

# МЕНЮ

3 марта 2026 г.

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур                                   | № техн.<br>карты | Наименование блюда                          | Выход  | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-----------------------------------------------------------------|------------------|---------------------------------------------|--------|---------------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                                                                 |                  |                                             |        |               | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| 5-11( Классы Завтрак ОБЗ)                                       |                  |                                             |        |               |                   |         |                  |                                          |
| 2015                                                            | 8/4              | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 220/5  | 25,60         | 5,8               | 6,1     | 42,4             | 248                                      |
| 2015                                                            | 14/10            | ЧАЙ С САХАРОМ                               | 200    | 3,14          | 0,4               |         | 10,5             | 44                                       |
| 2015                                                            |                  | ФРУКТ                                       | 180    | 47,08         | 1,6               | 0,4     | 14,2             | 75                                       |
| 2015                                                            |                  | БАТОН НАРЕЗНОЙ                              | 50     | 7,18          | 2,2               | 0,8     | 15               | 76                                       |
| Итого                                                           |                  |                                             |        | 83,00         | 10                | 7,3     | 82,1             | 443                                      |
| 5-11 (Классы обед ОБЗ)                                          |                  |                                             |        |               |                   |         |                  |                                          |
| 2015                                                            | 1/1              | ЗЕЛЕНЬ ГИРОШЕК<br>КОНСЕРВИРОВАННЫЙ          | 100    | 15,25         | 3                 | 0,2     | 6,3              | 39                                       |
| 2015                                                            | 3/2              | БОРЩ ИЗ СВ. КАПУСТЫ СО<br>СМЕТАНОЙ          | 250/10 | 16,57         | 2,9               | 6,5     | 15,3             | 137                                      |
| 2015                                                            | 5/9              | БИТОЧКИ ИЗ МЯСА КУР С<br>МОЛОЧНЫМ СОУСОМ    | 100/50 | 63,14         | 19,4              | 20,8    | 19,4             | 342                                      |
| 2015                                                            | 57/3             | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ              | 180    | 15,10         | 6,6               | 5,6     | 41,9             | 244                                      |
| 1994                                                            | 585              | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ                    | 200    | 10,92         | 0,2               | 0,2     | 14               | 59                                       |
| 2015                                                            |                  | ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ<br>ВИТАМИННЫЙ             | 50     | 5,02          | 3,7               | 0,3     | 24,3             | 115                                      |
| Итого                                                           |                  |                                             |        | 126,00        | 35,8              | 33,6    | 121,2            | 936                                      |
| 5-11 (Классы Завтрак родительская плата)                        |                  |                                             |        |               |                   |         |                  |                                          |
| 2015                                                            | 8/4              | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 250/10 | 25,60         | 6,9               | 7,3     | 49,9             | 293                                      |
| 2015                                                            | 14/10            | ЧАЙ С САХАРОМ                               | 200    | 3,14          | 0,4               |         | 10,5             | 44                                       |
| 2015                                                            |                  | ФРУКТ                                       | 180    | 47,08         | 1,6               | 0,4     | 14,2             | 75                                       |
| 2015                                                            |                  | БАТОН НАРЕЗНОЙ                              | 30     | 7,18          | 2,2               | 0,8     | 15               | 76                                       |
| Итого                                                           |                  |                                             |        | 83,00         | 11,1              | 8,5     | 89,6             | 488                                      |
