

Согласовано:

Директора  
 МАОУ "СОШ №6"  
 /Е.А.Саламатова/



**МЕНЮ**  
 13 мая 2026 г.

| Сборник рецептур  | № техн. карты | Наименование блюда                            | Выход  | Цена, руб.    | Химический состав |             |             | Энергетическая ценность, ккал |
|---|---------------|---|--------|---------------|-------------------|-------------|-------------|-------------------------------|
|   |               |   |        |               | Белки, г          | Жиры, г     | Углеводы, г |                               |
| <b>5-11( Классы Завтрак ОВЗ)</b>                                      |               |   |        |               |                   |             |             |                               |
| 2015  | 7/4           | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 250/5  | 43,53         | 8,1               | 9,7         | 36,6        | 267                           |
| 2015  | 23/12         | МАННИК  | 50     | 29,15         | 4,3               | 5,1         | 16,7        | 132                           |
| 2015  | 14/10         | ЧАЙ С САХАРОМ                                 | 200    | 3,14          | 0,4               |             | 10,5        | 44                            |
| 2015  |               | БАТОН НАРЕЗНОЙ                                | 50     | 7,18          | 3,7               | 1,5         | 24,9        | 127                           |
| <b>Итого</b>  |               |   |        | <b>83,00</b>  | <b>16,5</b>       | <b>16,3</b> | <b>88,7</b> | <b>570</b>                    |
| <b>5-11 (Классы обед ОВЗ)</b>   |               |   |        |               |                   |             |             |                               |
| 2015  | 4.1           | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                 | 100    | 10,17         | 0,8               | 0,1         | 2,5         | 14                            |
| 2011  | 87            | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ              | 250/10 | 12,64         | 2,2               | 6,5         | 7           | 100                           |
| 2015  | 2/9.          | МЯСО КУР ОТВАРНОЕ В СОУСЕ                     | 100/50 | 71,58         | 18                | 20,2        | 2,2         | 263                           |
| 2015  | 3/3           | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ                             | 180    | 23,45         | 3,8               | 6,1         | 26,4        | 175                           |
| 2015  | 14/10         | ЧАЙ С САХАРОМ                                 | 200    | 3,14          | 0,4               |             | 10,5        | 44                            |
| 2015  |               | ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ВИТАМИННЫЙ                  | 50     | 5,02          | 3,7               | 0,3         | 24,3        | 115                           |
| <b>Итого</b>  |               |   |        | <b>126,00</b> | <b>28,9</b>       | <b>33,2</b> | <b>72,9</b> | <b>711</b>                    |
| <b>5-11 (Классы Завтрак родительская плата)</b>                       |               |   |        |               |                   |             |             |                               |
| 2015  | 7/4           | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 250/5  | 43,53         | 8,1               | 9,7         | 36,6        | 267                           |
| 2015  | 23/12         | МАННИК  | 50     | 29,15         | 4,3               | 5,1         | 16,7        | 132                           |
| 2015  | 14/10         | ЧАЙ С САХАРОМ                                 | 200    | 3,14          | 0,4               |             | 10,5        | 44                            |
| 2015  |               | БАТОН НАРЕЗНОЙ                                | 50     | 7,18          | 3,7               | 1,5         | 24,9        | 127                           |
| <b>Итого</b>  |               |   |        | <b>83,00</b>  | <b>16,5</b>       | <b>16,3</b> | <b>88,7</b> | <b>570</b>                    |
| <b>5-11 (Классы обед льготники )</b>                                  |               |   |        |               |                   |             |             |                               |
| 2015  | 4.1           | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                 | 100    | 10,17         | 0,8               | 0,1         | 2,5         | 14                            |
| 2011  | 87            | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ              | 250/10 | 12,64         | 2,2               | 6,5         | 7           | 100                           |
| 2015  | 2/9.          | МЯСО КУР ОТВАРНОЕ В СОУСЕ                     | 100/50 | 71,58         | 18                | 20,2        | 2,2         | 263                           |
| 2015  | 3/3           | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ                             | 180    | 23,45         | 3,8               | 6,1         | 26,4        | 175                           |
| 2015  | 14/10         | ЧАЙ С САХАРОМ                                 | 200    | 3,14          | 0,4               |             | 10,5        | 44                            |
