                           | 15/10         | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                       | 200/5  | 6.02       | 0,4               |         | 10,6         | 45                            |
| 2015                                                           |               | БАТОН НАРЕЗНОЙ                                      | 50     | 7.18       | 3,6               | 1,4     | 24,9         | 127                           |
| Итого                                                          |               |                                                     |        | 83.00      | 23,5              | 20,7    | 94,1         | 663                           |
| 5-11 (Классы обед льготники )                                  |               |                                                     |        |            |                   |         |              |                               |
| 2015                                                           | 4/1           | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                       | 100    | 12.19      | 0,8               | 0,1     | 2,5          | 14                            |
| 2015                                                           | 18/2          | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОН. ИЗДЕЛИЯМИ С ЦЫПЛЕНКОМ   | 250/25 | 22.01      | 7,9               | 9,9     | 23,6         | 214                           |
| 2015                                                           | 4/7           | РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ                              | 100    | 57.73      | 10                | 5,8     | 4,3          | 229                           |
| 2015                                                           | 3/3           | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ                                   | 180    | 23.45      | 3,8               | 6,1     | 26,4         | 175                           |
| 2004                                                           | 648           | КИСЕЛЬ/ЯГОДНЫЙ                                      | 200    | 5.60       |                   |         | 28,2         | 113                           |
| 2015                                                           |               | ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ВИТАМИННЫЙ                        | 50     | 5.02       | 3,7               | 0,3     | 24,3         | 115                           |
| Итого                                                          |               |                                                     |        | 126.00     | 26,2              | 22,2    | 109,3        | 860                           |
| 1-4 (Классы обед Бесплатное питание)                           |               |                                                     |        |            |                   |         |              |                               |
| 2015                                                           | 4/1           | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                       | 60     | 7.31       | 0,5               | 0,1     | 1,5          | 8                             |
| 2015                                                           | 18/2          | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОН ИЗДЕЛИЯМИ С ЦЫПЛЕНКОМ    | 200/25 | 20.22      | 7,2               | 8,8     | 18,9         | 183                           |
| 2015                                                           | 4/7           | РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ                              | 90     | 49.33      | 9                 | 5,2     | 3,9          | 250                           |
| 2015                                                           | 3/3           | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ                                   | 150    | 18.52      | 3,2               | 5       | 22           | 146                           |
| 2004                                                           | 648           | КИСЕЛЬ П/ЯГОДНЫЙ                                    | 200    | 5.60       |                   |         | 28,2         | 113                           |
| 2015                                                           |               | ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ВИТАМИННЫЙ                        | 50     | 5.02       | 3,7               | 0,3     | 24,3         | 115                           |
| Итого                                                          |               |                                                     |        | 106.00     | 23,6              | 19,4    | 98,8         | 815                           |
| 1-4 (Классы завтрак для детей с ограниченными возможностями)   |               |                                                     |        |            |                   |         |              |                               |
| 2015                                                           | 17/4          | КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ            | 150/5  | 15.71      | 4,4               | 4,9     | 24,1         | 158                           |
| 2015                                                           | 16/5          | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ И МОЛОКОМ СГУШЕННЫМ | 80/15  | 44.25      | 10,4              | 10      | 18,9         | 210                           |
| 2015                                                           | 15/10         | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                       | 200/5  | 6.02       | 0,4               |         | 10,6         | 45                            |
| 2015                                                           |               | БАТОН НАРЕЗНОЙ                                      | 50     | 5.02       | 3,6               | 1,4     | 24,9         | 127                           |
| Итого                                                          |               |                                                     |        | 71.00      | 18,8              | 16,3    | 78,5         | 540                           |
| 1-4 (Классы Обед для детей с обед ограниченными возможностями) |               |                                                     |        |            |                   |         |              |                               |
| 2015                                                           | 4/1           | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                       | 60     | 7.31       | 0,5               | 0,1     | 1,5          | 8                             |
| 2015                                                           | 18/2          | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОН ИЗДЕЛИЯМИ С ЦЫПЛЕНКОМ    | 200/25 | 20.22      | 7,2               | 8,8     | 18,9         | 183                           |
| 2015                                                           | 4/7           | РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ                              | 90     | 49.33      | 9                 | 5,2     | 3,9          | 250                           |
| 2015                                                           | 3/3           | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ                                   | 150    | 18.52      | 3,2               | 5       | 22           | 146                           |
| 2004                                                           | 648           | КИСЕЛЬ/ЯГОДНЫЙ                                      | 200    | 5.60       |                   |         | 28,2         | 113                           |
| 2015                                                           |               | ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ВИТАМИННЫЙ                        | 50     | 5.02       | 3,7               | 0,3     | 24,3         | 115                           |
| Итого                                                          |               |                                                     |        | 106.00     | 23,6              | 19,4    | 98,8         | 815                           |
| 1-4 (классы завтрак родительская оплата)                       |               |                                                     |        |            |                   |         |              |                               |