| 5-11 (Классы обед льготники )                                   |                  |                                             |        |               |                   |         |                  |                                          |
| 2015                                                            | 1/1              | ЗЕЛЕНЬ ГИРОШЕК<br>КОНСЕРВИРОВАННЫЙ          | 100    | 15,25         | 3                 | 0,2     | 6,3              | 39                                       |
| 2015                                                            | 3/2              | БОРЩ ИЗ СВ. КАПУСТЫ СО<br>СМЕТАНОЙ          | 250/10 | 16,57         | 2,9               | 6,5     | 15,3             | 137                                      |
| 2015                                                            | 5/9              | БИТОЧКИ ИЗ МЯСА КУР С<br>МОЛОЧНЫМ СОУСОМ    | 100/50 | 63,14         | 19,4              | 20,8    | 19,4             | 342                                      |
| 2015                                                            | 57/3             | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ              | 180    | 15,10         | 6,6               | 5,6     | 41,9             | 244                                      |
| 2004                                                            | 585              | КОМПОТ ИЗ СВ.ФРУКТОВ                        | 200    | 10,92         | 0,2               | 0,2     | 14               | 59                                       |
| 2015                                                            |                  | ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ<br>ВИТАМИННЫЙ             | 50     | 5,02          | 3,7               | 0,3     | 24,3             | 115                                      |
| Итого                                                           |                  |                                             |        | 126,00        | 35,8              | 33,6    | 121,2            | 936                                      |
| 1-4 (Классы обед Бесплатное питание)                            |                  |                                             |        |               |                   |         |                  |                                          |
| 2015                                                            | 1/1              | ЗЕЛЕНЬ ГИРОШЕК<br>КОНСЕРВИРОВАННЫЙ          | 60     | 13,25         | 1,8               | 0,1     | 3,8              | 23                                       |
| 2015                                                            | 3/2              | БОРЩ ИЗ СВ. КАПУСТЫ СО<br>СМЕТАНОЙ          | 200/10 | 14,15         | 2,4               | 5,5     | 12,5             | 113                                      |
| 2015                                                            | 5/9              | БИТОЧКИ ИЗ МЯСА КУР С<br>МОЛОЧНЫМ СОУСОМ    | 90/50  | 50,11         | 17,6              | 19,2    | 17,7             | 314                                      |
| 2008                                                            | 331              | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ              | 150    | 12,55         | 5,5               | 4,8     | 31,3             | 191                                      |
| 1994                                                            | 585              | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ                    | 200    | 10,92         | 0,2               | 0,2     | 18,8             | 79                                       |
| 2015                                                            |                  | ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ<br>ВИТАМИННЫЙ             | 50     | 5,02          | 3,7               | 0,3     | 24,3             | 115                                      |
| Итого                                                           |                  |                                             |        | 106,00        | 31,2              | 30,1    | 108,4            | 835                                      |
| 1-4 ( Классы завтрак для детей с ограниченными возможностями)   |                  |                                             |        |               |                   |         |                  |                                          |
| 2015                                                            | 8/4              | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 200/5  | 23,05         | 6,2               | 6,9     | 45,5             | 270                                      |
| 2015                                                            | 14/10            | ЧАЙ С САХАРОМ                               | 200    | 3,14          | 0,4               |         | 10,5             | 44                                       |
| 2015                                                            |                  | ФРУКТ                                       | 180    | 37,63         | 1,6               | 0,4     | 14,2             | 75                                       |
| 2015                                                            |                  | БАТОН НАРЕЗНОЙ                              | 50     | 7,18          | 3,6               | 1,4     | 24,9             | 127                                      |
| Итого                                                           |                  |                                             |        | 71,00         | 11,8              | 8,7     | 95,1             | 516                                      |
