

Согласовано:

Директор  
 МАОУ "СОШ №6"  
 /Е.А.Саламатов/

# МЕНЮ

18 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 ОВЗ)                                       |                  |                                                           |        |               |                   |         |                  |                                          |
| 2015                                                            | 17/4             | КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ               | 200/5  | 20,32         | 5,8               | 6,2     | 31,1             | 204                                      |
| 2015                                                            | 16/5             | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С<br>ЯБЛОКАМИ И МОЛОКОМ<br>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.<br>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<br>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<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ               | 200/5  | 20,32         | 6,1               | 6,4     | 33               | 215                                      |
| 2015                                                            | 16/5             | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С<br>ЯБЛОКАМИ И МОЛОКОМ<br>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.<br>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<br>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<br>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<br>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<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ               | 150/5  | 15,71         | 4,4               | 4,9     | 24,1             | 158                                      |
| 2015                                                            | 16/5             | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С<br>ЯБЛОКАМИ И МОЛОКОМ<br>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<br>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<br>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   | КИСЕЛЬ/ЯГОДНЫЙ                                      | 200    | 5,60   |      |      | 28,2  |     |
| 2015                                             |       | ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ВИТАМИННЫЙ                        | 50     | 5,02   | 3,7  | 0,3  | 24,3  | 115 |
| Итого                                            |       |                                                     |        | 126,00 | 28,2 | 22,2 | 109,3 | 747 |
| 5-11 (Классы обед родительская оплата 2 вариант) |       |                                                     |        |        |      |      |       |     |
| 2011                                             | 74    | МАРИНАД ОВОЩНОЙ                                     | 100    | 11,98  | 0,6  | 2,6  | 3,4   | 40  |
| 2015                                             | 18/2  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОН. ИЗДЕЛИЯМИ С ЦЫПЛЕНКОМ   | 250/25 | 22,01  | 7,9  | 9,9  | 23,6  | 214 |
| 2008                                             | 319   | КОЛБАСКИ ВИТАМИННЫЕ                                 | 100    | 59,94  | 9,5  | 11,1 | 3     | 151 |
| 2008                                             | 346   | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                         | 180    | 21,45  | 4,2  | 5,1  | 17,8  | 137 |
| 2004                                             | 648   | КИСЕЛЬ/ЯГОДНЫЙ                                      | 200    | 5,60   |      |      | 28,2  | 113 |
| 2015                                             |       | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, РЖАНОЙ                              | 30/20  | 5,02   | 3,7  | 0,3  | 24,3  | 115 |
| Итого                                            |       |                                                     |        | 128,00 | 25,9 | 29   | 100,3 | 770 |
| 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 РАСТИТЕЛЬНОМ       | 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   | КИСЕЛЬ/ЯГОДНЫЙ                                      | 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 РАСТИТЕЛЬНОМ       | 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   | 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   | 19,8 | 97,9  | 661 |

Зав. производством

А.В.Елькина