

МЕНЮ
01.06.2026 года

завтрак

№ п/п	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции (г) 7-11 лет	Пищевые вещества (г) 7-11 лет			Энергетическая ценность (ккал) 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества (г) 12-18 лет			Энергетическая ценность (ккал) 12-18 лет
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1	1 Яблоко	100	0,35	0,35	8,67	41,58	100	0,35	0,35	8,67	41,58
2	2 Сметанный соус	10	0,31	2,42	0,69	26,01	10	0,31	2,42	0,69	26,01
3	3 Чай с сахаром и лимоном	200	0,18	0,02	20,49	86,88	200	0,18	0,02	20,49	86,88
4	4 Блинчики с джемом	200	27,40	36,20	32,20	556,60	200	27,40	36,20	32,20	556,60
всего за завтрак			28,24	38,99	62,05	711,07		28,24	38,99	62,05	711,07

обед

№ п/п	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции (г) 7-11 лет	Пищевые вещества (г) 7-11 лет			Энергетическая ценность (ккал) 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества (г) 12-18 лет			Энергетическая ценность (ккал) 12-18 лет
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1	1 Помидор свежий (нарезка)	50	0,55	0,10	1,90	12,00	50	0,55	0,10	1,90	12,00
2	2 Огурец свежий (нарезка)	50	0,35	0,05	0,95	5,50	50	0,35	0,05	0,95	5,50
3	3 Ци на свежей капусте с маргифелем со сметаной	200	3,31	4,91	17,99	130,98	250	4,14	6,13	22,48	163,73
4	4 Курч отварные	100	25,44	25,72	0,00	332,70	100	25,44	25,72	0,00	332,70
5	5 Томатный соус	30	0,48	2,51	2,69	35,52	30	0,48	2,51	2,69	35,52
6	6 Речна отварная	180	7,59	7,11	34,31	229,68	180	7,59	7,11	34,31	229,68
7	7 Компот из фруктов с сахаром	200	0,35	0,06	22,79	93,84	200	0,35	0,06	22,79	93,84
8	8 Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	40	3,04	0,32	19,68	94,00
9	9 Хлеб ржаной	40	2,24	0,44	19,76	92,80	40	2,24	0,44	19,76	92,80
всего за обед			43,72	41,57	128,74	1068,60		44,55	42,80	133,23	1101,34



МЕНЮ
02.06.2026 года

завтрак

№ п/п	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции (г) 7-11 лет	Пищевые вещества (г) 7-11 лет			Энергетическая ценность (ккал) 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества (г) 12-18 лет			Энергетическая ценность (ккал) 12-18 лет
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1	1 Каша молочная Пшеница	200	5,60	1,80	25,40	140,80	200	5,60	1,80	25,40	140,80
2	2 Чай с сахаром и лимоном	200	0,18	0,02	20,49	86,88	200	0,18	0,02	20,49	86,88
3	3 Батон нарезаный с маслом и сыром	60	9,91	19,31	17,81	286,86	60	9,91	19,31	17,81	286,86
4	4 Яблоко вареное	60	5,08	4,60	0,28	62,80	60	5,08	4,60	0,28	62,80
всего за завтрак			20,69	25,73	63,98	577,34		20,69	25,73	63,98	577,34

обед

№ п/п	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции (г) 7-11 лет	Пищевые вещества (г) 7-11 лет			Энергетическая ценность (ккал) 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества (г) 12-18 лет			Энергетическая ценность (ккал) 12-18 лет
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1	1 Помидор свежий (нарезка)	50	0,55	0,10	1,90	12,00	50	0,55	0,10	1,90	12,00
2	2 Огурец свежий (нарезка)	50	0,35	0,05	0,95	5,50	50	0,35	0,05	0,95	5,50
3	3 Суп маргифельный с макаронными изделиями	200	2,39	2,36	17,30	100,35	250	2,99	2,96	21,62	125,44
4	4 Колбаса мясная (полукопченая)	100	19,80	21,59	6,59	299,80	100	19,80	21,59	6,59	299,80
5	5 Томатный соус	30	0,48	2,51	2,69	35,52	30	0,48	2,51	2,69	35,52
6	6 Речна отварная	180	4,27	10,50	44,50	289,56	180	4,27	10,50	44,50	289,56
7	7 Феритовый сок	200	1,00	0,20	20,20	92,00	200	1,00	0,20	20,20	92,00
8	8 Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	40	3,04	0,32	19,68	94,00
9	9 Хлеб ржаной	40	2,24	0,44	19,76	92,80	40	2,24	0,44	19,76	92,80
всего за обед			34,12	38,08	133,57	1021,54		34,71	38,67	137,90	1046,62



