

Согласовано:
Директор



Утверждаю
И.о. директора ООО "Школьное питание"
А.П. Стрижевская

Примерное двухнедельное меню для школьных столовых (завтраки, обеды, полдники и дополнительное горячее питание) для обучающихся 5-11 классов (категория 12 лет и старше) для льготных категорий и за родительскую плату

(Разработано в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20)

| Неде- ля | День неде- ли | Прием пищи | N рец. | Блюдо | Выход, г | Цена, руб. | Энерге- тическая ценность, ккал | Пищевая ценность, г | | |
|---|---------------------|----------------------------|--------|---|-------------|---------------|--|---------------------|------|----------|
| | | | | | | | | белки | жиры | углеводы |
| ЗАВТРАК и ОБЕД бесплатное горячее двухразовое питание обучающихся с ОВЗ | | | | | | | | | | |
| 1 | 1 | Завтрак | 311 | Каша рисовая молочная с маслом сливочным | 200 | 35 | 287 | 18 | 17 | 16 |
| | | | 693 | Какао на молоке | 200 | 27 | 176 | 4 | 4 | 31 |
| | | | 3 | Бутерброд с сыром на батоне | 50 | 45 | 157 | 9 | 8 | 11 |
| | | | пр.пр | Фрукт | 100 | 20 | 55 | 1 | 1 | 16 |
| Итого за завтрак | | | | | 550 | 127 | 675 | 32 | 30 | 74 |
| 1 | 1 | Обед | 132 | Суп из овощей со сметаной | 250 | 40 | 135 | 5 | 7 | 12 |
| | | | 401 | Рулетик мясной запеченный | 105 | 50 | 200 | 16 | 11 | 9 |
| | | | 516 | Макаронные изделия отварные с овощной гарнировкой | 200 | 50 | 261 | 10 | 10 | 44 |
| | | | 635 | Компот | 200 | 20 | 126 | 0 | 0 | 31 |
| | | | пр.пр. | Хлеб пшеничный | 30 | 5 | 101 | 4 | 1 | 18 |
| | | | пр.пр | Хлеб черный | 20 | 5 | 44 | 2 | 0 | 8 |
| Итого за обед | | | | | 805 | 170 | 867 | 37 | 29 | 122 |
| Итого за завтрак и обед | | | | | 1355 | 297 | 1542 | 69 | 59 | 196 |
| ЗАВТРАК за родительскую плату | | | | | | | | | | |
| 1 | 1 | Завтрак | 311 | Каша рисовая молочная с маслом сливочным | 200 | 35 | 287 | 18 | 17 | 16 |
| | | | 693 | Какао на молоке | 200 | 27 | 176 | 4 | 4 | 31 |
| | | | 3 | Бутерброд с сыром на батоне | 50 | 45 | 157 | 9 | 8 | 11 |
| | | | пр.пр | Фрукт | 100 | 20 | 55 | 1 | 1 | 16 |
| Итого за завтрак | | | | | 550 | 127 | 675 | 32 | 30 | 74 |
| ОБЕД за родительскую плату и для льготных категорий учащихся | | | | | | | | | | |
| 1 | 1 | Обед | 132 | Суп из овощей со сметаной | 250 | 40 | 135 | 5 | 7 | 12 |
| | | | 401 | Рулетик мясной запеченный | 105 | 50 | 200 | 16 | 11 | 9 |
| | | | 516 | Макаронные изделия отварные с овощной гарнировкой | 200 | 50 | 261 | 10 | 10 | 44 |
| | | | 635 | Компот | 200 | 20 | 126 | 0 | 0 | 31 |
| | | | пр.пр. | Хлеб пшеничный | 30 | 5 | 101 | 4 | 1 | 18 |
| | | | пр.пр | Хлеб черный | 20 | 5 | 44 | 2 | 0 | 8 |
| Итого за обед | | | | | 805 | 170 | 867 | 37 | 29 | 122 |
| ПОЛДНИК за родительскую плату | | | | | | | | | | |
| 1 | 1 | Полдник | 1060 | Изделие слоеное с повидлом | 60 | 25 | 206 | 1 | 12 | 31 |
| | | | Ттк 82 | Кисель | 200 | 20 | 105 | 0 | 0 | 26 |
| Итого за полдник | | | | | 260 | 45 | 311 | 1 | 12 | 57 |
| Бесплатное дополнительное горячее питание (ужин) | | | | | | | | | | |
| 1 | 1 | доп. горячее питание | Ттк 2 | Бифштекс "Школьный" | 55 | 56 | 100 | 9 | 5 | 6 |
| | | | 36 | Рис припущенный | 150 | 17 | 216 | 4 | 9 | 36 |
| | | | пр.пр. | Хлеб пшеничный | 30 | 5 | 101 | 4 | 1 | 18 |
| | | | 628 | Чай с сахаром | 200 | 5 | 58 | 0 | 0 | 15 |
| Итого за ужин | | | | | 435 | 83 | 475 | 17 | 15 | 75 |
| Итого за день | | | | | 2050 | | 2328 | 87 | 86 | 328 |

| Неде- ля | День неде- ли | Прием пищи | N рец. | Блюдо | Выход, г | Цена, руб. | Энерге- тическая ценность, ккал | Пищевая ценность, г | | |
|---|---------------------|----------------------------|--------|--------------------------------------|-------------|---------------|--|---------------------|------|----------|