| 2015                                                           | 17/4          | КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ            | 150/5  | 15.71      | 4,4               | 4,9     | 24,1         | 158                           |
| 2015                                                           | 16/5          | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ И МОЛОКОМ СГУШЕННЫМ | 80/15  | 44.25      | 10,4              | 10      | 18,9         | 210                           |
| 2015                                                           | 15/10         | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                       | 200/5  | 6.02       | 0,4               |         | 10,6         | 45                            |
| 2015                                                           |               | БАТОН НАРЕЗНОЙ                                      | 50     | 5.02       | 3,6               | 1,4     | 24,9         | 127                           |
| Итого                                                          |               |                                                     |        | 71.00      | 18,8              | 16,3    | 78,5         | 540                           |

| 5-11 (Классы обед родительская оплата 1 вариант) |       |                                                   |        |        |      |      |       |     |
|--------------------------------------------------|-------|---------------------------------------------------|--------|--------|------|------|-------|-----|
| 2015                                             | 4/1   | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                     | 100    | 12.19  | 0,8  | 0,1  | 2,5   | 14  |
| 2015                                             | 18/2  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОН. ИЗДЕЛИЯМИ С ЦЫПЛЕНКОМ | 250/25 | 22.01  | 7,9  | 9,9  | 23,6  | 214 |
| 2015                                             | 4/7   | РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ                            | 100    | 57.73  | 10   | 5,8  | 4,3   | 229 |
| 2015                                             | 3/3   | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ                                 | 180    | 23.45  | 3,8  | 6,1  | 26,4  | 175 |
| 2004                                             | 648   | КИСЕЛЬПЯГОДНЫЙ                                    | 200    | 5.60   |      |      | 28,2  |     |
| 2015                                             |       | ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ВИТАМИННЫЙ                      | 50     | 5.02   | 3,7  | 0,3  | 24,3  | 115 |
| Итого                                            |       |                                                   |        | 126.00 | 26,2 | 22,2 | 109,3 | 747 |
| 1-4 классы родительская оплата полдник           |       |                                                   |        |        |      |      |       |     |
| 2015                                             | 14/10 | ЧАЙ С САХАРОМ                                     | 200    | 3.14   | 0,4  |      | 10,5  | 44  |
| 2011                                             | 424   | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ                                  | 100    | 31.86  | 7,5  | 12,8 | 59,8  | 385 |
| Итого                                            |       |                                                   |        | 35.00  | 7,9  | 12,8 | 70,3  | 429 |
| 5-11 (классы завтрак без лактозы)                |       |                                                   |        |        |      |      |       |     |
| 2015                                             | 17/4  | КАША ЯЧНЕВАЯ БЕЗ МОЛОКА С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ     | 200/5  | 12.45  | 3,9  | 5,4  | 29,3  | 181 |
| 2015                                             |       | ФРУКТ                                             | 180    | 59.51  | 1,6  | 0,4  | 14,2  | 75  |
| 2015                                             | 15/10 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                     | 200/5  | 6.02   | 0,4  |      | 10,6  | 45  |
| 2015                                             |       | БАТОН НАРЕЗНОЙ                                    | 50     | 5.02   | 3,6  | 1,4  | 24,9  | 127 |
| Итого                                            |       |                                                   |        | 83.00  | 9,5  | 7,2  | 79    | 428 |
| 5-11 (классы обед без лактозы)                   |       |                                                   |        |        |      |      |       |     |
| 2015                                             | 4/1   | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                     | 100    | 12.19  | 0,8  | 0,1  | 2,5   | 14  |
| 2015                                             | 18/2  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОН. ИЗДЕЛИЯМИ С ЦЫПЛЕНКОМ | 250/25 | 22.01  | 7,9  | 9,9  | 23,6  | 214 |
| 2015                                             | 4/7   | РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ                            | 100    | 57.73  | 10   | 5,8  | 4,3   | 229 |
| 2015                                             | 3/3   | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ                                | 180    | 23.45  | 3,1  | 6,4  | 25,2  | 172 |
| 2004                                             | 648   | КИСЕЛЬПЯГОДНЫЙ                                    | 200    | 5.60   |      |      | 28,2  |     |
| 2015                                             |       | ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ВИТАМИННЫЙ                      | 50     | 5.02   | 3,7  | 0,3  | 24,3  | 115 |
| Итого                                            |       |                                                   |        | 126.00 | 25,5 | 22,5 | 108,1 | 744 |
| 1-4 (классы завтрак без лактозы)                 |       |                                                   |        |        |      |      |       |     |
| 2015                                             | 17/4  | КАША ЯЧНЕВАЯ БЕЗ МОЛОКА С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ     | 150/5  | 8.45   | 2,8  | 4    | 21,4  | 133 |
| 2015                                             |       | ФРУКТ                                             | 180    | 49.35  | 1,6  | 0,4  | 14,2  | 75  |
| 2015                                             | 15/10 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                     | 200/5  | 6.02   | 0,4  |      | 10,6  | 45  |
| 2015                                             |       | БАТОН НАРЕЗНОЙ                                    | 50     | 7.18   | 3,6  | 1,4  | 24,9  | 127 |
| Итого                                            |       |                                                   |        | 71.00  | 8,4  | 5,8  | 71,1  | 380 |
| 1-4 (классы обед без лактозы)                    |       |                                                   |        |        |      |      |       |     |
| 2015                                             | 4/1   | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                     | 60     | 7.31   | 0,5  | 0,1  | 1,5   | 8   |
| 2015                                             | 18/2  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОН. ИЗДЕЛИЯМИ С ЦЫПЛЕНКОМ | 200/25 | 20.22  | 7,2  | 8,8  | 18,9  | 183 |
| 2015                                             | 4/7   | РЫБА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ                            | 90     | 49.33  | 9    | 5,2  | 4     | 99  |
| 2015                                             | 3/3   | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ                                | 150    | 18.52  | 2,6  | 5,4  | 21    | 143 |
| 2004                                             | 648   | КИСЕЛЬПЯГОДНЫЙ                                    | 200    | 5.60   |      |      | 28,2  | 113 |
| 2015                                             |       | ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ВИТАМИННЫЙ                      | 50     | 5.02   | 3,7  | 0,3  | 24,3  | 115 |
| Итого                                            |       |                                                   |        | 106.00 | 23   | 19,8 | 97,9  | 661 |

Зав. производством  А.В.Елькина