| 2015  |               | ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ВИТАМИННЫЙ                  | 50     | 5,02          | 3,7               | 0,3         | 24,3        | 115                           |
| <b>Итого</b>  |               |   |        | <b>126,00</b> | <b>28,9</b>       | <b>33,2</b> | <b>72,9</b> | <b>711</b>                    |
| <b>1-4 (Классы обед Бесплатное питание)</b>                           |               |   |        |               |                   |             |             |                               |
| 2015  | 4/1           | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                 | 60     | 7,71          | 0,5               | 0,1         | 1,5         | 8                             |
| 2015  | 7/2           | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ              | 200/10 | 12,15         | 1,9               | 3,6         | 7,5         | 74                            |
| 2015  | 2/9.          | МЯСО КУР ОТВАРНОЕ В СОУСЕ                     | 90/50  | 59,46         | 16,2              | 18,5        | 2,2         | 240                           |
| 2015  | 3/3           | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ                             | 150    | 18,52         | 3,2               | 5           | 22          | 146                           |
| 2015  | 14/10         | ЧАЙ С САХАРОМ                                 | 200    | 3,14          | 0,4               |             | 10,5        | 44                            |
| 2015  |               | ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ВИТАМИННЫЙ                  | 50     | 5,02          | 3,7               | 0,3         | 24,3        | 115                           |
| <b>Итого</b>  |               |   |        | <b>106,00</b> | <b>25,9</b>       | <b>27,5</b> | <b>68</b>   | <b>627</b>                    |
| <b>1-4 (Классы завтрак для детей с ограниченными возможностями)</b>   |               |   |        |               |                   |             |             |                               |
| 2015  | 7/4           | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 200/5  | 31,53         | 6,5               | 8           | 29,1        | 217                           |
| 2015  | 23/12         | МАННИК  | 50     | 29,15         | 4,3               | 5,1         | 16,7        | 132                           |
| 2015  | 14/10         | ЧАЙ С САХАРОМ                                 | 200    | 3,14          | 0,4               |             | 10,5        | 44                            |
| 2015  |               | БАТОН НАРЕЗНОЙ                                | 50     | 7,18          | 3,7               | 1,5         | 24,9        | 127                           |
| <b>Итого</b>  |               |   |        | <b>71,00</b>  | <b>14,9</b>       | <b>14,6</b> | <b>81,2</b> | <b>520</b>                    |
| <b>1-4 (Классы Обед для детей с обед ограниченными возможностями)</b> |               |   |        |               |                   |             |             |                               |
| 2015  | 4/1           | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                 | 60     | 7,71          | 0,5               | 0,1         | 1,5         | 8                             |
| 2015  | 7/2           | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ              | 200/10 | 12,15         | 1,9               | 3,6         | 7,5         | 74                            |
| 2015  | 2/9.          | МЯСО КУР ОТВАРНОЕ В СОУСЕ                     | 90/50  | 59,46         | 16,2              | 18,5        | 2,2         | 240                           |
| 2015  | 3/3           | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ                             | 150    | 18,52         | 3,2               | 5           | 22          | 146                           |
| 2015  | 14/10         | ЧАЙ С САХАРОМ                                 | 200    | 3,14          | 0,4               |             | 10,5        | 44                            |
| 2015  |               | ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ВИТАМИННЫЙ                  | 50     | 5,02          | 3,7               | 0,3         | 24,3        | 115                           |
| <b>Итого</b>  |               |   |        | <b>106,00</b> | <b>25,9</b>       | <b>27,5</b> | <b>68</b>   | <b>627</b>                    |
| <b>1-4 (классы завтрак родительская оплата)</b>                       |               |   |        |               |                   |             |             |                               |
| 2015  | 7/4           | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 200/5  | 31,53         | 6,5               | 8           | 29,1        | 217                           |
| 2015  | 23/12         | МАННИК  | 50     | 29,15         | 4,3               | 5,1         | 16,7        | 132                           |
| 2015  | 14/10         | ЧАЙ С САХАРОМ                                 | 200    | 3,14          | 0,4               |             | 10,5        | 44                            |
| 2015  |               | БАТОН НАРЕЗНОЙ                                | 50     | 7,18          | 3,7               | 1,5         | 24,9        | 127                           |
| <b>Итого</b>  |               |   |        | <b>71,00</b>  | <b>14,9</b>       | <b>14,6</b> | <b>81,2</b> | <b>520</b>                    |

