**СОГЛАСОВАНО** Ремизова Директор школы N Светлана Ф.И.О. Николаев

Ремизова

Подписано цифровой подписью: Ремизова Светлана Николаевна Дата: 2025.08.19 Николаевна 12:38:30 +03'00'



### МЕНЮ (Льготное) 1 день 29 сентября 2025 г.

Выход, г	Завтрак обучающихся в 5-11 классах на 2025 год		
35	<b>Бутерброд с маслом сливочиым</b> Батон плетичный, Масло елизочног — Б - 2,40 г, Ж - 8,1 г, У - 18,0 г, 9Ц - 142 ккал		
200/5	<b>Каша веркулесовая молочная вязкая с маслом сливочным</b> Хлолья опсицью Теркулес", Молоко, Соль, Сахар-посов, Масло сливочной Б. : 11,70 г. Ж. : 10,50 г. У : 33,76, г. (51) - 256,70 кмал		
200	<b>Чай с сахаром</b> Чай черный весевой, Сахар-песок — Б. О. 2 г., Ж О. 1 г., У 16 г., ЭЦ - 60 милл		
100	<b>Ман∂арин сөөжий</b> В - 0,0 г, У - 7,6 г, (50.1 - 30 маал		
25	Печенье в ассортименте 6 - 3,0 г, ж- 2,5 г, v - 11,2 г, эц - 69,0 веал		

Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2025 год	
100	Овурец соленый порционно	
	Стурцы солетые 6 - 0,6 г, Ж - 0,10 г, У - 2,0 г, St.t - 11,0 жил	
250/5/5	Щи по-уральски с крупой и курицей, со сметацой	
	Капуста кнашенан. Лук рапчатын, Морковь свожан, Крупа перлован, Курици отнарнан, Сматана, Масле подсовнечнов, Павровый лиот, Томатнан-ласта, Соль————————————————————————————————————	
100	Гуляш	
	Свитина с/м, Масло подсолнечное, Мука пшеничили, Морковь, Лук репчатый, Томатная паста, Соль, Лявровыя лист Б - 11.24 г. Ж - 12,3 г. У - 8,4 г. БЦ - 214,2 ккал	
180	Каша вречнедая рассыпчатая "по-домациому"	
	Крупа гречневая. Масло сливочное, Соль, Морковь, Пук релчатый 5 - 4,32 г, Ж - 5,52 г, У - 12,46 г, St.L - 116,86 ккал	
200	Сок фруктовый (яблочный)	
	B - 1.0 r, 3K - 0.2 r, Y - 19,00 r, 3Lt - 86,0 ккап	
60	Хлеб ржано-пшеничный обозащенный микронутриентами	
1000	D - 4.0 г, Ж - 2,55 г, У - 30,60 г, Ω11 - 139.0 γκασ	
50	Батон обоғащенный микронутриентами	
	Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 26,90 г, ЭЦ - 138 ккап	

Главный технолог

Ремизова Подписано цифровой подписью: Ремизова Светлана (Светлана Николаевна Дата: 2025.08.19
Николаевна 12:40:27 +03'00'



#### МЕНЮ (Льготное) 2 день 30 сентября 2025 г.

Выход, г	Завтрак обучающихся в 5-11 классах на 2025 год	
180/30	Чизкейк, запеченный по-школьному с повидлом Творог. Крупа манная, Сахар, Яйцо куриное. Масло сливочное, Сметана, Мука пшеничная, Псеидло	
200	Б - 16,75 г, Ж- 18.41 г, У - 41,70 г, ЭЦ - 399,60 жал <b>Чай с лимоном</b> Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон Б - 0,29 г, Ж - 0,1 г, У - 14,69г, ЭЦ - 59,90 ккал	
100	<b>Яблоко свежее</b> Б - 0,4г, Ж - 0,4 г, У - 9,8 г, ЭЦ - 44,4 ккал	
40	Вафли	
70	Б - 2,88 г, Ж - 4,46 г, У - 19,6 г, ЭЦ - 124,00ккал	

Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2025 год		
100	Капуста белокочанная свежая, Морковь свежая, Огурцы свежа	апусты с огурцом не. Маспо подсолнечное. Сахар-песок, Соль, Киспота пимсниая - 4,36 г, 3Ц - 88,50 ккал	
250/5/5	Борщ с капустой и картофелем, Картофель. Свекла, Капуста белокочанная свежая. Говядина о Кислота лимонная, Сметана, Лавровый ли	отварной говядиной и сметаной тварная, Лух регнатый, Морковь сеежая, Томатная паста, Соль, ст, Петрушка свежая, Масло подсолнечное 12,01 г., ЭЦ - 115,50 ккал	
- 16	Шницель рубленый мясной		
100	Говядина, Свинина. Батон пшеничный, Сухари панировочные, Соль, Масло подсолнечное Б - 8.22 г, Ж - 11,66 г, У - 4.04 г. ЭЦ - 147,90 ккал		
	Макаронные изс	Макаронные изделия отварные	
180	Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль	Б - 6,60 г. Ж - 5,76 г. У - 37,56 г. ЭЦ - 229,20 кхал	
	Компот из сухофруктов		
200	Сухофрукты, Сахар-песок, Кислота лимонная	Б - 0,6 г, Ж - 0,1 г, У - 23,50 г, ЭЦ - 97,20 ккал	
	Хлеб ржано-пшеничный обог	ащенный микронутриентами	
60	Б - 4,80 г, Ж - 2,55 г, У	- 30,60 r, ЭЦ - 138,0 ккал	
50	Батон нарезной обогащенный микронутриентами Б - 4,0 г, ж - 2,32 г, У - 25,98 г, 3Ц - 136,0 ккал		

Главный технолог

Ремизова Светлана

Подписано цифровой подписью: Ремизова Светлана Ииколаевна Дата: 2025.08.19 Николаевна 12:40:55 +03'00'



## МЕНЮ (Льготное) 3 день 01 октября 2025 г.

D. WOR. E	Завтрак обучающихся в 5-11лассах на 2025 год
Выход, г	Vэшэ пшеничнэя вязкая с тыквой
200	Крупа пшеничня, Тыква свежая, Молоко, Сахар-песок, Масло сливочное, Соль Б - 6,60 г, Ж - 8,26 г, У - 34,58 г, ЭЦ - 233,82 ккал
	Бутерброд с сыром
40	Батон пшеничный, Сыр Б - 4,31 г, Ж- 4,20 г, У - 13,56 г, ЭЦ - 105,87 кхал
200	<b>Чай с сахаром</b> Чай чёрный листовой. Сахар-песок Б - 0,2 г, Ж - 0,1 г, У - 15,00 г, ЭЦ - 60.0ккал
	Груша свежая
100	Б. 0.4 г. № 0.3 г. У - 10.3 г. ЭЦ - 47.0 ккал
200	Молоко в м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке Б - 5,92 г, Ж - 5,08 г, у - 9,38 г, Эц - 107,56 ккал

Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2025 год	
выход, і	The state of the s	
100	В - 1.60 г. ж - 5,10 г. ж - 5,	
250/5	Сул картофельный с вород образований с кортофель Соль, Лавровый лист, Батон пшеничный Картофель свежий. Морковь, Лук репчатый, Горох колотый, Масло подсолнечное, Соль, Лавровый лист, Батон пшеничный Б. 5.20 г. Ж 3.30 г. У 18,75 г. ЭЦ - 137,20 ккал	
100	Комлета рубленая из филе куриного  Филе куриное с/м, Батон пшеничный, Масло сливочное, Соль, Сухари панировочные, Масло подсолнечное,  Б - 10,93 г, Ж - 6,22 г, У - 9,94 г, ЭЦ - 160,83 ккал	
180	Ризотто (рис с овощами)  Крупа рисовая. Масло подсолнечное, Морковь, Лук репчатый, Горошек зеленый консервированный, Кукуруза консервированная Соль Б - 3,48 г, Ж - 8,91 г, У - 20,47 г, ЭЦ - 176,0 ккал	
	Компот из серуих яблок	
200	B - 0,2 r, W - 0,2 r, y - 20,1 r, 3 \( \) - 87,00 KKM	
60	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микропутра	
50	<b>Батон обогащенный микронутриентами</b> Б - 4 г. Ж - 2,32 г. у - 25,98 г. ЭЦ - 136 ккал	

Главный технолог/

Ремизова Светлана

Подписано цифровой подписью: Ремизова Светлана Миколаевна Дата: 2025.08.19 Николаевна 12:41:19 +03'00'



## МЕНЮ (Льготное) 4 день

\_02 октября\_ 2025 г.

Выход, г	Завтрак обучающихся в 5-11 классах на 2025 год	
200	Каша из пшена и риса молочная жидкая (Дружба) Крупа пценная, Крупа рисовая, Молоко, Сахар-песок, Меспо сливочное, Соль Б - 12,00 г, Ж - 10,56 г, У - 35,06 г, ЭЦ - 232,40 ккал	
25	Бутерброд с маслом сливочным Масло слицочное, Батон пцианичный Б - 2,0 г, Ж- 7,04 г, У - 12,82 г, ЭЦ - 138,70 ккал	
200	Чай с лимоном           Чай черный листовой, Сахар-песок, Лимон         Б - 0,20 г, Ж - 0,1 г, У - 14,09 г, ЭЦ - 59,90 ккал	
100	Яблоко свежее Б - 0,4 г, X 0,4 г, У - 9,8 г, ЭЦ - 44,4 ккал	
150	Иогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% Б - 4,1 г, № 2,5 г, У - 4,9 г, ЭЦ - 67,00 ккмл	

Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2025 год	
80/20	Салат из свеклы с яйцом	
00.20	Свекла, Яйцо куриное, Масло подсолночное, Соль Б - 3,55 г, Ж - 8,75 г, У - 4,5 г, ЭЦ - 125,00 ккал	
250/5	<b>Суп с макаронными изделиями, картофелем и курой отварной</b> Картофель свежий. Макаронные изделия. Лук репчатый, Морковь свежая, Масло подсолнечное, Соль, Лавровый пист, Укроп, Курица отварна Б - 3,8 г, Ж - 2,8 г, У - 16,10 г, ЭЦ - 117,0 ккап	
100/20	Тефтели рыбные в соусе кисло - сладком с овощами	
	Минтай с/м, Крупа рисовая, Лук репчатый, Морконь, Мука пшеничная, Томатная паста, Сахар, Кислота лименная, Лавровый лист, Масло подсолнечное, Крахмал картофельный, Соль Б - 9,12 г, Ж - 7,54 г, У - 9,70 г, ЭЦ - 143,5 ккал	
180	Картофель отварной	
700	Картофель, Масло сливочное, Соль 5 - 3,45 г. Ж - 0,36 г. У - 24,36 г. ЭЦ - 166,40 ккал	
200	Сок фруктовый (персиковый)	
200	6 - 1 r. Ж - 0,2 r, У - 15 r, ЭЦ - 76 ккал	
60	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	
60	Б - 4,80 г, Ж - 2,55 г, У - 30,6 г, ЭЦ - 138,0 ккал	
50	Батон обогащенный микронутриентами	
30	Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал	

Главный технолог	Зав. производством	

СОГЛАСОВАНО

Директор школы № Ф.И.О.

Ремизова

Подписано цифровой подписью: Ремизова Светлана

Светлана Светлана <sub>Николаевна</sub> Николаевна <sup>Дата:</sup> 2025,08.19



CAHKT-NETEPSYPT

#### МЕНЮ (Льготное) 5 день \_03 октября\_ 2025 г.

Выход, г	Завтрак обучающихся в 5-11 классах на 2025 год	
200/15	Макароны отварные с сыром	
	Макаронные издалия, Масло сливочное, Соль, Сыр Б - 15,8 г, Ж- 16,10 г, У - 37,50 г, ЭЦ - 358,0 ккал	
45	Бутерброд с повидлом	
	Батон пшеничный, Повидло Б - 2,2 r, Ж- 1,2 r, У - 16,8 r, ЭЦ - 86.8 ккал	
200	Какао с молоком	
	Какао - порошок, Сахар-песок, Молоко Б - 2,0 г, Ж - 2,5 г, У - 24,8 г, ЭЦ - 134,00ккал	
100	Апельсин свежий	
1.05.5	Б - 0,9 г, Ж- 0,2 г, У - 8,1 г, ЭЦ - 43,00 жал	

Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2025 год	
	Винегрет овощной	
100	Свекла свожая, Картофель свежий, Морковь свежая, Огурцы соленые, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Соль Б - 1.4 г, Ж - 8,2 г, У - 6,66 г, ЭЦ - 110,66 ккал	
250/5/5	Рассольник ленинградский с перловой крупой, отварной курицей и сметаной Картофоль свожий, Огурцы солёные, Крупа перловая, Лук релчатый, Морковь свежая, Масло подсолнечное, Соль, Курица отварная, Сметана, Лавровый лист, Петрушка свежая Б - 4,20 г, Ж - 6,50 г, У - 22,20 г, ЭЦ - 162,70 ккал	
0.000000	Голубцы ленивые	
280	Говядина с/м. Свинина с/м, Капуста белокочанная свежая, Крупа рисовая, Лук репчатый, Морковь свежая, Масло подсолнечное. Соль, Лавровью лист Б - 16.0 г, Ж - 13.45 г, У - 20.10 г, ЭЦ - 289,68 ккал	
200	Напиток из протертой брусники	
200	Брусника протертал с сахаром, Сахар-лесок Б - 0,5 г. Ж - 0,1 г. У - 24,10 г. ЭЦ - 95,20 ккал	
60	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	
00	Б - 4,8 г, Ж - 2,55 г, У - 30,6 г. ЭЦ - 138,0 ккал	
50	Батон обогащенный микронутриентами	
50	Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25.98 г, ЭЦ - 136 ккал	