03.06.2026 года

Завтрак

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г) 7-11 лет	Пищевые вещества (г) 7-11 лет			Энергетическая ценность (ккал) 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества (г) 12-18 лет			Энергетическая ценность (ккал) 12-18 лет
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1	1.Полмидор свиной (нарезка)	200	20,40	17,00	39,20	400,00	200	20,40	17,00	39,20	400,00
2	2.Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10	10	0,08	7,25	0,13	66,10
3	3.Чай с молоком	200	2,94	2,50	19,85	115,83	200	2,94	2,50	19,85	115,83
4	4.Батон	100	1,50	0,50	21,00	96,00	100	1,50	0,50	21,00	96,00
Итого за завтрак			24,92	27,25	80,18	677,93		24,92	27,25	80,18	677,93

обед

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г) 7-11 лет	Пищевые вещества (г) 7-11 лет			Энергетическая ценность (ккал) 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества (г) 12-18 лет			Энергетическая ценность (ккал) 12-18 лет
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1	1.Полмидор свиной (нарезка)	50	0,55	0,10	1,90	12,00	50	0,55	0,10	1,90	12,00
2	2.Огурец свежий (нарезка)	50	0,35	0,05	0,95	5,50	50	0,35	0,05	0,95	5,50
3	3.Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	3,31	4,91	17,99	130,98	250	4,14	6,13	22,48	163,73
4	4.Пюре картофельное	180	14,83	11,34	35,74	304,32	180	14,83	11,34	35,74	304,32
5	5.Рыба жареная Минтай	100	15,70	5,30	5,00	132,20	100	15,70	5,30	5,00	132,20
6	6.Чай с сахаром	200	0,04	0,00	15,05	61,83	200	0,04	0,00	15,05	61,83
7	7.Клуб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	40	3,04	0,32	19,68	94,00
8	8.Клуб ржаной	40	2,24	0,44	19,76	92,80	40	2,24	0,44	19,76	92,80
Итого за обед			40,06	22,46	116,06	833,63		40,88	23,68	120,56	866,38



04.06.2026 года

Завтрак

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г) 7-11 лет	Пищевые вещества (г) 7-11 лет			Энергетическая ценность (ккал) 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества (г) 12-18 лет			Энергетическая ценность (ккал) 12-18 лет
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1	1.Маша пшеница молочная	200	6,50	11,81	34,27	270,73	200	6,50	11,81	34,27	270,73
2	2.Чай с сахаром и лимоном	200	0,18	0,02	20,49	86,88	200	0,18	0,02	20,49	86,88
3	3.Рисно вареное	60	5,08	4,60	0,28	62,80	60	5,08	4,60	0,28	62,80
4	4.Батон нарезной с маслом	60	2,80	10,19	17,81	174,36	60	2,80	10,19	17,81	174,36
Итого за завтрак			14,56	26,61	72,85	594,77		14,56	26,61	72,85	594,77

обед

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г) 7-11 лет	Пищевые вещества (г) 7-11 лет			Энергетическая ценность (ккал) 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества (г) 12-18 лет			Энергетическая ценность (ккал) 12-18 лет
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1	1.Полмидор свиной (нарезка)	50	0,55	0,10	1,90	12,00	50	0,55	0,10	1,90	12,00
2	2.Огурец свежий (нарезка)	50	0,35	0,05	0,95	5,50	50	0,35	0,05	0,95	5,50
3	3.Суп картофельный с рисовой крупой	200	1,98	6,93	16,52	156,70	250	2,48	8,66	20,65	170,88
4	4.Томатный соус	30	0,48	2,51	2,69	35,52	30	0,48	2,51	2,69	35,52
5	5.Макаронные изделия отварные	180	5,99	8,13	38,14	249,84	180	5,99	8,13	38,14	249,84
6	6.Колбаса натуральная на филе птицы	100	17,20	14,60	12,40	186,00	100	17,20	14,60	12,40	186,00
7	7.Кефирный сок	200	0,60	0,40	32,60	140,00	200	0,60	0,40	32,60	140,00
8	8.Клуб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	40	3,04	0,32	19,68	94,00
9	9.Клуб ржаной	40	2,24	0,44	19,76	92,80	40	2,24	0,44	19,76	92,80
Итого за обед			32,44	33,48	144,64	952,36		32,93	35,21	148,77	965,54



05.06.2026 год

МЕНЮ

Завтрак

№ п/п	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции 7-11 лет	Пищевые вещества (г) 7-11 лет			Энергетическая ценность (ккал) 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества (г) 12-18 лет			Энергетическая ценность (ккал) 12-18 лет
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1											
2	1.Оладьи из муки с джемом	200	14,80	22,31	110,43	697,84	200	14,80	22,31	110,43	697,84
	2.Конфит на сметане с шоколадом	200	0,35	0,06	22,79	93,84	200	0,35	0,06	22,79	93,84
	3.Яблоко	100	0,35	0,35	8,67	41,58	100	0,35	0,35	8,67	41,58
	всего за завтрак		15,51	22,71	141,89	833,26		15,51	22,71	141,89	833,26