| | | | | | | | | белки | жиры | углеводы |
| ЗАВТРАК и ОБЕД бесплатное горячее двухразовое питание обучающихся с ОВЗ | | | | | | | | | | |
| 1 | 2 | Завтрак | 365 | Пудинг творожный с топпингом | 230 | 92 | 450 | 16 | 18 | 55 |
| | | | пр.пр. | Батон | 20 | 5 | 53 | 1 | 1 | 5 |
| | | | 629 | Чай с сахаром, лимоном | 215 | 9 | 62 | 0 | 0 | 15 |
| | | | пр.пр. | Фрукт | 100 | 20 | 55 | 1 | 1 | 16 |
| Итого за завтрак | | | | | 565 | 126 | 620 | 18 | 20 | 91 |
| 1 | 2 | Обед | 110 | Борщ из свежей капусты со сметаной | 250 | 40 | 128 | 2 | 7 | 13 |
| | | | ТТК 68 | Мясо "Пикантное" | 120 | 87 | 293 | 20 | 18 | 12 |
| | | | 523 | Каша гречневая с овощной гарнировкой | 200 | 23 | 275 | 8 | 8 | 38 |
| | | | 699 | Компот | 200 | 10 | 182 | 0 | 0 | 46 |
| | | | пр.пр. | Хлеб пшеничный | 30 | 5 | 101 | 4 | 1 | 18 |
| | | | пр.пр. | Хлеб черный | 20 | 5 | 44 | 2 | 0 | 8 |
| Итого за обед | | | | | 820 | 170 | 1023 | 36 | 34 | 135 |
| Итого за завтрак и обед | | | | | 1385 | 297 | 1643 | 54 | 54 | 226 |
| ЗАВТРАК за родительскую плату | | | | | | | | | | |
| 1 | 2 | Завтрак | 365 | Пудинг творожный с топпингом | 230 | 93 | 450 | 16 | 18 | 55 |
| | | | пр.пр. | Батон | 20 | 5 | 53 | 1 | 1 | 5 |
| | | | 629 | Чай с сахаром, лимоном | 215 | 9 | 62 | 0 | 0 | 15 |
| | | | пр.пр. | Фрукт | 100 | 20 | 55 | 1 | 1 | 16 |
| Итого за завтрак | | | | | 565 | 127 | 620 | 18 | 20 | 91 |
| ОБЕД за родительскую плату и для льготных категорий учащихся | | | | | | | | | | |
| 1 | 2 | Обед | 110 | Борщ из свежей капусты со сметаной | 250 | 40 | 128 | 2 | 7 | 13 |
| | | | ТТК 68 | Мясо "Пикантное" | 120 | 87 | 293 | 20 | 18 | 12 |
| | | | 523 | Каша гречневая с овощной гарнировкой | 200 | 23 | 275 | 8 | 8 | 38 |
| | | | 699 | Компот | 200 | 10 | 182 | 0 | 0 | 46 |
| | | | пр.пр. | Хлеб пшеничный | 30 | 5 | 101 | 4 | 1 | 18 |
| | | | пр.пр. | Хлеб черный | 20 | 5 | 44 | 2 | 0 | 8 |
| Итого за обед | | | | | 820 | 170 | 1023 | 36 | 34 | 135 |
| ПОЛДНИК за родительскую плату | | | | | | | | | | |
| 1 | 2 | Полдник | пр.пр. | Изделие "Сдобное " | 50 | 25 | 158 | 5 | 8 | 16 |
| | | | 697 | Молоко цельное | 200 | 20 | 126 | 6 | 7 | 10 |
| Итого за полдник | | | | | 250 | 45 | 284 | 11 | 15 | 26 |
| Бесплатное дополнительное горячее питание (ужин) | | | | | | | | | | |
| 1 | 2 | доп. горячее питание | Ттк 50 | Котлета "Детская" | 75 | 58 | 196 | 15 | 12 | 10 |
| | | | 534 | Капуста тушеная свежая | 150 | 15 | 145 | 3 | 10 | 15 |
| | | | пр.пр. | Хлеб пшеничный | 30 | 5 | 101 | 4 | 1 | 18 |
| | | | 628 | Чай с сахаром | 200 | 5 | 58 | 0 | 0 | 15 |
| Итого за ужин | | | | | 455 | 83 | 500 | 22 | 23 | 58 |
| Итого за день | | | | | 2090 | | 1404 | 51 | 58 | 175 |

| Неде- ля | День неде- ли | Прием пищи | N рец. | Блюдо | Выход, г | Цена, руб. | Энерге- тическая ценность, ккал | Пищевая ценность, г | | |
|---|---------------------|----------------------------|----------|--|-------------|---------------|--|---------------------|------|----------|
| | | | | | | | | белки | жиры | углеводы |
| ЗАВТРАК и ОБЕД бесплатное горячее двухразовое питание обучающихся с ОВЗ | | | | | | | | | | |
| 1 | 3 | Завтрак | 114, 516 | Фрикадель паровая мясная с макаронными изделиями отварными | 230 | 77 | 356 | 13 | 17 | 39 |
| | | | 705 | Отвар из шиповника | 200 | 11 | 96 | 0 | 0 | 24 |
| | | | пр.пр | Батон | 20 | 5 | 53 | 1 | 1 | 5 |
| | | | пр.пр | Йогурт | 125 | 34 | 87 | 3 | 3 | 11 |
| Итого за завтрак | | | | | 575 | 127 | 592 | 17 | 21 | 79 |
| 1 | 3 | Обед | 355 | Суп "Детский" с гренками | 250 | 40 | 241 | 8 | 11 | 29 |
| | | | 401 | Пудинг рыбный | 120 | 75 | 144 | 13 | 7 | 10 |
| | | | 472 | Пюре картофельное | 180 | 40 | 210 | 5 | 12 | 32 |
| | | | 628 | Чай с сахаром | 200 | 5 | 58 | 0 | 0 | 15 |
| | | | пр.пр. | Хлеб пшеничный | 30 | 5 | 101 | 4 | 1 | 18 |