Главный технолог Зав. производство	
------------------------------------	--

Ремизова

Ремизова Подписано цифровой подписью: Ремизова Светлана Николаевна Дата: 2025.08.19
Николаевна 12:42:11 +0300°



## МЕНЮ (Льготное) 6 день 04 октября 2025 г.

Выход, г	Завтрак обучающихся в 5-11 классах на 2025 год	
200/5	Каша кукурузная молочная жидкая с маслом сливочным  Крупа кукурузная, Молоко, Масло сливочное, Сахар-песок, Соль  Б - 10,42 г, Ж - 14,12 г, У - 33,20 г, ЭЦ - 238,0 ккал	
25	Батон обогащенный микронутриентами Б - 2,0 г, Ж - 1,16 г, У - 12,99 г, ЭЦ - 68,0 ккал	
200	<b>Кофейный напиток</b> Кофейный напиток, Молоко, Сахар-песок Б - 1.5 г, Ж - 1.3 г, У - 22,4 г, ЭЦ - 107,00ккал	
150	Иогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% Б - 4,1 г, Ж - 2,5 г, У - 4,9 г, ЭЦ - 87,00ккал	
100	<b>Яблоко свежее</b> Б - 0,4 г, Ж - 0,4 г, У - 9,8 г, ЭЦ - 44,4 ккал	

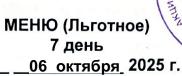
Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2025 год
- Coment	Салат из свежей моркови с яблоком
100	Морковь свежая, Яблоки свежие, Масло подсолнечное Б - 0,85 г, Ж - 6,5 г, У - 7,86 г, ЭЦ - 93,30 ккал
250/5/5	Щи из квашеной капусты с картофелем, отварной курицей и сметаной Капуста квашеная, Картофель свежий, Морковь свежая, Лук репчатый, Томатная паста, Масло подсолнечное, Курица отварная, Сметана, Соль, Петрушка свежая, Лавровый лист 5 - 3,50 г, Ж - 2,55 г, У - 16,20 г, ЭЦ - 96,30 ккал
120	Печень, тушённая в соусе Почень говяжья с/м, Мука пшеничная, Сметана, Лук репчатый, Соль, Масло подсолнечное, Томатная паста Б - 11.12 г. Ж - 12.02 г, У - 10,23 г, ЭЦ - 205,0 ккал
180	<b>Пюре картофельное</b> Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль Б - 3,70 г, Ж - 6,40 г, У - 24,30 г, ЭЦ - 169,20 ккал
200	<b>Компот из апельсинов</b> Апельсины свежие, Свхар-песок Б - 0,5 г, Ж - 0,1 г, У - 21,30 г, ЭЦ - 95,20 ккал
60	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами Б - 4,8 г, Ж - 2,55 г, У - 30,6 г, Эц - 138,0 ккап
50	<b>Батон обогащенный микронутриентами</b> Б. 4 г. Ж 2,32 г. У - 25,98 г. ЭЦ - 136 ккал

Главный технолог

СОГЛАСОВАНО

Директор школы № Ремизова Ф.Й.О.

Ремизова Подписано цифровой подписью: Ремизова Светлана Николаевна Дата: 2025.08,19 Николаевна 12:42:38+03'00'





Выход, г	Завтрак обучающихся в 5-11 классах на 2025 год	
200	<b>Каша "Янтарная"</b> Крупа пшено, Молоко, Яблоки свежие, Сахар-песок, Масло спивочное, Соль - 11,94 г. Ж 16,49 г. У - 38,72 г. ЭЦ - 294,26 ккал	Б
150	<b>Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%</b> Б - 4,1 г, Ж- 2,5 г. У - 4,9 г, ЭЦ - 87 кхал	
200	<b>Чай с сахаром</b> Чай черный листовой , Сахар-песок Б - 0,2 г, Ж - 0,1 г, У - 15 г, ЭЦ - 60,00 ккал	
25	Батон нарезной обогащенный микронутриентами Б - 2 г, Ж- 1,16 г, У - 12,99 г, ЭЦ - 68 ккал	
100	<b>Мандарин свежий</b> Б - 0,1 г, У - 7.5 г, Эц - 38,00 ккал	

Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2025 год
100	Огурец соленый порционно
700	Огурцы соленые Б - 0,80 г, Ж - 0,10 г, У - 2,0 г, ЭЦ - 11,0 ккал
	Бульон куриный с вермишелью и яйцом
250/10	Курица отварная, Макаронные изделия (вермишель), Морковь, Лух репчатый, Масло подсолнечное, Соль, Петрушка зелень, Лавровый лист. Яйцс куриное Б - 9,75 г, Ж - 3,87 г, У - 12,62 г, ЭЦ - 136,50 ккал
	Паэлья с курицей
280	Крупа рисовая, Филу куриное грудка с/м, Лук репчатый, Морковь, Масло подсолнечное, Овощи замороженные фасоль зеленая стручковая, Перец свежий, Помидоры свежие, Соль, Чеснок, Петрушка, Кукуруза консервированная Б - 9,57 г, Ж - 19,95 г, У - 42,11 г, ЭЦ - 402,90 ккал
200	Сок фруктовый (яблочный)
200	Б - 1 г, Ж - 0,2 г, У - 19,8 г, ЭЦ - 86,00ккал
60	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами
00	Б - 4,8 г, Ж - 2.55 г, У - 30.6 г, ЭЦ - 138,0 ккал
50	Батон нарезной обогащенный микронутриентами
50	Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал

Главный технолог

СОГЛАСОВАНО Директор школы Nr Светлана Ф.И.О.

Ремизова

Подписано цифровой подписью: Ремизова Светлана Николаевна Николаевна Дата: 2025.08.19 12:43:02 +03'00'



#### МЕНЮ (Льготное) 8 день 07 октября 2025 г.

Выход, г	Завтрак обучающихся в 5-11 к	лассах на 2025 год	
40045	Макароны отва	врные с сыром	
190/15	Макархиные изделия, Масло сливочное, Соль, Сыр	Б - 14,7 г, Ж- 15,3 г, У - 35,9 г, ЭЦ - 341,3 кхал	
45	Бутерброд с повидлом		
40	Батон пшеничный обогащенный, Повидло	Б - 2.2 г, Ж- 1,2 г, У - 16.8 г, ЭЦ - 86,8 жал	
200	Чай с лі	ІМОНОМ	
200	Чай черный пистовой, Сахар-песок, Лимон		
200	<b>М</b> олоко м.д.ж. 2,5% в инс	дивидуальной упаковке	
	Б - 5,92 г, Ж - 5,08 г, У - 9,38 г, ЭЦ - 107,56 ккал		

Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на	а 2025 год	
	Салат витаминный	i	
100	Капуста белокочанная свежая, Морковь, Яблоки свежие, Сахар, Лимог Б - 1,20 г, Ж - 5,33 г, У - 7,66 г, ЭЦ - 8		
	Суп рыбный с картофелем и пер	ловой крупой	
250/10	Минтай филе с/м, Картофель, Крупа перловая, Лух репчатый, Морковь, Ме Б - 5,97 г, Ж - 2,83 г, У - 19,6 г, ЭЦ - 12		
	Тефтели мясные в соус сметанн	ый с томатом	
100/20	Говядина сли, Свиника сли, Батон пшеничный, Муха пшеничная, Лух репчатый, М Б - 7.91 г. Ж - 10,65 г. У - 10,67 г. ЭЦ - 1		
	Каша гречневая рассыпчатая "по-домашнему"		
180	Крупа гречневая, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль Б	- 4,32 г, Ж - 5,52 г, У - 12,48 г, ЭЦ - 116,88 кхал	
202	Напиток из шиповника		
200	Плоды шиповника сушеные. Сахарный песок Б - 0,2	г, Ж - 0,2 г. У - 20,1 г, ЭЦ - 87,8 кхал	
100	Яблоко свежее		
100	Б - 0.4 г, Ж - 0.4 г. У - 9.8 г, ЭЦ - 4		
60	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами		
80	Б - 4,8 г, Ж - 2,55 г, У - 30,6 г, ЭЦ - 138,0 ккал		
50	Батон обогащенный микронутриентами		
	Б - 4 г, Ж - 2.32 г, У - 25.98 г, ЭЦ - 13	36 ккал	

Главный технолог

 Ремизова
 Подписано цифровой подписью: Ремизова подписью: Ремизова (Ветлана Николаевна Дата: 2025.08.19

 Николаевна
 12:43:27 +03'00'



МЕНЮ (Льготное) 9 день

\_08 октября 2025 г.

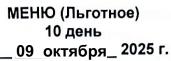
Выход, г	Завтрак обучающихся в 5-11 классах на 2025 год
200	Плов фруктовый Крупа рисовая, Масло подсолнечное, Масло сливочное, Морковь, Лук релчатый, Курага, Сахар, Соль Б - 13,74 г, Ж- 12,18 г, У - 46,80 г, ЭЦ - 372,53 ккал
50	Бутерброд с яйцом
200	Масло сливочное, Батон пшеничный, Яйцо куриное Б - 5,1 г, Ж- 7,15 г, У - 10,65 г, ЭЦ - 122,80 ккал <b>Какао с молоком</b>
100	Какао-порошок, Молоко, Сахар Б - 2,0 г, Ж - 2,5 г, У - 24,80г, ЭЦ - 134,00ккал <b>Груша свежая</b> Б - 0,4 г, Ж - 0,3 г, У - 10,30 г, ЭЦ - 47,00 ккал

Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2025 год
100	Салат из свеклы отварной с маслом подсолнечным Свекла свежая, Масло подсолнечное, Соль Б - 2.8 г, Ж - 6.4 г, У - 4.33 г, ЭЦ - 90,66 ккал
250/5/5	Суп из овощей с курицей отварной и сметаной Картофель свежий, Капуста белокочанная свежая, Морковь свежая, Горошек зелёный консерв., Лук репчатый. Мясло пологоничное. Сать Картофель
100	отварная, Сметана, Лавровый лист Б-30нов консерв., лук репчатый, Масло подсолнечное, Соль, Курица  Печень по-строгановски Печень говяжья с/м, Масло подсолнечное, Лук репчатый, Томатная паста, Сметана, Мука пшеничная. Соль Б-8,91 г, Ж - 10,11 г, У - 5,3 г, ЭЦ - 161,92 ккал
180	Булгур С овощами
200	Компот из свежих яблок  Яблоки свежие, Сахар-пасок, Кислота лимонная  Б - 6.12 г. Ж - 3,24 г. У - 38,44 г. ЭЦ - 214,8 ккал  Компот из свежих яблок  Б - 0,2 г, Ж - 0,2 г, У - 20,10 г, ЭЦ - 87,80 ккал
60	обогащенный микронутриентами
50	Б - 4,8 г. Ж - 2,55 г, У - 30,6 г, ЭЦ - 138,0 ккал <b>Батон обогащенный микронутриентами</b> Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал

Главный технолог

СОГЛАСОВАНО Директор школы N: Светлана Ф.И.О. Николаеві

Ремизова Подписано цифровой подписью: Ремизова Светлана (Бетлана Николаевна Дага: 2025.08.19 Николаевна 12:43:51 +03'00'





Выход, г	Завтрак обучающихся в 5-11 классах на 2025 год	
200.05	Запеканка творожная "Зебра" со сгущенным молоком	
200/25	Теорог. Манная крупа, Сахар, Сметана. Какао - порошок, Яйцо куриное, Масло подсолнечное, Соль, Ванилин, Молоко слущенное Б - 17,7 г. Ж - 17,30 г. У - 39,20 г, ЭЦ - 383,3 ккал	
05	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	
25	Б - 2,0 г. Ж- 1,16 г. У - 12,99 г. ЭЦ - <del>9</del> 8,0 ккал	
200	Чай с лимоном	
200	Чай черный листовой, Сахар-песок, Лимон 5 - 0,29 г, Ж - 0,10 г, У - 14.69 г, ЭЦ - 59,90 ккал	
100	Яблоко свежее	
100	Б - 0,4г, Ж - 0,4 г, У - 9,8 г, ЭЦ - 44,4 ккал	

Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2025 год		
100	Салат "Мозайка"		
	Картофель, Морковь. Огурцы свеїкие, Соль. Кукуруза консервированная, Масло подсолнечное Б - 5,5 г, Ж - 6,0 г, У - 7,0 г, ЭЦ - 120,66 ккал		
	Борщ с капустой, картофелем, курой отварной и сметаной		
250/5/5	Свекла свежая, Калуста белокочанная свежая. Картофель свежий, Морковь свежая, Лук репчатый. Масло подсолнечное Томатная паста, Сахар- песок. Кислота лимонная. Курица отварная, Сметана, Соль, Лавровый лист, Петрушка свежая Б - 5,6 г, Ж - 7,0 г, У - 13,9 г. ЭЦ - 117.5		
	Паста Болоньезе "по-школьному"		
280	Говядина с/м, Свинина с/м, Макаронные изделия, Масло сливочное, Морковь, Томатная паста, Масло подсолнечное, Лавровый лист, Лук репчатый, Соль Б - 10,56 г, Ж - 14,14 г, У - 39,06 г, ЭЦ - 276,60 ккал		
200	Сок фруктовый (персиковый)		
200	Б - 1 г, Ж - 0,2 г, У - 15,00 г, ЭЦ - 76,00 ккал		
60	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами		
Ю	Б - 4,8 г, Ж - 2,55 г, У - 30,6 г, ЭЦ - 138,0 ккал		
50	Батон обогащенный микронутриентами		
30	5 - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал		

Главный технолог

Ремизова Подписано цифровой подписью: Ремизова Светлана Еветлана Николаевна Дата: 2025.08, Дата: 2025.08, Светлана Николаевна 12:44:18 +03'00'



# МЕНЮ (Льготное) 11 день

\_10 октября\_ 2025 г.