обед

№ п/п	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции 7-11 лет	Пищевые вещества (г) 7-11 лет			Энергетическая ценность (ккал) 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества (г) 12-18 лет			Энергетическая ценность (ккал) 12-18 лет
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1	1.Помидор свежий (нарезка)	100	1,10	0,20	3,80	24,00	100	1,10	0,20	3,80	24,00
	2.Огурец свежий (нарезка)	50	0,35	0,05	0,95	5,50	50	0,35	0,05	0,95	5,50
	3.Циц на свежей напуге с пармезаном со сметаной	200	3,31	4,91	17,99	130,98	250	4,14	6,13	22,48	163,73
	4.Плов с мясом курятины	200	14,69	14,89	36,49	338,66	200	14,69	14,89	36,49	338,66
	5.Чай с сахаром и лимоном	200	0,18	0,02	20,49	86,88	200	0,18	0,02	20,49	86,88
	6.Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	40	3,04	0,32	19,68	94,00
	7.Хлеб ржаной	40	2,24	0,44	19,76	92,80	40	2,24	0,44	19,76	92,80
	всего за обед		24,91	20,83	119,15	772,82		25,74	22,05	123,65	805,56

08.06.2026 год

МЕНЮ

Завтрак

№ п/п	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции 7-11 лет	Пищевые вещества (г) 7-11 лет			Энергетическая ценность (ккал) 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества (г) 12-18 лет			Энергетическая ценность (ккал) 12-18 лет
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1											
2	1.Банан	100	1,50	0,50	21,00	96,00	100	1,50	0,50	21,00	96,00
	2.Сметанный соус	10	0,31	2,42	0,69	26,01	10	0,31	2,42	0,69	26,01
	3.Кофейный напиток на молоке	200	2,42	2,40	23,89	128,10	200	2,42	2,40	23,89	128,10
	4.Блинчики с джемом	200	27,40	36,20	32,20	556,60	200	27,40	36,20	32,20	556,60
	всего за завтрак		31,63	41,52	77,78	806,71		31,63	41,52	77,78	806,71

обед

№ п/п	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции 7-11 лет	Пищевые вещества (г) 7-11 лет			Энергетическая ценность (ккал) 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества (г) 12-18 лет			Энергетическая ценность (ккал) 12-18 лет
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1	1.Помидор свежий (нарезка)	50	0,55	0,10	1,90	12,00	50	0,55	0,10	1,90	12,00
	2.Огурец свежий (нарезка)	100	0,70	0,10	1,90	11,00	100	0,70	0,10	1,90	11,00
	3.Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,39	2,36	17,30	100,35	250	2,99	2,96	21,62	125,44
	4.Кури отварные	100	25,44	25,72	0,00	332,70	100	25,44	25,72	0,00	332,70
	5.Томатный соус	30	0,48	2,51	2,69	35,52	30	0,48	2,51	2,69	35,52
	6.Картофельное пюре	180	3,99	5,37	25,28	166,28	180	3,99	5,37	25,28	166,28
	7.Фруктовый сок	200	1,00	0,20	20,20	92,00	200	1,00	0,20	20,20	92,00
	8.Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	40	3,04	0,32	19,68	94,00
	9.Хлеб ржаной	40	2,24	0,44	19,76	92,80	40	2,24	0,44	19,76	92,80
	всего за обед		39,84	37,13	108,71	936,65		40,44	37,72	113,03	964,73



09.06.2026 год

МЕНЮ
Завтрак

№ п/п	Приним пищи, наименование блюда	Масса порции (г) 7-11 лет	Пищевые вещества (г) 7-11 лет			Энергетическая ценность (ккал) 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества (г) 12-18 лет			Энергетическая ценность (ккал) 12-18 лет
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1	1 Каша рисовая молочная	200	4,90	6,88	36,86	230,18	200	4,90	6,88	36,86	230,18
2	2 Чай с сахаром	200	0,04	0,00	15,05	61,83	200	0,04	0,00	15,05	61,83
3	3 Ябло пареное	60	5,08	4,60	0,28	62,80	60	5,08	4,60	0,28	62,80
4	4 Батон нарезной с маслом и сыром	60	9,91	19,31	17,81	286,86	60	9,91	19,31	17,81	286,86
всего за завтрак			19,93	30,78	69,99	641,67		19,93	30,78	69,99	641,67

обед

№ п/п	Приним пищи, наименование блюда	Масса порции (г) 7-11 лет	Пищевые вещества (г) 7-11 лет			Энергетическая ценность (ккал) 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества (г) 12-18 лет			Энергетическая ценность (ккал) 12-18 лет
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1	1 Греча	100	0,35	0,27	9,11	41,58	100	0,35	0,27	9,11	41,58
2	2 Помидор свежий (нарезка)	50	0,55	0,10	1,90	12,00	50	0,55	0,10	1,90	12,00
3	3 Огурец свежий (нарезка)	50	0,35	0,05	0,95	5,50	50	0,35	0,05	0,95	5,50
4	4 Щи на свежем капусте с картофелем со сметаной	200	3,31	4,91	17,99	130,98	250	4,14	6,13	22,48	163,73
5	5 Соус томатный	30	0,48	2,51	2,69	35,52	30	0,48	2,51	2,69	35,52
6	6 Макароны твердые отварные	180	5,99	8,13	38,14	249,84	180	5,99	8,13	38,14	249,84
7	7 Картофель отварной на филе птицы	100	17,20	14,60	12,40	186,00	100	17,20	14,60	12,40	186,00
8	8 Компот из смеси сухофруктов	200	0,35	0,06	22,79	93,84	200	0,35	0,06	22,79	93,84
9	9 Клуб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	40	3,04	0,32	19,68	94,00
10	10 Клуб ржаной	40	2,24	0,44	19,76	92,80	40	2,24	0,44	19,76	92,80
всего за обед			33,87	31,38	145,41	942,06		34,70	32,60	149,91	974,80