| | | | пр.пр. | Хлеб черный | 20 | 5 | 44 | 2 | 0 | 8 |
| Итого за обед | | | | | 800 | 170 | 798 | 32 | 31 | 112 |
| Итого за завтрак и обед | | | | | 1375 | 297 | 1390 | 49 | 52 | 191 |
| ЗАВТРАК за родительскую плату | | | | | | | | | | |
| 1 | 3 | Завтрак | 114, 516 | Фрикадель паровая мясная с макаронными изделиями отварными | 230 | 77 | 356 | 13 | 17 | 39 |
| | | | 705 | Отвар из шиповника | 200 | 11 | 96 | 0 | 0 | 24 |
| | | | пр.пр | Батон | 20 | 5 | 53 | 1 | 1 | 5 |
| | | | пр.пр | Йогурт | 125 | 34 | 87 | 3 | 3 | 11 |
| Итого за завтрак | | | | | 575 | 127 | 592 | 17 | 21 | 79 |
| ОБЕД за родительскую плату и для льготных категорий учащихся | | | | | | | | | | |
| 1 | 3 | Обед | 355 | Суп "Детский" с гренками | 250 | 40 | 241 | 8 | 11 | 29 |
| | | | 401 | Пудинг рыбный | 120 | 75 | 144 | 13 | 7 | 10 |
| | | | 472 | Пюре картофельное | 180 | 40 | 210 | 5 | 12 | 32 |
| | | | 628 | Чай с сахаром | 200 | 5 | 58 | 0 | 0 | 15 |
| | | | пр.пр. | Хлеб пшеничный | 30 | 5 | 101 | 4 | 1 | 18 |
| | | | пр.пр. | Хлеб черный | 20 | 5 | 44 | 2 | 0 | 8 |
| Итого за обед | | | | | 800 | 170 | 798 | 32 | 31 | 112 |
| ПОЛДНИК за родительскую плату | | | | | | | | | | |
| 1 | 3 | Полдник | ттк45 | Изделие творожнопесочное | 50 | 20 | 150 | 4 | 9 | 26 |
| | | | 162 | Сок "Фруктовый" | 200 | 25 | 92 | 1 | 0 | 22 |
| Итого за полдник | | | | | 250 | 45 | 242 | 5 | 9 | 48 |
| Бесплатное дополнительное горячее питание (ужин) | | | | | | | | | | |
| 1 | 3 | доп. горячее питание | 461 | Тефтели в бульоне | 110 | 56 | 119 | 14 | 16 | 5 |
| | | | 523 | Каша гречневая вязкая | 150 | 17 | 221 | 4 | 7 | 22 |
| | | | пр.пр. | Булка "Крестьянская" | 30 | 5 | 101 | 4 | 1 | 18 |
| | | | 628 | Чай с сахаром | 200 | 5 | 58 | 0 | 0 | 15 |
| Итого за ужин | | | | | 490 | 83 | 499 | 22 | 24 | 60 |
| Итого за день | | | | | 2115 | | 1333 | 44 | 54 | 187 |

| Неде- ля | День неде- ли | Прием пищи | N рец. | Блюдо | Выход, г | Цена, руб. | Энерге- тическая ценность, ккал | Пищевая ценность, г | | |
|---|---------------------|----------------------------|--------|---|-------------|---------------|--|---------------------|------|----------|
| | | | | | | | | белки | жиры | углеводы |
| ЗАВТРАК и ОБЕД бесплатное горячее двухразовое питание обучающихся с ОВЗ | | | | | | | | | | |
| 1 | 4 | Завтрак | 311 | Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 250 | 35 | 330 | 16 | 18 | 31 |
| | | | 629 | Чай с сахаром, лимоном | 215 | 9 | 62 | 0 | 0 | 15 |
| | | | Ттк56 | Детский бургер | 100 | 83 | 212 | 9 | 8 | 26 |
| Итого за завтрак | | | | | 565 | 127 | 604 | 25 | 26 | 72 |
| 1 | 4 | Обед | 140 | Суп картофельный с вермишелью | 250 | 40 | 168 | 13 | 5 | 18 |
| | | | 437 | Мясо, тушенное в соусе овощном со сметаной | 120 | 87 | 297 | 25 | 20 | 13 |
| | | | 36 | Рис припущенный | 180 | 18 | 216 | 4 | 9 | 36 |
| | | | 65 | Компот | 200 | 15 | 182 | 0 | 0 | 46 |
| | | | пр.пр. | Хлеб пшеничный | 30 | 5 | 101 | 4 | 1 | 18 |
| | | | пр.пр. | Хлеб черный | 20 | 5 | 44 | 2 | 0 | 8 |
| Итого за обед | | | | | 800 | 170 | 1008 | 48 | 35 | 139 |
| Итого за завтрак и обед | | | | | 1365 | 297 | 1612 | 73 | 61 | 211 |
| ЗАВТРАК за родительскую плату | | | | | | | | | | |
| 1 | 4 | Завтрак | 311 | Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 250 | 35 | 330 | 16 | 18 | 31 |
| | | | 629 | Чай с сахаром, лимоном | 215 | 9 | 62 | 0 | 0 | 15 |
| | | | Ттк56 | Детский бургер | 100 | 83 | 212 | 9 | 8 | 26 |
| Итого за завтрак | | | | | 565 | 127 | 604 | 25 | 26 | 72 |
| ОБЕД за родительскую плату и для льготных категорий учащихся | | | | | | | | | | |
| 1 | 4 | Обед | 140 | Суп картофельный с вермишелью | 250 | 40 | 168 | 13 | 5 | 18 |
| | | | 437 | Мясо, тушенное в соусе овощном со сметаной | 120 | 87 | 297 | 25 | 20 | 13 |