Выход, г	Завтрак обучающихся в 5-11 класс	ах на 2025 год	
200	Омлет натуральный		
	Яйца куриные, Молоко, Маспо сливочное, Соль, Масло подсолнечное	Б - 18,10 г, Ж- 19,02 г, У - 11,86 г, ЭЦ - 350 ккал	
40	Бутерброд с сыром и огурцом		
	Батон пшеничный, Огурец свежий, Сыр	Б - 3.01 г, Ж- 4,29 г, У - 13,56 г, ЭЦ - 105,87ккал	
200	Чай с сахаром		
	Чай черный листовой , Сахар-песок Б - 0,2 г, Ж - 0,1 г, У - 15,00 г, ЭЦ - 60,00 ккал		
35	Зефир витаминизированный		
	Б - 0.63 г, Ж- 0,1 г, У - 28,20 г, ЭЦ - 101,60 ккал		
100	Апельсин свежий		
	Б - 0,9 г, Ж- 0,2 г, У - 8,1 г, ЭЦ -		

Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2025 год	
100	Салат из квашеной капусты	
	Капуста квашеная, Лук репчатый, Сахар-песок, Масло подсолнечное Б - 1,60 г. Ж - 5,10 г, У - 7,70 г, ЭЦ - 83,0 ккал	
250/5	Сул картофельный с горохом и гренками  Картофель, Морковь, Лух репчатый, Соль, Горох колотый, Масло подсолнечное, Батон пшеничный, Лавровый лист	
280	Б - 5,20 г. Ж - 3,3 г. У - 18.75 г. ЭЦ - 137,20 ккал <b>Жаркое по-домашнему со свининой</b> Свинина с/м, Картофель, Масло подсолнечное. Лук репчатый, Томатная паста, Соль, Лавровый лист	
200	Б - 14,58 г. Ж - 17,43 г. У - 27,10 г. ЭЦ - 323,6 ккал <b>Компот из смеси сухофруктов</b> Смесь сухофруктов компотная, Сахар-песок, Кислота лимонная  Б - 0,6 г. Ж - 0,1 г. У - 23,5 г. ЭЦ - 97,2 ккар	
60	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	
50	Б - 4.8 г, Ж - 2.55 г, У - 30.6 г, ЭЦ - 138,0 ккал <b>Батон обогащенный микронутриентами</b> Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал	

	25		
Главный технолог	- Charles	Зав. производством	

СОГЛАСОВАНО Директор школы Ns Светлана Ф.И.О.

Ремизова





#### МЕНЮ (Льготное) 12 день <u>11 октября</u> 2025 г.

Выход, г	Завтрак обучающихся в 5-11 классах на 2025 год
	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным
200/5	Крупа рисовая, Молоко, Масло сливочное, Сахар-песок, Соль Б - 8.20 г, Ж - 8.80 г, У - 38.40 г, ЭЦ - 255.26 ккал
	Батон нарезной обогащённый
25	Б - 2,0 г, Ж - 1,16 г, У - 12,99 г, ЭЦ - 68,0 жал
45	Сыр (порциями)
15	Сыр полутвердый Б - 3,45 г, Ж - 4,4 г, У - 0,0 г, ЭЦ - 54,50 ккал
200	Кофейный напиток
200	Кофейный налиток, Молоко, Сахар-песок Б - 1,50 г, Ж - 1,30 г, У - 22,40 г, ЭЦ - 107,0 ккал
25	Печенье в ассортименте
25	Б - 3.0 г, Ж - 2.5 г, У - 11.20 г, ЭЦ - 69,0 ххал
400	Яблоко свежее
100	Б - 0,4 г. Ж - 0,4 г. У - 9,8 г. ЭЦ - 44,4 кхал

Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2025 год
	Салат из свежей моркови с яблоком
100	Морковь свежая, Яблоки свежие, Масло подсолнечное Б - 0,85 г, Ж - 6,50 г, У - 7,86 г, ЭЦ - 93,30 ккал
	Суп-пюре из овощей с гренками
250/10	Капуста белокочанная свежая, Картофель, Горошек зеленый к/с, Морковь, Лук репчатый. Мука пшеничная, Масло подсолнечное, Молоко, Батон пшеничный, Соль Б - 5,75 г, Ж - 10,58 г, У - 18,50 г, ЭЦ - 175,10 ккал
100	Котлета рыбная "любительская" Минтай (филе) с/м. Морковь, Лух регчатый, Батон пшеничный, Яйца куриные, Молоко. Соль. Масло сливочное Б - 12,60 г. Ж - 3,60 г. У - 6,0 г. ЭЦ - 110,0 ккал
	Пюре картофельное
180	Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль Б - 3,70 г, Ж - 6,40 г, У - 24,30 г, ЭЦ - 169,20 ккал
200	Компот из смеси сухофруктов
	Смесь сухофруктов компотная. Сахар-песок. Кислота лимонная Б - 0.6 г, Ж - 0.1 г, У - 23,5 г. ЭЦ - 97.2 ккал
2222	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами
60	Б - 4,8 г, Ж - 2,55 г, У - 30,6 г, ЭЦ - 138,0 ккал
50	Батон обогащенный микронутриентами
50	. Б - 4 г. Ж - 2,32 г. У - 25,98 г. ЭЦ - 136 ккал

Главный технолог

СОГЛАСОВАНО Директор школы N Ремизова Ф.И.О.

Ремизова ифровой подписью: Ремизова Светлана Николаевна Дата: 2025.08.19 12.45:07 +03'00'



# МЕНЮ (Льготное) 13 день

\_13 октября\_ 2025 г.