10.06.2026 год

МЕНЮ
Завтрак

№ п/п	Приним пищи, наименование блюда	Масса порции (г) 7-11 лет	Пищевые вещества (г) 7-11 лет			Энергетическая ценность (ккал) 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества (г) 12-18 лет			Энергетическая ценность (ккал) 12-18 лет
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1	1 Пельмени мясные отварные	200	20,40	17,00	39,20	400,00	200	20,40	17,00	39,20	400,00
2	2 Макало сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10	10	0,08	7,25	0,13	66,10
3	3 Каша с молоком	200	3,39	3,00	24,30	139,66	200	3,39	3,00	24,30	139,66
4	4 Банан	100	1,50	0,50	21,00	96,00	100	1,50	0,50	21,00	96,00
всего за завтрак			25,37	27,75	84,63	701,76		25,37	27,75	84,63	701,76

обед

№ п/п	Приним пищи, наименование блюда	Масса порции (г) 7-11 лет	Пищевые вещества (г) 7-11 лет			Энергетическая ценность (ккал) 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества (г) 12-18 лет			Энергетическая ценность (ккал) 12-18 лет
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1	1 Помидор свежий (нарезка)	50	0,55	0,10	1,90	12,00	50	0,55	0,10	1,90	12,00
2	2 Огурец свежий (нарезка)	50	0,35	0,05	0,95	5,50	50	0,35	0,05	0,95	5,50
3	3 Сир гороховый	200	4,78	7,20	19,38	161,66	250	5,97	8,99	24,23	202,08
4	4 Колеты или биточки рыбные (сом)	100	14,40	17,90	10,20	256,00	100	14,40	17,90	10,20	256,00
5	5 Соус томатный	30	0,48	2,51	2,69	35,52	30	0,48	2,51	2,69	35,52
6	6 Речная отварная	180	7,59	7,11	34,31	229,68	180	7,59	7,11	34,31	229,68
7	7 Винегретный сок	200	0,60	0,40	32,60	140,00	200	0,60	0,40	32,60	140,00
8	8 Клуб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	40	3,04	0,32	19,68	94,00
9	9 Клуб ржаной	40	2,24	0,44	19,76	92,80	40	2,24	0,44	19,76	92,80
всего за обед			34,04	36,03	141,47	1027,16		35,23	37,83	146,32	1067,58

МЭНО
11.06.2026 год

ЗАВТРАК

№ п/п	Применение, наименование блюда	Масса порции (г) 7-11 лет	Пищевые вещества (г) 7-11 лет			Энергетическая ценность (ккал) 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества (г) 12-18 лет			Энергетическая ценность (ккал) 12-18 лет
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1											
2	Пюре из картофеля с морковью	200	4,45	8,76	28,14	210,32	200	4,45	8,76	28,14	210,32
3	Чай с сахаром	200	0,04	0,00	15,05	61,83	200	0,04	0,00	15,05	61,83
4	Вареное картофельное пюре	50	2,34	8,49	14,84	145,30	60	2,80	10,19	17,81	174,36
5	Вареное картофельное пюре	60	5,08	4,60	0,28	62,80	60	5,08	4,60	0,28	62,80
Всего за завтрак		11,91	21,85	58,31	480,25	12,38	23,55	61,27	509,31		

ОБЕД

№ п/п	Применение, наименование блюда	Масса порции (г) 7-11 лет	Пищевые вещества (г) 7-11 лет			Энергетическая ценность (ккал) 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества (г) 12-18 лет			Энергетическая ценность (ккал) 12-18 лет
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1											
2	Салат из белокочанной капусты	100	1,61	5,09	4,68	72,02	100	1,61	5,09	4,68	72,02
3	Ци-ца свежий картофель с картофелем со сметаной	200	3,31	4,91	17,99	130,98	250	4,14	6,13	22,48	163,73
4	Пюре из картофеля с морковью	200	14,69	14,89	36,49	338,66	200	14,69	14,89	36,49	338,66
5	Компот из фруктов	200	0,35	0,06	22,79	93,84	200	0,35	0,06	22,79	93,84
6	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	40	3,04	0,32	19,68	94,00
7	Хлеб пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	92,80	40	2,24	0,44	19,76	92,80
Всего за обед		25,25	25,70	121,39	822,29	28,08	28,93	123,88	855,04		