| | | | 36 | Рис припущенный | 180 | 18 | 216 | 4 | 9 | 36 |
| | | | 65 | Компот | 200 | 15 | 182 | 0 | 0 | 46 |
| | | | пр.пр. | Хлеб пшеничный | 30 | 5 | 101 | 4 | 1 | 18 |
| | | | пр.пр. | Хлеб черный | 20 | 5 | 44 | 2 | 0 | 8 |
| Итого за обед | | | | | 800 | 170 | 1008 | 48 | 35 | 139 |
| ПОЛДНИК за родительскую плату | | | | | | | | | | |
| 1 | 4 | Полдник | 1091 | Пирожок слоеный с вишней | 60 | 40 | 180 | 1 | 12 | 31 |
| | | | 628 | Чай с сахаром | 200 | 5 | 58 | 0 | 0 | 15 |
| Итого за полдник | | | | | 260 | 45 | 238 | 1 | 12 | 46 |
| Бесплатное дополнительное горячее питание (ужин) | | | | | | | | | | |
| 1 | 4 | доп. горячее питание | 451 | Биточки мясные | 75 | 53 | 306 | 13 | 19 | 21 |
| | | | 486 | Рагу овощное | 150 | 20 | 145 | 3 | 8 | 16 |
| | | | пр.пр. | Хлеб пшеничный | 30 | 5 | 101 | 4 | 1 | 18 |
| | | | 628 | Чай с сахаром | 200 | 5 | 58 | 0 | 0 | 15 |
| Итого за ужин | | | | | 455 | 83 | 610 | 20 | 28 | 70 |
| Итого за день | | | | | 2080 | | 1452 | 46 | 66 | 188 |

| Неде- ля | День неде- ли | Прием пищи | N рец. | Блюдо | Выход, г | Цена, руб. | Энерге- тичная ценность, ккал | Пищевая ценность, г | | |
|---|---------------------|----------------------------|--------|--|-------------|---------------|--|---------------------|------|----------|
| | | | | | | | | белки | жиры | углеводы |
| ЗАВТРАК и ОБЕД бесплатное горячее двухразовое питание обучающихся с ОВЗ | | | | | | | | | | |
| 1 | 5 | Завтрак | 160 | Суп молочный с макаронными изделиями | 250 | 57 | 231 | 7 | 11 | 27 |
| | | | пр.пр. | Творожок | 80 | 60 | 137 | 6 | 4 | 20 |
| | | | 628 | Чай с сахаром | 200 | 5 | 58 | 0 | 0 | 15 |
| | | | пр.пр. | Батон | 20 | 5 | 53 | 1 | 1 | 5 |
| Итого за завтрак | | | | | 550 | 127 | 479 | 14 | 16 | 67 |
| 1 | 5 | Обед | 132 | Рассольник "Ленинградский" со сметаной | 250 | 40 | 131 | 4 | 5 | 18 |
| | | | 765 | Запеканка картофельная с мясом с овощной гарнировкой | 300 | 115 | 554 | 28 | 27 | 46 |
| | | | 628 | Чай с сахаром | 200 | 5 | 58 | 0 | 0 | 15 |
| | | | пр.пр. | Хлеб пшеничный | 30 | 5 | 101 | 4 | 1 | 18 |
| | | | пр.пр. | Хлеб черный | 20 | 5 | 44 | 2 | 0 | 8 |
| Итого за обед | | | | | 800 | 170 | 888 | 38 | 33 | 105 |
| Итого за завтрак и обед | | | | | 1350 | 297 | 1367 | 52 | 49 | 172 |
| ЗАВТРАК за родительскую плату | | | | | | | | | | |
| 1 | 5 | Завтрак | 160 | Суп молочный с макаронными изделиями | 250 | 57 | 231 | 7 | 11 | 27 |
| | | | пр.пр. | Творожок | 100 | 60 | 137 | 6 | 4 | 20 |
| | | | 628 | Чай с сахаром | 200 | 5 | 58 | 0 | 0 | 15 |
| | | | пр.пр. | Батон | 20 | 5 | 53 | 1 | 1 | 5 |
| Итого за завтрак | | | | | 570 | 127 | 479 | 14 | 16 | 67 |
| ОБЕД за родительскую плату и для льготных категорий учащихся | | | | | | | | | | |
| 1 | 5 | Обед | 132 | Рассольник "Ленинградский" со сметаной | 250 | 40 | 131 | 4 | 5 | 18 |
| | | | 765 | Запеканка картофельная с мясом с овощной гарнировкой | 300 | 115 | 554 | 28 | 27 | 46 |
| | | | 628 | Чай с сахаром | 200 | 5 | 58 | 0 | 0 | 15 |
| | | | пр.пр. | Хлеб пшеничный | 30 | 5 | 101 | 4 | 1 | 18 |
| | | | пр.пр. | Хлеб черный | 20 | 5 | 44 | 2 | 0 | 8 |
| Итого за обед | | | | | 800 | 170 | 888 | 38 | 33 | 105 |
| ПОЛДНИК за родительскую плату | | | | | | | | | | |
| 1 | 5 | Полдник | Ттк45 | Изделие из дрожжевого теста | 65 | 20 | 194 | 5 | 6 | 30 |
| | | | 162 | Сок "Фруктовый" | 200 | 25 | 92 | 1 | 0 | 22 |
| Итого за полдник | | | | | 265 | 45 | 286 | 6 | 6 | 52 |
| Бесплатное дополнительное горячее питание (ужин) | | | | | | | | | | |
| 1 | 5 | доп. горячее питание | 401 | Рулет мясной запеченный | 75 | 58 | 141 | 12 | 8 | 6 |
| | | | 516 | Макаронные изделия отварные | 150 | 15 | 225 | 5 | 8 | 33 |
| | | | пр.пр. | Хлеб пшеничный | 30 | 5 | 101 | 4 | 1 | 18 |