Завтрак обучающихся в 5-11 классах на 2025 год
Батон пшеничный, Маспо спивочное Б-2,40 г, Ж-8.1 г, У-13.0 г, ЭЦ-142 кгал
Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом сливочным  хлопья оесяные Теркулес", Молоко, Соль. Сахар-песк, Масло сливочное Б-11.70 г. Ж-10.50 г. у - 33.75. г. ЭЦ - 256.70 ккал
Чай с сахаром           чай черный весовой, Сахар-песок         Б - 0.2 г. Ж - 0.1 г. У - 15 г. ЭЦ - 50 ккал
<b>Мандарин свежий</b> 5-0,8 г. ж -0,1 г. у -7,5 г, ЭЦ - 38 ккал
Печенье в ассортименте Б-3,0 г. Ж- 2,5 г. У-11,2 г. ЭЦ-69,0 ккал

Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2025 год	
100	Огурец соленый порицонно	
250/5/5	Опурцы соленые 6-0.8 г. Ж-0.10 г. У-2.0 г. ЭЦ-11.0 кгал <b>Щи по-уральски с крупой и курицей</b> , осметаной  Капуста квашеная. Лук репчатый, Морковь свежая, Крупа перповая, Курица отвана, Масло подсолненное, Лавровый лист. Томатная-паста. Соль	
100	Б - 2.6 г, Ж - 3,78 г, У - 12,50 г, ЭЦ - 136,30 кгал <b>Гуляш</b> Свинина с/м, Масло подсолнечное, Мука пшеничная, Морковь, Лук релнатый, Томатная паста, Соль, Лавроевый лист  Б - 11,24 г, Ж - 12,3 г, У - 8,4 г, ЭЦ - 214,2 ккал	
180	Каша гречневая рассыпчатая "по-домашнему"  Крупа гречневая, Маспо спивочное, Соль, Морковь, Лух регчатый 5-4,32 г, X-5,52 г, Y-12,48 г, ЭЦ-116,86 ккал	
200	Сок фруктовый (яблочный) 5-1.0 г. ж-0.2 г. у-19,80 г. эц - 59,0 ккал	
60	хлео ржано-пшеничный обогащенный микронутопентами	
50	Б48 г, Ж2,55 г, У30,50 г, ЭЦ138,0 окал <b>Батон обогащенный микронутриентами</b> Б4 г, Ж2,32 г, У25,98 г, ЭЦ136 окал	

Главный технолог

Ремизова Светлана

Подписано цифровой подписью: Ремизова Светлана Николаевна Дата: 2025.08.19



МЕНЮ (Льготное) 14 день 14 октября\_ 2025 r.

Выход, г	Завтрак обучающихся в 5-11 классах на 2025 год
180/30	Чизкейк, запеченный по-школьному с повидлом Творог. Крупа манная, Сахар, Яйцо куринов, Масло сливочнов, Сметана, Муха пциэничная, Повидлю Б - 18,75 г. Ж - 18,41 г. У - 41,70 г. ЭЦ - 399,80 ккал
200	<b>Чай с лимоном</b> Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон — Б - 0,29 г, Ж - 0,1 г, У - 14,69г, ЭЦ - 59,99 кхал
100	<b>Яблоко свежее</b> Б - 0.4г, Ж - 0.4 г, У - 0.8 г, ЭЦ - 44.4 ккал
40	Вафли
	Б - 2,88 г, Ж - 4,46 г, У - 19,6 г, ЭЦ - 124,00ккал

Выход, г	Обед обучающихся в 5	-11 классах на 2025 год	
100	Салат из свежей к Капуста белокочанная свежая, Морковь свежая, Отурцы свеж Б. 1 02 г. Ж. 5 30 г. У	апусты с огурцом не, Масло подсолнечное, Сахар-песох, Соль, Кислота лимонная - 4,36 г., 3Ц - 88,50 ккал	
250/5/5	Борщ с капустой и картофелем, Картофель. Свекла, Капуста белокочанная свежая, Говядина о Кислота пимонная. Сметана. Лавровый ли	отварной говядиной и сметаной пварная, Лук регнатый, Морковь свежая, Томатная паста, Соль, іст, Петрушка свежая, Масло подсолнечное 12,01 г., ЭЦ - 115,50 ккал	
	Шницель руб.	пеный мясной	
100	Говядина, Свинина. Батон пцюничный, Суха Б - 8,22 г, Ж - 11,60 г, У	ри панировочные, Соль, Масло подсолнечное - 4,04 г. ЭЦ - 147,90 ккал	
		делия отварные	
180	Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль	Б - 6,60 г. Ж - 5,76 г. У - 37,56 г. ЭЦ - 229,20 ккал	
(acade)	Компот из сухофруктов		
200	Сухофочкты, Сахар-песек, Кислота лимонная	Б - 0,6 г, Ж - 0,1 г, У - 23,50 г, ЭЦ - 97,20 ккал	
	Хлеб ржано-пшеничный обог	ащенный микронутриентами	
60	5 - 4,80 r, X - 2,55 r, Y	- 30.60 r, ЭЦ - 138,0 юкал	
Батон нарезной обогащенный микрон		нный микронутриентами	
50	5-4.0 r, X - 2,32 r, Y-	25,98 г, ЭЦ - 136,0 ккал	

Главный технолог

COLUMNOSAHO Директор школы 1% Ф.И.О.

Ремизова Подписано цифровой подписью: Ремизова Светлана Николаевна Дата: 2025.08.19 12:45:56 +03'00'



#### МЕНЮ (Льготное) 15 день 15 октября\_ 2025 r.

Выход, г	Завтрак обучающихся в 5-11 лассах на 2025 год
200	KAWA NWAHUNAA BASKAA C MAKAGU Kayna nwahonaa, Tunaa canaa, Manaa Cayaanneer, Macaa canacaas, Cayaa B8.65 (-X-8.25 (-Y-34.68), (S.E. 2018) man
40	<b>Бутарброб с сыром</b> Битан прининенный Сир Б - 4,31 (, 34 - 420 (, 3) - 13,56 (, 3) \$ - 105,87 мап
200	<b>Чай с сахаром</b> Чак эффектического Сахаровически — 8 - 62 г. х - 61 г. х - 16 сб.г. (61 - 65 бисан
100	<b>S</b> - S A + 24 S S C - 10 S A - 51 S WAR
200	Молоко в м.б.ж. 2,5% в инбивибуальной упаковке

Buvog, r	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2025 год		
100	Салат из кеашеной капусты		
	Капуска повывана». Масло подсолначния. Сахар пасси. Лук регналый — 6 - 186 г. Ж - 5.10 г. У - 7.70 г. Э.Б 85.0 мал		
000	Суп картофельный с горохом и гренками		
2505	Картоветь светий. Моргова, Лук рептемый, Горри изпольй, Маско подселиванов, Сель, Лавеслай лисх, Евгси пивечленой		
-	6-525 c. N 3-35 c. I - (8,75 c. 304 - (57.25) was		
	Котлета рубленая из филе куриного		
100	беле примен от бато повычный Маспо свинению, Осли, Остар памеральные, Маспо подсленение,		
	5-10/39 n. X-8/22 n. Y-8/34 n. St.L-160/82 mass		
	Ризотто (рис с овощами)		
180	Корпа этлеки. Месло подслененное Морнови, бур реплатой, портим нерваний инсеррирований, купрура инсервирования		
	Com 8-3A8 1. X -830 1. Y - 10 A7 1. 314-178.0 uza		
200	Компот из севжих яблок		
200	PROCES CARROS CARROS NOVOMBRO NEGOTA 6-0.21, Y-25,11, 311-87,65 UZO		
60	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами		
97	5-481, X-2551, Y-5081, 314-138,0 mas		
50	Батон обогащенный микронутриентами		
"	5-41 X-2321 V-2538 (-311-106 was		

СОГЛАСОВАНО Директор школы № Светлана Ф.И.О.