МЭНО
15.06.2026 год

ЗАВТРАК

№ п/п	Применение, наименование блюда	Масса порции (г) 7-11 лет	Пищевые вещества (г) 7-11 лет			Энергетическая ценность (ккал) 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества (г) 12-18 лет			Энергетическая ценность (ккал) 12-18 лет
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1											
2	Вареники с картофелем	200	12,00	22,00	64,00	500,00	200	12,00	22,00	64,00	500,00
3	Магало сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10	10	0,08	7,25	0,13	66,10
4	Чай с сахаром и лимоном	200	0,18	0,02	20,49	86,88	200	0,18	0,02	20,49	86,88
5	Вареники с картофелем	100	0,35	0,35	8,67	41,58	100	0,35	0,35	8,67	41,58
Всего за завтрак		12,61	29,62	93,29	694,56	12,61	29,62	93,29	694,56		

ОБЕД

№ п/п	Применение, наименование блюда	Масса порции (г) 7-11 лет	Пищевые вещества (г) 7-11 лет			Энергетическая ценность (ккал) 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества (г) 12-18 лет			Энергетическая ценность (ккал) 12-18 лет
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1											
2	Помидор свежий (вареный)	50	0,55	0,10	1,90	12,00	50	0,55	0,10	1,90	12,00
3	Суп картофельный (вареный)	50	0,35	0,05	0,95	5,50	50	0,35	0,05	0,95	5,50
4	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,39	2,36	17,30	100,35	250	2,99	2,96	21,62	125,44
5	Котлета мясная (полуфабрикат)	100	19,80	21,59	6,59	299,80	100	19,80	21,59	6,59	299,80
6	Сметанный соус	30	0,48	2,51	2,69	35,52	30	0,48	2,51	2,69	35,52
7	Картофельное пюре	180	3,99	5,37	25,28	166,28	180	3,99	5,37	25,28	166,28
8	Фруктовый сок	200	1,00	0,20	20,20	92,00	200	1,00	0,20	20,20	92,00
9	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	40	3,04	0,32	19,68	94,00
10	Хлеб ржаной	40	2,24	0,44	19,76	92,80	40	2,24	0,44	19,76	92,80
Всего за обед		33,84	32,95	114,35	898,25	34,44	33,54	118,68	923,24		



16.06.2026 год
МЕНЮ
Завтрак



№ п/п	Приним пищу, наименование блюда	Масса порции 7-11 лет	Пищевые вещества (г) 7-11 лет			Энергетическая ценность (ккал) 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества (г) 12-18 лет			Энергетическая ценность (ккал) 12-18 лет
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1											
2	Приним пищу, наименование блюда										
1	Яблоко	100	0,35	0,35	8,67	41,58	100	0,35	0,35	8,67	41,58
2	Сметанный соус	10	0,31	2,42	0,69	26,01	10	0,31	2,42	0,69	26,01
3	Чай с сахаром и лимонком	200	0,18	0,02	20,49	86,88	200	0,18	0,02	20,49	86,88
4	Блинчики с джемом	200	27,40	36,20	32,20	556,60	200	27,40	36,20	32,20	556,60
всего за завтрак			28,24	38,99	62,05	711,07		28,24	38,99	62,05	711,07
обед											
1	Промидор свежий (нарезка)	50	0,55	0,10	1,90	12,00	50	0,55	0,10	1,90	12,00
2	Огурец свежий (нарезка)	50	0,35	0,05	0,95	5,50	50	0,35	0,05	0,95	5,50
3	Щи на свежей капусте с картофелем со сметаной	200	3,31	4,91	17,99	130,98	250	4,14	6,13	22,48	163,73
4	Котлета отварная	100	25,44	25,72	0,00	332,70	100	25,44	25,72	0,00	332,70
5	Томатный соус	30	0,48	2,51	2,69	35,52	30	0,48	2,51	2,69	35,52
6	Гричная отварная	180	7,59	7,11	34,31	229,68	180	7,59	7,11	34,31	229,68
7	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35	0,06	22,79	93,84	200	0,35	0,06	22,79	93,84
8	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	40	3,04	0,32	19,68	94,00
9	Хлеб ржаной	40	2,24	0,44	19,76	92,80	40	2,24	0,44	19,76	92,80
всего за обед			43,72	41,57	128,74	1008,60		44,55	42,80	133,23	1101,34