| | | | 628 | Чай с сахаром | 200 | 5 | 58 | 0 | 0 | 15 |
| Итого за ужин | | | | | 455 | 83 | 525 | 21 | 17 | 72 |
| Итого за день | | | | | 2070 | | 864 | 28 | 24 | 129 |

| Неде- ля | День неде- ли | Прием пищи | N рец. | Блюдо | Выход, г | Цена, руб. | Энерге- тическая ценность, ккал | Пищевая ценность, г | | |
|---|---------------------|----------------------------|--------|---|-------------|---------------|--|---------------------|------|----------|
| | | | | | | | | белки | жиры | углеводы |
| ЗАВТРАК и ОБЕД бесплатное горячее двухразовое питание обучающихся с ОВЗ | | | | | | | | | | |
| 2 | 1 | Завтрак | 311 | Каша пшенная молочная с маслом сливочным | 200 | 35 | 319 | 15 | 12 | 24 |
| | | | 693 | Какао на молоке | 200 | 27 | 176 | 4 | 4 | 31 |
| | | | 3 | Бутерброд с сыром на батоне | 50 | 45 | 157 | 9 | 8 | 11 |
| | | | пр.пр. | Фрукт | 100 | 20 | 55 | 1 | 1 | 16 |
| Итого за завтрак | | | | | 550 | 127 | 707 | 29 | 25 | 82 |
| 2 | 1 | Обед | 133 | Суп картофельный с рыбными консервами | 250 | 40 | 150 | 10 | 8 | 10 |
| | | | 416 | Биточки мясные | 100 | 60 | 306 | 13 | 19 | 21 |
| | | | 516 | Макаронные изделия отварные с овощной гарнировкой | 200 | 40 | 261 | 10 | 10 | 44 |
| | | | Ттк 82 | Кисель | 200 | 20 | 105 | 0 | 0 | 26 |
| | | | пр.пр. | Хлеб пшеничный | 30 | 5 | 101 | 4 | 1 | 18 |
| | | | пр.пр. | Хлеб черный | 20 | 5 | 44 | 2 | 0 | 8 |
| Итого за обед | | | | | 800 | 170 | 967 | 39 | 38 | 127 |
| Итого за завтрак и обед | | | | | 1350 | 297 | 1674 | 68 | 63 | 209 |
| ЗАВТРАК за родительскую плату | | | | | | | | | | |
| 2 | 1 | Завтрак | 311 | Каша пшенная молочная с маслом сливочным | 200 | 35 | 319 | 15 | 12 | 24 |
| | | | 693 | Какао на молоке | 200 | 27 | 176 | 4 | 4 | 31 |
| | | | 3 | Бутерброд с сыром на батоне | 50 | 45 | 157 | 9 | 8 | 11 |
| | | | пр.пр. | Фрукт | 100 | 20 | 55 | 1 | 1 | 16 |
| Итого за завтрак | | | | | 550 | 127 | 707 | 29 | 25 | 82 |
| ОБЕД за родительскую плату и для льготных категорий учащихся | | | | | | | | | | |
| 2 | 1 | Обед | 133 | Суп картофельный с рыбными консервами | 250 | 40 | 150 | 10 | 8 | 10 |
| | | | 451 | Биточки мясные | 100 | 60 | 306 | 13 | 19 | 21 |
| | | | 516 | Макаронные изделия отварные с овощной гарнировкой | 200 | 40 | 261 | 10 | 10 | 44 |
| | | | Ттк 82 | Кисель | 200 | 20 | 105 | 0 | 0 | 26 |
| | | | пр.пр. | Хлеб пшеничный | 30 | 5 | 101 | 4 | 1 | 18 |
| | | | пр.пр. | Хлеб черный | 20 | 5 | 44 | 2 | 0 | 8 |
| Итого за обед | | | | | 800 | 170 | 967 | 39 | 38 | 127 |
| ПОЛДНИК за родительскую плату | | | | | | | | | | |
| 2 | 1 | Полдник | пр.пр. | Булочка "Бриошь" | 50 | 40 | 158 | 4 | 5 | 36 |
| | | | 628 | Чай с сахаром | 200 | 5 | 58 | 0 | 0 | 15 |
| Итого за полдник | | | | | 250 | 45 | 216 | 4 | 5 | 51 |
| Бесплатное дополнительное горячее питание (ужин) | | | | | | | | | | |
| 2 | 1 | доп. горячее питание | 401 | Гуляш | 100 | 56 | 132 | 14 | 6 | 4 |
| | | | 523 | Каша гречневая вязкая | 150 | 17 | 221 | 4 | 7 | 22 |
| | | | пр.пр. | Хлеб пшеничный | 30 | 5 | 101 | 4 | 1 | 18 |
| | | | 628 | Чай с сахаром | 200 | 5 | 58 | 0 | 0 | 15 |
| Итого за ужин | | | | | 480 | 83 | 512 | 22 | 14 | 59 |
| Итого за день | | | | | 2080 | | 1435 | 55 | 44 | 192 |

| Неде- ля | День неде- ли | Прием пищи | N рец. | Блюдо | Выход, г | Цена, руб. | Энерге- тическая ценность, ккал | Пищевая ценность, г | | |
|---|---------------------|----------------------------|--------|------------------------------------|-------------|---------------|--|---------------------|------|----------|
| | | | | | | | | белки | жиры | углеводы |
| ЗАВТРАК и ОБЕД бесплатное горячее двухразовое питание обучающихся с ОВЗ | | | | | | | | | | |
| 2 | 2 | Завтрак | 365 | Суфле творожное с топпингом | 230 | 93 | 444 | 18 | 18 | 58 |