| 1-4 ( Классы Обед для детей с обед ограниченными возможностями) |                  |                                             |        |               |                   |         |                  |                                          |
| 2015                                                            | 1/1              | ЗЕЛЕНЬ ГИРОШЕК<br>КОНСЕРВИРОВАННЫЙ          | 60     | 13,25         | 1,8               | 0,1     | 3,8              | 23                                       |
| 2015                                                            | 3/2              | БОРЩ ИЗ СВ. КАПУСТЫ СО<br>СМЕТАНОЙ          | 200/10 | 14,15         | 2,4               | 5,5     | 12,5             | 113                                      |
| 2015                                                            | 5/9              | БИТОЧКИ ИЗ МЯСА КУР С<br>МОЛОЧНЫМ СОУСОМ    | 90/50  | 50,11         | 17,6              | 19,2    | 17,7             | 314                                      |
| 2008                                                            | 331              | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ              | 150    | 12,55         | 5,5               | 4,8     | 31,3             | 191                                      |
| 1994                                                            | 585              | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ                    | 200    | 10,92         | 0,2               | 0,2     | 18,8             | 79                                       |
| 2015                                                            |                  | ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ<br>ВИТАМИННЫЙ             | 50     | 5,02          | 3,7               | 0,3     | 24,3             | 115                                      |
| Итого                                                           |                  |                                             |        | 106,00        | 31,2              | 30,1    | 108,4            | 835                                      |

| 1-4 (классы завтрак родительская оплата)         |       |                                               |        |        |      |      |       |     |
|--------------------------------------------------|-------|-----------------------------------------------|--------|--------|------|------|-------|-----|
| 2015                                             | 8/4   | КАША РИСОВАЯ С МОЛОЧНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ    | 200/5  | 23,05  | 6,2  | 6,9  | 45,5  | 270 |
| 2015                                             | 14/10 | ЧАЙ С САХАРОМ                                 | 200    | 3,14   | 0,4  |      | 10,5  | 44  |
| 2015                                             |       | ФРУКТ                                         | 180    | 37,63  | 1,6  | 0,4  | 14,2  | 75  |
| 2015                                             |       | БАТОН НАРЕЗНОЙ                                | 50     | 7,18   | 3,6  | 1,4  | 24,9  | 127 |
| Итого                                            |       |                                               |        | 71,00  | 11,8 | 8,7  | 95,1  | 516 |
| 5-11 (классы обед родительская оплата 1 вариант) |       |                                               |        |        |      |      |       |     |
| 2015                                             | 1/1   | ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ              | 100    | 15,25  | 3    | 0,2  | 6,3   | 39  |
| 2015                                             | 3/2   | БОРЩ ИЗ СВ. КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ               | 250/10 | 16,57  | 2,9  | 6,5  | 15,3  | 137 |
| 2015                                             | 5/9   | БИТОЧКИ ИЗ МЯСА КУР С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ         | 100/50 | 63,14  | 19,4 | 20,8 | 19,4  | 342 |
| 2015                                             | 57/3  | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                   | 180    | 15,10  | 6,6  | 5,6  | 41,9  | 244 |
| 2004                                             | 585   | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ                      | 200    | 10,92  | 0,2  | 0,2  | 14    | 59  |
| 2015                                             |       | ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ВИТАМИННЫЙ                  | 50     | 5,02   | 3,7  | 0,3  | 24,3  | 115 |
| Итого                                            |       |                                               |        | 126,00 | 35,8 | 33,6 | 121,2 | 936 |
| 5-11 (классы обед родительская оплата 2 вариант) |       |                                               |        |        |      |      |       |     |
| 2015                                             | 28/1  | ОТВАРНАЯ СВЕКЛА С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ         | 100    | 12,42  | 1,5  | 7,9  | 8,3   | 110 |
| 2015                                             | 3/2   | БОРЩ ИЗ СВ. КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ               | 250/10 | 16,57  | 2,9  | 6,5  | 15,3  | 137 |
| 2003                                             | 42    | КОТЛЕТА РЫБНАЯ "ЛАДА"                         | 100    | 57,62  | 21,5 | 14,9 | 10,2  | 260 |
| 2015                                             | 3/3   | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ                             | 180    | 23,45  | 3,8  | 6,1  | 26,4  | 175 |
| 2004                                             | 585   | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ                      | 200    | 10,92  | 0,2  | 0,2  | 14    | 59  |