17.06.2026 год
МЕНЮ
Завтрак



№ п/п	Приним пищу, наименование блюда	Масса порции 7-11 лет	Пищевые вещества (г) 7-11 лет			Энергетическая ценность (ккал) 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества (г) 12-18 лет			Энергетическая ценность (ккал) 12-18 лет
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1											
2	Приним пищу, наименование блюда										
1	Каша молочная Пшеница	200	5,60	1,80	25,40	140,80	200	5,60	1,80	25,40	140,80
2	Чай с сахаром и лимонком	200	0,18	0,02	20,49	86,88	200	0,18	0,02	20,49	86,88
3	Батон нарезной с маслом и сыром	60	9,91	19,31	17,81	286,86	60	9,91	19,31	17,81	286,86
4	Яблоко вареное	60	5,08	4,60	0,28	63,80	60	5,08	4,60	0,28	63,80
всего за завтрак			20,69	25,73	63,98	577,34		20,69	25,73	63,98	577,34
обед											
1	Промидор свежий (нарезка)	50	0,55	0,10	1,90	12,00	50	0,55	0,10	1,90	12,00
2	Огурец свежий (нарезка)	50	0,35	0,05	0,95	5,50	50	0,35	0,05	0,95	5,50
3	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,39	2,36	17,20	100,35	250	2,99	2,96	21,62	125,44
4	Котлета мясная (полуфабрикат)	100	19,80	21,59	6,59	299,80	100	19,80	21,59	6,59	299,80
5	Томатный соус	30	0,48	2,51	2,69	35,52	30	0,48	2,51	2,69	35,52
6	Рис отварной	180	4,27	10,50	44,50	289,56	180	4,27	10,50	44,50	289,56
7	Фруктовый сок	200	1,00	0,20	20,20	92,00	200	1,00	0,20	20,20	92,00
8	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	40	3,04	0,32	19,68	94,00
9	Хлеб ржаной	40	2,24	0,44	19,76	92,80	40	2,24	0,44	19,76	92,80
всего за обед			34,12	38,08	133,57	1021,54		34,71	38,67	137,90	1046,62

МЕНЮ
18.06.2026 год

Завтрак

№ п/п	Приним пищи, наименование блюда	Масса порции 7-11 лет	Пищевые вещества (г) 7-11 лет			Энергетическая ценность (ккал) 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества (г) 12-18 лет			Энергетическая ценность (ккал) 12-18 лет
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1											
2											
3	1. Пшеничные сухари	200	20,40	17,00	39,20	400,00	200	20,40	17,00	39,20	400,00
4	2. Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10	10	0,08	7,25	0,13	66,10
5	3. Чай с молоком	200	2,94	2,50	19,85	115,93	200	2,94	2,50	19,85	115,93
6	4. Банан	100	1,50	0,50	21,00	96,00	100	1,50	0,50	21,00	96,00
всего за завтрак			24,92	27,25	80,18	677,93	24,92	27,25	80,18	677,93	

обед

№ п/п	Приним пищи, наименование блюда	Масса порции 7-11 лет	Пищевые вещества (г) 7-11 лет			Энергетическая ценность (ккал) 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества (г) 12-18 лет			Энергетическая ценность (ккал) 12-18 лет
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1	1. Помидор свежий (нарезка)	50	0,55	0,10	1,90	12,00	50	0,55	0,10	1,90	12,00
2	2. Огурец свежий (нарезка)	50	0,35	0,05	0,95	5,50	50	0,35	0,05	0,95	5,50
3	3. Ци на свежий капуста с перофелем со сметаной	200	3,31	4,91	17,99	130,98	250	4,14	6,13	22,48	163,73
4	4. Порце картофеля	180	14,83	11,34	35,74	304,32	180	14,83	11,34	35,74	304,32
5	5. Рыба жареная Минтай	100	15,70	5,30	5,00	132,20	100	15,70	5,30	5,00	132,20
6	6. Чай с сахаром	200	0,04	0,00	15,05	61,83	200	0,04	0,00	15,05	61,83
7	7. Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	40	3,04	0,32	19,68	94,00
8	8. Хлеб ржаной	40	2,24	0,44	19,76	92,80	40	2,24	0,44	19,76	92,80
всего за обед			40,06	22,46	116,06	833,63	40,06	22,46	116,06	833,63	



МЕНЮ
19.06.2026 год

Завтрак

№ п/п	Приним пищи, наименование блюда	Масса порции 7-11 лет	Пищевые вещества (г) 7-11 лет			Энергетическая ценность (ккал) 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества (г) 12-18 лет			Энергетическая ценность (ккал) 12-18 лет
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1											
2											
3	1. Каша пшеничная молочная	200	6,50	11,81	34,27	270,73	200	6,50	11,81	34,27	270,73
4	2. Чай с сахаром и лимоном	200	0,18	0,02	20,49	86,88	200	0,18	0,02	20,49	86,88
5	3. Рыно вареное	60	5,08	4,60	0,28	62,80	60	5,08	4,60	0,28	62,80
6	4. Батон нарезной с маслом	60	2,80	10,19	17,81	174,36	60	2,80	10,19	17,81	174,36
всего за завтрак			14,56	26,61	72,85	594,77	14,56	26,61	72,85	594,77	