| | | | 629 | Чай с сахаром, лимоном | 215 | 9 | 62 | 0 | 0 | 15 |
| | | | пр.пр. | Батон | 20 | 5 | 53 | 1 | 1 | 5 |
| | | | пр.пр. | Фрукт | 100 | 20 | 55 | 1 | 1 | 16 |
| Итого за завтрак | | | | | 565 | 127 | 614 | 20 | 20 | 94 |
| 2 | 2 | Обед | 110 | Борщ из свежей капусты со сметаной | 250 | 40 | 128 | 2 | 7 | 13 |
| | | | 449 | Плов с мясом с овощной гарнировкой | 300 | 100 | 480 | 26 | 21 | 65 |
| | | | 635 | Компот | 200 | 20 | 125 | 0 | 0 | 31 |
| | | | пр.пр. | Хлеб пшеничный | 30 | 5 | 101 | 4 | 1 | 18 |
| | | | пр.пр. | Хлеб черный | 20 | 5 | 44 | 2 | 0 | 8 |
| Итого за обед | | | | | 800 | 170 | 878 | 34 | 29 | 135 |
| Итого за завтрак и обед | | | | | 1365 | 297 | 1492 | 54 | 49 | 229 |
| ЗАВТРАК за родительскую плату | | | | | | | | | | |
| 2 | 2 | Завтрак | 365 | Суфле творожное с топпингом | 230 | 93 | 444 | 18 | 18 | 58 |
| | | | 629 | Чай с сахаром, лимоном | 215 | 9 | 62 | 0 | 0 | 15 |
| | | | пр.пр. | Батон | 20 | 5 | 53 | 1 | 1 | 5 |
| | | | пр.пр. | Фрукт | 100 | 20 | 55 | 1 | 1 | 16 |
| Итого за завтрак | | | | | 565 | 127 | 614 | 20 | 20 | 94 |
| ОБЕД за родительскую плату и для льготных категорий учащихся | | | | | | | | | | |
| 2 | 2 | Обед | 110 | Борщ из свежей капусты со сметаной | 250 | 40 | 128 | 2 | 7 | 13 |
| | | | 449 | Плов с мясом с овощной гарнировкой | 300 | 100 | 480 | 26 | 21 | 65 |
| | | | 635 | Компот | 200 | 20 | 125 | 0 | 0 | 31 |
| | | | пр.пр. | Хлеб пшеничный | 30 | 5 | 101 | 4 | 1 | 18 |
| | | | пр.пр. | Хлеб черный | 20 | 5 | 44 | 2 | 0 | 8 |
| Итого за обед | | | | | 800 | 170 | 878 | 34 | 29 | 135 |
| ПОЛДНИК за родительскую плату | | | | | | | | | | |
| 2 | 2 | Полдник | 107 | Булочка "Ванильная" | 75 | 23 | 220 | 6 | 8 | 55 |
| | | | 697 | Молоко цельное | 200 | 22 | 126 | 6 | 7 | 10 |
| Итого за полдник | | | | | 275 | 45 | 346 | 12 | 15 | 65 |
| Бесплатное дополнительное горячее питание (ужин) | | | | | | | | | | |
| 2 | 2 | доп. горячее питание | Ттк 50 | Котлета "Детская" | 75 | 53 | 145 | 11 | 9 | 8 |
| | | | 570 | Картофель отварной | 150 | 20 | 182 | 3 | 8 | 24 |
| | | | пр.пр. | Хлеб пшеничный | 30 | 5 | 101 | 4 | 1 | 18 |
| | | | 628 | Чай с сахаром | 200 | 5 | 58 | 0 | 0 | 15 |
| Итого за ужин | | | | | 455 | 83 | 486 | 18 | 18 | 65 |
| Итого за день | | | | | 2095 | | 887 | 31 | 34 | 146 |

| Неде- ля | День неде- ли | Прием пищи | N рец. | Блюдо | Выход, г | Цена, руб. | Энерге- тическая ценность, ккал | Пищевая ценность, г | | |
|---|---------------------|----------------------------|---------------|--|-------------|---------------|--|---------------------|------|----------|
| | | | | | | | | белки | жиры | углеводы |
| ЗАВТРАК и ОБЕД бесплатное горячее двухразовое питание обучающихся с ОВЗ | | | | | | | | | | |
| 2 | 3 | Завтрак | Ттк48, 302 | Кнеля мясная паровая с кашей гречневой молочной | 230 | 77 | 328 | 13 | 12 | 40 |
| | | | 705 | Отвар из шиповника | 200 | 11 | 96 | 0 | 0 | 24 |
| | | | пр.пр. | Батон | 20 | 5 | 53 | 1 | 1 | 5 |
| | | | пр.пр. | Йогурт | 125 | 34 | 87 | 3 | 3 | 11 |
| Итого за завтрак | | | | | 575 | 127 | 564 | 17 | 16 | 80 |
| 2 | 3 | Обед | 132 | Рассольник "Ленинградский" со сметаной | 250 | 40 | 131 | 4 | 5 | 18 |
| | | | 435 | Мясо духовое с картофелем с овощной гарнировкой | 300 | 115 | 452 | 31 | 18 | 41 |
| | | | 628 | Чай с сахаром | 200 | 5 | 58 | 0 | 0 | 15 |
| | | | пр.пр. | Хлеб пшеничный | 30 | 5 | 101 | 4 | 1 | 18 |
| | | | пр.пр. | Хлеб черный | 20 | 5 | 44 | 2 | 0 | 8 |
| Итого за обед | | | | | 800 | 170 | 786 | 41 | 24 | 100 |
| Итого за завтрак и обед | | | | | 1375 | 297 | 1350 | 58 | 40 | 180 |
| ЗАВТРАК за родительскую плату | | | | | | | | | | |
| 2 | 3 | Завтрак | Ттк48, 302 | Кнеля мясная паровая с кашей гречневой молочной | 230 | 77 | 328 | 13 | 12 | 40 |