| 2015                                             |       | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, РЖАНОЙ                        | 30/20  | 5,02   | 3,7  | 0,3  | 24,3  | 115 |
| Итого                                            |       |                                               |        | 126,00 | 33,6 | 35,9 | 98,5  | 856 |
| 1-4 (классы родительская оплата полдник)         |       |                                               |        |        |      |      |       |     |
| 2015                                             | 14/10 | ЧАЙ С САХАРОМ                                 | 200    | 3,14   | 0,4  |      | 10,5  | 44  |
| 2011                                             | 425   | БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ                              | 100    | 31,86  | 7    | 14,3 | 55,9  | 381 |
| Итого                                            |       |                                               |        | 35,00  | 7,4  | 14,3 | 66,4  | 425 |
| 5-11 (классы завтрак без лактозы)                |       |                                               |        |        |      |      |       |     |
| 2015                                             | 8/4   | КАША РИСОВАЯ БЕЗ МОЛОКА С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ | 250/10 | 25,60  | 3,8  | 5,5  | 44,8  | 243 |
| 2015                                             | 14/10 | ЧАЙ С САХАРОМ                                 | 200    | 3,14   | 0,4  |      | 10,5  | 44  |
| 2015                                             |       | ФРУКТ                                         | 180    | 47,08  | 1,6  | 0,4  | 14,2  | 75  |
| 2015                                             |       | БАТОН НАРЕЗНОЙ                                | 50     | 7,18   | 3,7  | 1,5  | 24,9  | 127 |
| Итого                                            |       |                                               |        | 83,00  | 9,5  | 7,4  | 94,4  | 489 |
| 5-11 (классы обед без лактозы)                   |       |                                               |        |        |      |      |       |     |
| 2015                                             | 1/1   | ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ              | 100    | 15,25  | 3    | 0,2  | 6,3   | 39  |
| 2015                                             | 3/2   | БОРЩ ИЗ СВ. КАПУСТЫ                           | 250    | 12,14  | 2,6  | 5    | 14,9  | 117 |
| 2003                                             | 59    | КОТЛЕТА "ШКОЛЬНАЯ"                            | 100    | 67,57  | 22,5 | 24,5 | 12,7  | 361 |
| 2015                                             | 57/3  | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                   | 180    | 15,10  | 6,5  | 6,6  | 41,8  | 253 |
| 2004                                             | 585   | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ                      | 200    | 10,92  | 0,2  | 0,2  | 14    | 59  |
| 2015                                             |       | ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ВИТАМИННЫЙ                  | 50     | 5,02   | 3,7  | 0,3  | 24,3  | 115 |
| Итого                                            |       |                                               |        | 126,00 | 38,5 | 36,8 | 114   | 944 |
| 1-4 (классы завтрак без лактозы)                 |       |                                               |        |        |      |      |       |     |
| 2015                                             | 8/4   | КАША РИСОВАЯ БЕЗ МОЛОКА С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ | 200/5  | 21,05  | 3,4  | 5,4  | 40,8  | 225 |
| 2015                                             | 14/10 | ЧАЙ С САХАРОМ                                 | 200    | 3,14   | 0,4  |      | 10,5  | 44  |
| 2015                                             |       | ФРУКТ                                         | 180    | 39,63  | 1,6  | 0,4  | 14,2  | 75  |
| 2015                                             |       | БАТОН НАРЕЗНОЙ                                | 50     | 7,18   | 2,2  | 0,8  | 15    | 76  |
| Итого                                            |       |                                               |        | 71,00  | 7,6  | 6,6  | 80,5  | 420 |
| 1-4 (классы обед без лактозы)                    |       |                                               |        |        |      |      |       |     |
| 2015                                             | 1/1   | ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ              | 60     | 13,25  | 3    | 0,2  | 6,3   | 39  |
| 2015                                             | 3/2   | БОРЩ ИЗ СВ. КАПУСТЫ                           | 200/10 | 9,27   | 2,1  | 4    | 12,1  | 93  |
| 2003                                             | 59    | КОТЛЕТА "ШКОЛЬНАЯ"                            | 90     | 62,60  | 20,1 | 23,3 | 10,9  | 333 |
| 2008                                             | 331   | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                   | 150    | 4,94   | 6,6  | 5,6  | 41,9  | 244 |
| 1994                                             | 585   | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ                      | 200    | 10,92  | 0,2  | 0,2  | 14    | 59  |
| 2015                                             |       | ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ВИТАМИННЫЙ                  | 50     | 5,02   | 3,7  | 0,3  | 24,3  | 115 |
| Итого                                            |       |                                               |        | 106,00 | 35,7 | 33,6 | 109,5 | 883 |

Зав. производством



А.В.Елькина