обед

№ п/п	Приним пищи, наименование блюда	Масса порции 7-11 лет	Пищевые вещества (г) 7-11 лет			Энергетическая ценность (ккал) 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества (г) 12-18 лет			Энергетическая ценность (ккал) 12-18 лет
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1	1. Помидор свежий (нарезка)	50	0,55	0,10	1,90	12,00	50	0,55	0,10	1,90	12,00
2	2. Огурец свежий (нарезка)	50	0,35	0,05	0,95	5,50	50	0,35	0,05	0,95	5,50
3	3. Суп картофельный с рисовой крупой	200	1,98	6,93	16,52	136,70	250	2,48	8,66	20,65	170,88
4	4. Томатный соус	30	0,48	2,51	2,69	35,52	30	0,48	2,51	2,69	35,52
5	5. Мясоронные изделия отварные	180	5,99	8,13	38,14	249,84	180	5,99	8,13	38,14	249,84
6	6. Котлеты натуральная из филе тунца	100	17,20	14,60	12,40	186,00	100	17,20	14,60	12,40	186,00
7	7. Фруктовый сок	200	0,60	0,40	32,60	140,00	200	0,60	0,40	32,60	140,00
8	8. Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	40	3,04	0,32	19,68	94,00
9	9. Хлеб ржаной	40	2,24	0,44	19,76	92,80	40	2,24	0,44	19,76	92,80
всего за обед			32,44	33,48	144,64	952,36	32,95	35,21	148,77	986,54	



МЕНЮ
22.06.2025 год

Завтрак

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции 7-11 лет	Пищевые вещества (г) 7-11 лет			Энергетическая ценность (ккал) 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества (г) 12-18 лет			Энергетическая ценность (ккал) 12-18 лет
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1											
2	1.Оладьи на муке с джемом	200	14,80	22,31	110,43	697,84	200	14,80	22,31	110,43	697,84
2	2.Компот на смеси сухофруктов	200	0,35	0,06	22,79	93,84	200	0,35	0,06	22,79	93,84
3	3.Бюбюлю	100	0,35	0,35	8,67	41,58	100	0,35	0,35	8,67	41,58
всего за завтрак			15,51	22,71	141,89	833,26		15,51	22,71	141,89	833,26

обед

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции 7-11 лет	Пищевые вещества (г) 7-11 лет			Энергетическая ценность (ккал) 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества (г) 12-18 лет			Энергетическая ценность (ккал) 12-18 лет
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1	1.Помидор свежий (нарезка)	100	1,10	0,20	3,80	24,00	100	1,10	0,20	3,80	24,00
2	2.Огурец свежий (нарезка)	50	0,35	0,05	0,95	5,50	50	0,35	0,05	0,95	5,50
3	3.Шниц из свиной вырезки с картофелем со сметаной	200	3,31	4,91	17,99	130,98	250	4,14	6,13	22,48	163,73
4	4.Плов с мясом курдюки	200	14,69	14,89	36,49	338,66	200	14,69	14,89	36,49	338,66
5	5.Чай с сахаром и лимоном	200	0,18	0,02	20,49	86,88	200	0,18	0,02	20,49	86,88
6	6.Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	40	3,04	0,32	19,68	94,00
7	7.Хлеб ржаной	40	2,24	0,44	19,76	92,80	40	2,24	0,44	19,76	92,80
всего за обед			24,91	20,83	119,15	772,82		25,74	22,05	123,65	805,56

МЕНЮ
23.06.2025 год

Завтрак

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции 7-11 лет	Пищевые вещества (г) 7-11 лет			Энергетическая ценность (ккал) 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества (г) 12-18 лет			Энергетическая ценность (ккал) 12-18 лет
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1											
2	1.Банан	100	1,50	0,50	21,00	96,00	100	1,50	0,50	21,00	96,00
2	2.Сметанный соус	10	0,31	2,42	0,69	26,01	10	0,31	2,42	0,69	26,01
3	3.Кобейный напиток на молоке	200	2,42	2,40	23,89	128,10	200	2,42	2,40	23,89	128,10
4	4.Блишечки с джемом	200	27,40	36,20	32,20	556,60	200	27,40	36,20	32,20	556,60
всего за завтрак			31,63	41,52	77,78	806,71		31,63	41,52	77,78	806,71

обед

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции 7-11 лет	Пищевые вещества (г) 7-11 лет			Энергетическая ценность (ккал) 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества (г) 12-18 лет			Энергетическая ценность (ккал) 12-18 лет
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1	1.Помидор свежий (нарезка)	50	0,55	0,10	1,90	12,00	50	0,55	0,10	1,90	12,00
2	2.Огурец свежий (нарезка)	100	0,70	0,10	1,90	11,00	100	0,70	0,10	1,90	11,00
3	3.Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,39	2,36	17,30	100,35	250	2,99	2,96	21,62	125,44
4	4.Куря отварные	100	25,44	25,72	0,00	332,70	100	25,44	25,72	0,00	332,70
5	5.Помидорный соус	30	0,48	2,51	2,69	35,52	30	0,48	2,51	2,69	35,52
6	6.Картофельное пюре	180	3,99	5,37	25,28	166,28	180	3,99	5,37	25,28	166,28
7	7.Фруктовый сок	200	1,00	0,20	20,20	92,00	200	1,00	0,20	20,20	92,00
8	8.Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	40	3,04	0,32	19,68	94,00
9	9.Хлеб ржаной	40	2,24	0,44	19,76	92,80	40	2,24	0,44	19,76	92,80
всего за обед			39,84	37,13	108,71	936,65		40,44	37,72	113,03	961,73