| | | | 705 | Отвар из шиповника | 200 | 11 | 96 | 0 | 0 | 24 |
| | | | пр.пр. | Батон | 20 | 5 | 53 | 1 | 1 | 5 |
| | | | пр.пр. | Йогурт | 125 | 34 | 87 | 3 | 3 | 11 |
| Итого за завтрак | | | | | 575 | 127 | 564 | 17 | 16 | 80 |
| ОБЕД за родительскую плату и для льготных категорий учащихся | | | | | | | | | | |
| 2 | 3 | Обед | 132 | Рассольник "Ленинградский" со сметаной | 250 | 40 | 131 | 4 | 5 | 18 |
| | | | 435 | Мясо духовое с картофелем с овощной гарнировкой | 300 | 115 | 452 | 31 | 18 | 41 |
| | | | 628 | Чай с сахаром | 200 | 5 | 58 | 0 | 0 | 15 |
| | | | пр.пр. | Хлеб пшеничный | 30 | 5 | 101 | 4 | 1 | 18 |
| | | | пр.пр. | Хлеб черный | 20 | 5 | 44 | 2 | 0 | 8 |
| Итого за обед | | | | | 800 | 170 | 786 | 41 | 24 | 100 |
| ПОЛДНИК за родительскую плату | | | | | | | | | | |
| 2 | 3 | Полдник | 1060 | Пирожок слоеный с повидлом | 60 | 40 | 206 | 1 | 12 | 31 |
| | | | 628 | Чай с сахаром | 200 | 5 | 58 | 0 | 0 | 15 |
| Итого за полдник | | | | | 260 | 45 | 264 | 1 | 12 | 46 |
| Бесплатное дополнительное горячее питание (ужин) | | | | | | | | | | |
| 2 | 3 | доп. горячее питание | 401 | Рулет мясной запеченный | 75 | 43 | 141 | 12 | 8 | 6 |
| | | | 534 | Капуста тушеная свежая | 150 | 30 | 145 | 3 | 10 | 15 |
| | | | пр.пр. | Хлеб пшеничный | 30 | 5 | 101 | 4 | 1 | 18 |
| | | | 628 | Чай с сахаром | 200 | 5 | 58 | 0 | 0 | 15 |
| Итого за ужин | | | | | 455 | 83 | 445 | 19 | 19 | 54 |
| Итого за день | | | | | 2090 | | 796 | 23 | 34 | 111 |

| Неде- ля | День неде- ли | Прием пищи | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена, руб. | Энерге- тическая ценность, ккал | Пищевая ценность, г | | |
|---|---------------------|----------------------------|---------|--|-------------|---------------|--|---------------------|------|----------|
| | | | | | | | | белки | жиры | углеводы |
| ЗАВТРАК и ОБЕД бесплатное горячее двухразовое питание обучающихся с ОВЗ | | | | | | | | | | |
| 2 | 4 | Завтрак | 311 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 250 | 57 | 322 | 12 | 15 | 32 |
| | | | пр. пр. | Творожок | 100 | 60 | 137 | 6 | 4 | 20 |
| | | | 628 | Чай с сахаром | 200 | 5 | 58 | 0 | 0 | 15 |
| | | | пр. пр. | Батон | 20 | 5 | 53 | 1 | 1 | 5 |
| Итого за завтрак | | | | | 570 | 127 | 570 | 19 | 20 | 72 |
| 2 | 4 | Обед | 132 | Суп из овощей со сметаной | 250 | 40 | 183 | 8 | 8 | 19 |
| | | | 461 | Тефтели мясные в бульоне | 140 | 72 | 192 | 9 | 9 | 15 |
| | | | 472 | Пюре картофельное | 180 | 40 | 210 | 5 | 12 | 32 |
| | | | 699 | Компот | 200 | 8 | 182 | 0 | 0 | 46 |
| | | | пр. пр. | Хлеб пшеничный | 30 | 5 | 101 | 4 | 1 | 18 |
| | | | пр. пр. | Хлеб черный | 20 | 5 | 44 | 2 | 0 | 8 |
| Итого за обед | | | | | 820 | 170 | 912 | 28 | 30 | 138 |
| Итого за завтрак и обед | | | | | 1390 | 297 | 1482 | 47 | 50 | 210 |
| ЗАВТРАК за родительскую плату | | | | | | | | | | |
| 2 | 4 | Завтрак | 311 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 250 | 57 | 322 | 12 | 15 | 32 |
| | | | пр. пр. | Творожок | 100 | 60 | 137 | 6 | 4 | 20 |
| | | | 628 | Чай с сахаром | 200 | 5 | 58 | 0 | 0 | 15 |
| | | | пр. пр. | Батон | 20 | 5 | 53 | 1 | 1 | 5 |
| Итого за завтрак | | | | | 570 | 127 | 570 | 19 | 20 | 72 |
| ОБЕД за родительскую плату и для льготных категорий учащихся | | | | | | | | | | |
| 2 | 4 | Обед | 132 | Суп из овощей со сметаной | 250 | 40 | 183 | 8 | 8 | 19 |
| | | | 461 | Тефтели мясные в бульоне | 140 | 72 | 192 | 9 | 9 | 15 |
| | | | 472 | Пюре картофельное | 180 | 40 | 210 | 5 | 12 | 32 |
| | | | 699 | Компот | 200 | 8 | 182 | 0 | 0 | 46 |
| | | | пр. пр. | Хлеб пшеничный | 30 | 5 | 101 | 4 | 1 | 18 |
| | | | пр. пр. | Хлеб черный | 20 | 5 | 44 | 2 | 0 | 8 |
| Итого за обед | | | | | 820 | 170 | 912 | 28 | 30 | 138 |
| ПОЛДНИК за родительскую плату | | | | | | | | | | |