| 5-11 (Классы обед родительская оплата 1 вариант) |       |  |        |        |      |      |       |     |
|--|-------|--|--------|--------|------|------|-------|-----|
| 2015   | 4.1   | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                      | 100    | 10,17  | 0,8  | 0,1  | 2,5   | 14  |
| 2011   | 87    | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ                   | 250/10 | 12,64  | 2,2  | 6,5  | 7     | 100 |
| 2015   | 2/9.  | МЯСО КУР ОТВАРНОЕ В СОУСЕ                          | 100/50 | 71,58  | 18   | 20,2 | 2,2   | 263 |
| 2015   | 3/3   | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ                                  | 180    | 23,45  | 3,8  | 6,1  | 26,4  | 175 |
| 2015   | 14/10 | ЧАЙ С САХАРОМ                                      | 200    | 3,14   | 0,4  |      | 10,5  | 44  |
| 2015   |       | ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ВИТАМИННЫЙ                       | 50     | 5,02   | 3,7  | 0,3  | 24,3  | 115 |
| Итого  |       |  |        | 126,00 | 28,9 | 33,2 | 72,9  | 711 |
| 5-11 (Классы обед родительская оплата 2 вариант) |       |  |        |        |      |      |       |     |
| 2008   | 379   | МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ                          | 100    | 18,33  | 1,3  | 9,8  | 8,9   | 130 |
| 2011   | 87    | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ                   | 250/10 | 12,64  | 2,2  | 6,5  | 7     | 100 |
| 2015   | 5/9   | БИТОЧКИ ИЗ МЯСА КУР С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ              | 100/50 | 71,60  | 20,7 | 24,3 | 23,3  | 393 |
| 2008   | 324   | КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ                                | 180    | 15,27  | 2,6  | 5,3  | 30,6  | 180 |
| 2015   | 14/10 | ЧАЙ С САХАРОМ                                      | 200    | 3,14   | 0,4  |      | 10,5  | 44  |
| 2015   |       | ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ВИТАМИННЫЙ, РЖАНОЙ               | 50     | 5,02   | 3,7  | 0,3  | 24,3  | 115 |
| Итого  |       |  |        | 126,00 | 30,9 | 46,2 | 104,6 | 962 |
| 1-4 классы родительская оплата полдник           |       |  |        |        |      |      |       |     |
| 2015   | 14/10 | ЧАЙ С САХАРОМ                                      | 200    | 3,14   | 0,4  |      | 10,5  | 44  |
| 2011   | 442   | БУЛОЧКА "К ЧАЮ"                                    | 100    | 31,86  | 7,7  | 3,9  | 49,6  | 265 |
| Итого  |       |  |        | 35,00  | 8,1  | 3,9  | 60,1  | 309 |
| 5-11 (классы завтрак без лактозы)                |       |  |        |        |      |      |       |     |
| 2015   | 7/4   | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ БЕЗ МОЛОКА С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ | 250/5  | 15,23  | 5,3  | 8,2  | 31,9  | 223 |
| 2015   | 23/12 | МАННИК   | 50     | 29,15  | 3,9  | 3,9  | 16,2  | 115 |
| 2015   |       | ФРУКТ  | 180    | 28,30  | 0,7  | 0,7  | 17,1  | 82  |
| 2015   | 14/10 | ЧАЙ С САХАРОМ                                      | 200    | 3,14   | 0,4  |      | 10,5  | 44  |
| 2015   |       | БАТОН НАРЕЗНОЙ                                     | 50     | 7,18   | 3,7  | 1,5  | 24,9  | 127 |
| Итого  |       |  |        | 83,00  | 14   | 14,3 | 100,6 | 591 |
| 5-11 (классы обед без лактозы)                   |       |  |        |        |      |      |       |     |
| 2015   | 4.1   | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                      | 100    | 10,17  | 0,8  | 0,1  | 2,5   | 14  |
| 2011   | 87    | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ                               | 250/10 | 12,64  | 1,9  | 5    | 6,6   | 80  |
| 2015   | 2/9.  | МЯСО КУР ОТВАРНОЕ В СОУСЕ                          | 100/50 | 71,58  | 18   | 20,7 | 2,2   | 268 |
| 2015   | 3/3   | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ                                  | 180    | 23,45  | 3,1  | 5,5  | 25,2  | 163 |
| 2015   | 14/10 | ЧАЙ С САХАРОМ                                      | 200    | 3,14   | 0,4  |      | 10,5  | 44  |
| 2015   |       | ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ВИТАМИННЫЙ                       | 50     | 5,02   | 3,7  | 0,3  | 24,3  | 115 |
| Итого  |       |  |        | 126,00 | 27,9 | 31,6 | 71,3  | 684 |
| 1-4 (классы завтрак без лактозы)                 |       |  |        |        |      |      |       |     |
| 2015   | 7/4   | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ БЕЗ МОЛОКА С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ | 200/5  | 13,93  | 4,3  | 7    | 25,4  | 182 |
| 2015   | 23/12 | МАННИК   | 50     | 29,15  | 3,9  | 3,9  | 16,2  | 115 |
| 2015   |       | ФРУКТ  | 180    | 17,60  | 0,7  | 0,7  | 17,1  | 82  |
| 2015   | 14/10 | ЧАЙ С САХАРОМ                                      | 200    | 3,14   | 0,4  |      | 10,5  | 44  |
| 2015   |       | БАТОН НАРЕЗНОЙ                                     | 50     | 7,18   | 3,7  | 1,5  | 24,9  | 127 |
| Итого  |       |  |        | 71,00  | 13   | 13,1 | 94,1  | 550 |
| 1-4 (классы обед без лактозы)                    |       |  |        |        |      |      |       |     |
| 2015   | 4/1   | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                      | 60     | 7,71   | 0,5  | 0,1  | 1,5   | 8   |
| 2015   | 7/2   | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ                               | 200    | 12,15  | 1,6  | 2,1  | 7,1   | 54  |
| 2015   | 2/9.  | МЯСО КУР ОТВАРНОЕ В СОУСЕ                          | 90     | 59,46  | 16,2 | 19   | 2,2   | 245 |
| 2015   | 3/3   | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ                                  | 150    | 18,52  | 2,6  | 5,4  | 21    | 143 |
| 2015   | 14/10 | ЧАЙ С САХАРОМ                                      | 200    | 3,14   | 0,4  |      | 10,5  | 44  |
| 2015   |       | ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ ВИТАМИННЫЙ                       | 50     | 5,02   | 3,7  | 0,3  | 24,3  | 115 |
| Итого  |       |  |        | 106,00 | 25   | 26,9 | 66,6  | 609 |

Зав. производством \_\_\_\_\_

А.В.Елькина