МЕНЮ
24.06.2026 ГОДА

ЗАВТРАК

№ п/п	Продукты питания, наименование блюда	Масса порции 7-11 лет	Пищевые вещества (г) 7-11 лет			Энергетическая ценность (ккал) 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества (г) 12-18 лет			Энергетическая ценность (ккал) 12-18 лет
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1	1. Наша рисовая молочная	200	4,90	6,88	36,86	230,18	200	4,90	6,88	36,86	230,18
2	2. Чай с сахаром	200	0,04	0,00	15,05	61,83	200	0,04	0,00	15,05	61,83
3	3. Яблоко вареное	60	5,08	4,60	0,28	62,80	60	5,08	4,60	0,28	286,86
4	4. Батон нарезанной с маслом и сыром	60	9,91	19,31	17,81	286,86	60	9,91	19,31	17,81	286,86
всего за завтрак			19,93	30,78	69,99	641,67		19,93	30,78	69,99	641,67

ОБЕДА

№ п/п	Продукты питания, наименование блюда	Масса порции 7-11 лет	Пищевые вещества (г) 7-11 лет			Энергетическая ценность (ккал) 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества (г) 12-18 лет			Энергетическая ценность (ккал) 12-18 лет
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1	1. Груша	100	0,35	0,27	9,11	41,58	100	0,35	0,27	9,11	41,58
2	2. Помидор свежий (нарезан)	50	0,55	0,10	1,90	12,00	50	0,55	0,10	1,90	12,00
3	3. Огурец свежий (нарезан)	50	0,35	0,05	0,95	5,50	50	0,35	0,05	0,95	5,50
4	4. Ци на свежем капусте с картофельном со сметаной	200	3,31	4,91	17,99	130,98	250	4,14	6,13	22,48	163,73
5	5. Томатный соус	30	0,48	2,51	2,69	35,52	30	0,48	2,51	2,69	35,52
6	6. Макароны из твердых сортов пшеницы	180	5,99	8,13	38,14	249,84	180	5,99	8,13	38,14	249,84
7	7. Котлета натуральная на филе тлчи	100	17,20	14,60	12,40	186,00	100	17,20	14,60	12,40	186,00
8	8. Компот из свежих сухофруктов	200	0,35	0,06	22,79	93,84	200	0,35	0,06	22,79	93,84
9	9. Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	40	3,04	0,32	19,68	94,00
10	10. Хлеб ржаной	40	2,24	0,44	19,76	92,80	40	2,24	0,44	19,76	92,80
всего за обед			33,87	31,38	145,41	942,06		34,70	32,60	149,91	974,80



МЕНЮ

25.06.2026 ГОДА

ЗАВТРАК

№ п/п	Продукты питания, наименование блюда	Масса порции 7-11 лет	Пищевые вещества (г) 7-11 лет			Энергетическая ценность (ккал) 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества (г) 12-18 лет			Энергетическая ценность (ккал) 12-18 лет
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1	1. Вареники с картошкой	200	12,00	22,00	64,00	500,00	200	12,00	22,00	64,00	500,00
2	2. Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10	10	0,08	7,25	0,13	66,10
3	3. Чай с сахаром и лимоном	200	0,18	0,02	20,49	86,88	200	0,18	0,02	20,49	86,88
4	4. Яблоко	100	0,35	0,35	8,67	41,58	100	0,35	0,35	8,67	41,58
всего за завтрак			12,61	29,62	93,29	694,56		12,61	29,62	93,29	694,56

ОБЕДА

№ п/п	Продукты питания, наименование блюда	Масса порции 7-11 лет	Пищевые вещества (г) 7-11 лет			Энергетическая ценность (ккал) 7-11 лет	Масса порции 12-18 лет	Пищевые вещества (г) 12-18 лет			Энергетическая ценность (ккал) 12-18 лет
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1	1. Помидор свежий (нарезан)	50	0,55	0,10	1,90	12,00	50	0,55	0,10	1,90	12,00
2	2. Огурец свежий (нарезан)	50	0,35	0,05	0,95	5,50	50	0,35	0,05	0,95	5,50
3	3. Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,39	2,36	17,30	100,35	250	2,99	2,96	21,62	125,44
4	4. Котлета мясная (поп/фр/б/на/т)	100	19,80	21,59	6,59	299,80	100	19,80	21,59	6,59	299,80
5	5. Томатный соус	30	0,48	2,51	2,69	35,52	30	0,48	2,51	2,69	35,52
6	6. Картофельное пюре	180	3,99	5,37	25,28	166,28	180	3,99	5,37	25,28	166,28
7	7. Фруктовый сок	200	1,00	0,20	20,20	92,00	200	1,00	0,20	20,20	92,00
8	8. Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	40	3,04	0,32	19,68	94,00
9	9. Хлеб ржаной	40	2,24	0,44	19,76	92,80	40	2,24	0,44	19,76	92,80
всего за обед			33,84	32,95	114,35	899,25		34,44	33,54	118,68	923,34