| 2 | 4 | Полдник | Пр. пр. | Кекс "Маффин шоколадный" | 50 | 40 | 125 | 2 | 4 | 20 |
| | | | 628 | Чай с сахаром | 200 | 5 | 58 | 0 | 0 | 15 |
| Итого за полдник | | | | | 250 | 45 | 183 | 2 | 4 | 35 |
| Бесплатное дополнительное горячее питание (ужин) | | | | | | | | | | |
| 2 | 4 | доп. горячее питание | 451 | Биточки мясные | 75 | 58 | 235 | 10 | 15 | 16 |
| | | | 516 | Макаронные изделия отварные | 150 | 15 | 225 | 5 | 8 | 33 |
| | | | пр. пр. | Хлеб пшеничный | 30 | 5 | 101 | 4 | 1 | 18 |
| | | | 628 | Чай с сахаром | 200 | 5 | 58 | 0 | 0 | 15 |
| Итого за ужин | | | | | 455 | 83 | 619 | 19 | 24 | 82 |
| Итого за день | | | | | 2095 | | 1372 | 40 | 48 | 189 |

| Неде- ля | День неде- ли | Прием пищи | N рец. | Блюдо | Выход, г | Цена, руб. | Энерге- тическая ценность, ккал | Пищевая ценность, г | | |
|---|---------------------|----------------------------|---------------|--|-------------|---------------|--|---------------------|------|----------|
| | | | | | | | | белки | жиры | углеводы |
| ЗАВТРАК и ОБЕД бесплатное горячее двухразовое питание обучающихся с ОВЗ | | | | | | | | | | |
| 2 | 5 | Завтрак | Ттк50/ 516 | Котлета "Здоровье" с макаронными изделиями | 255 | 71 | 518 | 23 | 15 | 45 |
| | | | пр.пр. | Батон | 20 | 5 | 53 | 1 | 1 | 5 |
| | | | 629 | Чай с сахаром, лимоном | 215 | 9 | 62 | 0 | 0 | 15 |
| | | | Ттк | Блинчики с топplingом | 60 | 42 | 148 | 3 | 3 | 38 |
| Итого за завтрак | | | | | 550 | 127 | 781 | 27 | 19 | 103 |
| 2 | 5 | Обед | 139 | Суп картофельный с горохом с зренками | 250 | 40 | 194 | 8 | 10 | 18 |
| | | | 401 | Гуляш | 120 | 89 | 200 | 13 | 14 | 5 |
| | | | 523 | Каша гречневая | 180 | 20 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | пр.пр. | Хлеб пшеничный | 30 | 5 | 101 | 4 | 1 | 18 |
| | | | пр.пр. | Хлеб черный | 20 | 5 | 44 | 2 | 0 | 8 |
| | | | 705 | Отвар из шиповника | 200 | 11 | 96 | 0 | 0 | 24 |
| Итого за обед | | | | | 800 | 170 | 635 | 27 | 25 | 73 |
| Итого за завтрак и обед | | | | | 1350 | 297 | 1416 | 54 | 44 | 176 |
| ЗАВТРАК за родительскую плату | | | | | | | | | | |
| 2 | 5 | Завтрак | Ттк50/ 516 | Котлета "Здоровье" с макаронными изделиями отварными | 255 | 71 | 518 | 23 | 15 | 45 |
| | | | пр.пр. | Батон | 20 | 5 | 53 | 1 | 1 | 5 |
| | | | 629 | Чай с сахаром, лимоном | 215 | 9 | 62 | 0 | 0 | 15 |
| | | | Ттк | Блинчики с топplingом | 60 | 42 | 148 | 3 | 3 | 38 |
| Итого за завтрак | | | | | 550 | 127 | 781 | 27 | 19 | 103 |
| ОБЕД за родительскую плату и для льготных категорий учащихся | | | | | | | | | | |
| 2 | 5 | Обед | 139 | Суп картофельный с горохом с зренками | 250 | 40 | 194 | 8 | 10 | 18 |
| | | | 401 | Гуляш | 120 | 89 | 200 | 13 | 14 | 5 |
| | | | 523 | Каша гречневая | 180 | 20 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | | пр.пр. | Хлеб пшеничный | 30 | 5 | 101 | 4 | 1 | 18 |
| | | | пр.пр. | Хлеб черный | 20 | 5 | 44 | 2 | 0 | 8 |
| | | | 705 | Отвар из шиповника | 200 | 11 | 96 | 0 | 0 | 24 |
| Итого за обед | | | | | 800 | 170 | 635 | 27 | 25 | 73 |
| ПОЛДНИК за родительскую плату | | | | | | | | | | |
| 2 | 5 | Полдник | пр.пр. | Изделие "Сдобное " | 50 | 40 | 158 | 5 | 8 | 16 |
| | | | 628 | Чай с сахаром | 200 | 5 | 58 | 0 | 0 | 15 |
| Итого за полдник | | | | | 250 | 45 | 216 | 5 | 8 | 31 |
| Бесплатное дополнительное горячее питание (ужин) | | | | | | | | | | |
| 2 | 5 | доп. горячее питание | Ттк 58 | Бифштекс "Любительский" | 75 | 53 | 158 | 16 | 28 | 10 |
| | | | 570 | Картофель отварной | 150 | 20 | 221 | 4 | 10 | 33 |
| | | | пр.пр. | Хлеб пшеничный | 30 | 5 | 101 | 4 | 1 | 18 |
| | | | 628 | Чай с сахаром | 200 | 5 | 58 | 0 | 0 | 15 |
| Итого за ужин | | | | | 455 | 83 | 538 | 24 | 39 | 76 |
| Итого за день | | | | | 2055 | | 1535 | 56 | 66 | 210 |