Ремизова

Подписано цифровой подписью: Ремизова Светлана Светлана <sub>Николаевна</sub> Николаевна Дата: 2025.08.19 12:46:27 +03'00'



#### МЕНЮ (Льготное) 16 день 16 октября 2025 г.

Выход, г	Завтрак обучающихся в 5-11 классах на 2025 год
200	Каша из пшена и риса молочная жидкая (Дружба)  Крупа пшенная, Крупа рисовая, Молоко, Сахар-песок, Масло спивочное, Соль Б - 12,09 г, Ж - 10,56 г, У - 35,06 г, ЭЦ - 232,40 ккал
	Бутерброд с маслом сливочным
25	Масло сливочное, Батон пшеничный Б - 2,0 г, Ж- 7,64 г, У - 12.82 г, ЭЦ - 138,70 ккал
200	<b>Чай с лимоном</b> Чай черный листовой, Сахар-песок, Лимон Б - 0,29 г, Ж - 0,1 г, У - 14,69 г, ЭЦ - 59,90 ккал
100	<b>Яблоко свежее</b> 5 - 0,4 г, Ж- 0,4 г, У - 9,8 г, ЭЦ - 44.4 ккал
150	Иогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%
150	Б - 4,1 г, Ж- 2,5 г, У - 4,9 г, ЭЦ - 87,00 ккал

Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2025 год
80/20	<b>Салат из свеклы с яйцом</b> Свекла, Яйцо куриное, Масло подсолнечное. Соль Б - 3,55 г, Ж - 8,75 г, У - 4,5 г, ЭЦ - 125,00 кхал
250/5	Суп с макаронными изделиями, картофелем и курой отварной Картофель свежий, Макаронные изделия. Лук репчатый, Морковь свежая, Масло подсолнечное, Соль, Лавровый пист, Укроп, Курица отварназ Б - 3.8 г, Ж - 2,8 г, У - 16,10 г, ЭЦ - 117,0 ккал
	Тефтели рыбные в соусе кисло - сладком с овощами
100/20	Минтай с/м, Крупа рисовая, Лук репчатый, Морковь, Мука пшеничная, Томатная паста, Сахар, Кислота лимонная, Лавровый лист, Масло подсолнечное, Крахмал көртофельный, Соль Б - 9.12 г, Ж - 7,54 г. У - 9,78 г. ЭЦ - 143.5 ккал
	Картофель отварной
180	Картофель, Масло сливочное, Соль Б - 3,45 г. Ж - 6,36 г, У - 24,36 г, ЭЦ - 168,40 кхал
2-274726	Сок фруктовый (персиковый)
200	5 - 1 г. Ж - 0,2 г. У - 15 г. ЭЦ - 76 ккал
N2020	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами
60	Б - 4,80 г, Ж - 2,55 г, У - 30,6 г, ЭЦ - 138,0 ккал
	Батон обогащенный микронутриентами
50	5 - <b>4</b> г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал

Главный технолог

согласовано Ремизова Дироктор школы Nt Светлана Ф.И.О. Николаев

Подписано цифровой подписью: Ремизова Светлана

Николаевн дата: 2025,08.19 а 12:46:52 +03'00'





Выход, г	Завтрак обучающихся в 5-11 классах на 2025 год	
200/15	Макароны отварные с сыром	
	Макаронные изделия, Масле сливечное, Соль, Сыр Б - 15,8 г. Ж- 16,10 г. У - 37,50 г. ЭЦ - 3	358,0 ккал
45	Бутерброд с повидлом	
	Батон пшеничный, Повидло Б - 2,2 г, Ж- 1,2 г, У - 16,8 г, ЭЦ - 90,8 ккал	
200	Какао с молоком	
	Какао - порошок, Сахар-песок, Молоко Б - 2,9 г, Ж - 2,5 г, У - 24,8 г, ЭЦ - 134,00ккал	
100	Апельсин свежий	
	Б - 0,9 г, Ж- 0,2 г, У - 8,1 г, ЭЦ - 43,00 нкал	

Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2025 год		
100	Винегрет овощной		
	Свекпа свежая, Картофоль свежий, Морковь свежая, Огурцы соленые. Лук репчатый, Масло подсолнечное, Соль Б - 1.4 г, Ж - 8,2 г, У - 6,66 г, ЭЦ - 110,66 ккал		
250/5/5	Рассольник ленинградский с перловой крупой, отварной курицей и сметаной Картофоль спежий. Огурцы солдные, Крупа перловая, Лук репчатый, Мерковь спежая, Масло подсолнечное, Соль, Курица отвая Сметана. Лавровый лист, Петрушка спежая Б - 4,20 г, Ж - 6,50 г, У - 22,20 г, ЭЦ - 162,70 ккал		
200	Голубцы ленивые		
280	Говядина с/м. Свинина с/м, Капуста болокочанная свежая, Крупа рисовая, Лук репчатый, Морковь свежая, Масло подсолнечное, Соль. Лавровый лист Б - 10.0 г, Ж - 13.45 г, У - 26.10 г, ЭЦ - 289,68 ккал		
200	Напиток из протертой брусники		
	Брусника протертая с сахаром, Сахар-песок Б - 0.5 г. Ж - 0.1 г. У - 24 10 г. ЭЦ - 95 20 куар		
60	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами		
	Б - 4,8 г, Ж - 2,55 г, У - 30,6 г, ЭЦ - 138,0 ккал		
50	Батон обогащенный микронутриентами		
	Б - 4 г, Ж - 2.32 г, У - 25.98 г, ЭЦ - 136 ккал		

Главный технолог

Ремизова Светлана Николаевна Дата: 2025.08.19 12:47:18 +03'00'



## МЕНЮ (Льготное) 18 день <u>18 октября</u> 2025 г.

Выход, г	Завтрак обучающихся в 5-11 классах на 2025 год	
200/5	Каша кукурузная молочная жидкая с маслом сливочным  Крупа кукурузная, Молоко, Масло сливочное, Сахар-песок, Соль  Б - 10,42 г, Ж- 14,12 г, У - 33,20 г, ЭЦ - 238,0 ккал	
25	Крупа кукурузная, Молоко, Масло сливочное, Сахвр-песок, Соль Б - 10,42 г, Ж- 14,12 г, У - 33,20 г, ЭЦ - 238,0 кхал Батон обогащенный микронутриентами	
	Б - 2,0 г, Ж - 1,16 г, У - 12,99 г, ЭЦ - 68,0 ккал <b>Кофейный напиток</b>	
200	Кофейный напиток, Молоко, Сахар-песок Б - 1,5 г, Ж - 1,3 г, У - 22,4 г, ЭЦ - 107,00ккал	
150	<b>Иогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%</b> Б - 4,1 г, Ж - 2,5 г, У - 4,9 г, ЭЦ - 87,00ккал	
100	<b>Яблоко свежее</b> 5 - 0.4 г. Ж - 0.4 г. У - 9.8 г. ЭЦ - 44.4 ккал	

Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2025 год		
400	Салат из свежей моркови с яблоком		
100	Морковь свежая, Яблоки свежие, Масло подсолнечное Б - 0,85 г, Ж - 6	5,5 г, У - 7,86 г, ЭЦ - 93,30 ккал	
250/5/5	Щи из квашеной капусты с картофелем, отварной курицей и сметаной Капуста квашеная, Картофель свежий, Морковь свежая, Лук репчатый, Томатная паста, Масло подсолнечное, Курица отварная, Смета Соль, Петрушка свежая, Лавровый лист Б - 3,50 г. Ж - 2,55 г, У - 16,20 г, ЭЦ - 96,30 ккал		
	Печень, тушённая в соусе		
120	Печень говяжья с/м, Мука пшеничная, Сметана, Лук репчатый, Соль, Масло лодсолн Б - 11,12 г, Ж - 12,02 г, У - 10,23 г, ЭЦ - 205,0 ккал	ечное, Томатная паста	
	Пюре картофельное		
180	Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль Б - 3,70 г. Ж - 6,40 г. У - 24,30 г. ЭЦ - 169,20 ккал		
200	Компот из апельсинов		
200	Апельсины свежие, Сахар-песок Б - 0,5 г, Ж - 0,1 г, У - 21,30 г, ЭЦ -	95,20 ккал	
60	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутр	риентами	
60	Б - 4,8 г, Ж - 2,55 г, У - 30,6 г, ЭЦ - 138,0 ккал		
50	Батон обогащенный микронутриентам	u	
50	Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал		

Главный технолог

Ремизова Подписано цифровой подписью: Ремизова Светлана (Светлана Николаевна Дата: 2025.08.19
Николаевна 12:47:43 +03'00'



#### МЕНЮ (Льготное) 19 день 20 октября 2025 г.

Выход, г	Завтрак обучающихся в 5-11 классах на 2025 год	
200	Каша "Янтарная"	
	Крупа пшено, Молоко, Яблоки свежие, Сахар-песок, Масло сливочное, Соль - 11,94 г. Ж - 16,49 г, У - 38,72 г, ЭЦ - 294,26 ккал	Б
150	Иогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%	
4.55	Б - 4,1 г, Ж- 2,5 г, У - 4,9 г, ЭЦ - 87 ккал	
200	Чай с сахаром	
	Чай черный листовой , Сахар-песок Б - 0,2 г, Ж - 0,1 г, У - 15 г, ЭЦ - 60,00 ккал	
25	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	
4,0000	Б - 2 г, Ж- 1,16 г. У - 12,99 г. ЭЦ - 68 ккал	
100	Мандарин свежий	
	Б - 0.8 г, Ж - 0,1 г, У - 7.5 г, ЭЦ - 38,00 ккал	

Выход, г 100	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2025 год		
	Огурец соленый порционно		
,,,,	Огурцы соленые 5 - 0,80 г, Ж - 0,10 г, У - 2,0 г, ЭЦ - 11,0 ккал		
7.0	Бульон куриный с вермишелью и яйцом		
250/10	Курица отварная, Макаронные изделія (вермишель), Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Соль, Петрушка зелень, Лавровый лист. Яйцо куринов Б - 9,75 г, Ж - 3,87 г, У - 12,62 г, ЭЦ - 136,50 ккал		
280	Паэлья с курицей		
	Крупа рисовая, Филу куриное грудка с/м, Пук репчатый. Морковь, Масло подсолнечное, Овощи замороженные фасоль зеленая стручковая. Перец свежий. Помидоры свежие, Соль, Чеснок, Петрушка, Кукуруза консервированная Б - 9,57 г, Ж - 19,95 г, У - 42,11 г, ЭЦ - 402,90 ккал		
200	Сок фруктовый (яблочный)		
200	Б - 1 г, Ж - 0,2 г, У - 19,8 г, ЭЦ - 86,00ккал		
60	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами		
- 00	Б - 4,8 г, Ж - 2,55 г, У - 30.6 г, ЭЦ - 138,0 ккал		
50	Батон нарезной обогащенный микронутриентами		
	Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал		

Главный технолог

Ремизова Светлана

Подписано цифровой подписью: Ремизова Светлана Светлана <sub>Николаевна</sub> Дата: 2025.08.19 12:48:06+03'00'



#### МЕНЮ (Льготное) 20 день <u>21 октября</u> 2025 г.

Выход, г	Завтрак обучающихся в 5-11 классах на 2025 год	
	Макароны отва	
190/15	Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль, Сыр	Б - 14,7 г, Ж- 15,3 г, У - 35,9 г, ЭЦ - 341,3 кхал
	Бутерброд с повидлом	
45	Батон пшеничный обогащенный, Повидло	Б - 2.2 г, Ж- 1,2 г, У - 16,8 г, ЭЦ - 86,8 ккал
200	Чай с лимоном	
200	Чай черный листовой, Сахар-лесок, Лимон	Б - 0,29 г, Ж - 0,1 г, У - 14,69 г, ЭЦ - 59,9 ккал
200	Молоко м.д.ж. 2,5% в инс	дивидуальной упаковке
200	Б - 5,92 г, Ж - 5,08 г, У -	9,38 г, ЭЦ - 107,56 ккал

Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2025 год	
100	<b>Салат витаминный</b> Капуста белокочанная свежая, Морковь, Яблоки свежие. Сахар, Лимонная кислота, Соль, Масло подсолнечное Б - 1,20 г, Ж - 5,33 г, У - 7,66 г, ЭЦ - 87,0 ккал	
250/10	Суп рыбный с картофелем и перловой крупой Минтай филе с/м, Картофель. Крупа перловая, Лук репчатый, Морковь, Масло подсолнечное, Соль, Лавровый лист, Укроп св <i>еж</i> ий Б - 5,97 г, Ж - 2,83 г, У - 19,6 г, ЭЦ - 128,75 ккал	
100/20	<b>Тефтели мясные в соус сметанный с томатом</b> Говядина с/м, Свинина с/м, Батон пшеничный, Мука пшеничная, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Соль, Томатная паста, Сметана Б - 7.91 г, Ж - 10.65 г, У - 10.67 г, ЭЦ - 170.08 ккал	
180	Каша гречневая рассыпчатая "по-домашнему"  Крупа гречневая, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль  Б - 4,32 г, Ж - 5,52 г, У - 12,48 г, ЭЦ - 116,88 ккал	
200	<b>Напиток из шиповника</b> Плоды шиповника сушеные. Сахарный песок Б - 0,2 г, Ж - 0,2 г, У - 20,1 г, ЭЦ - 87,8 ккал	
100	Яблоко свежее Б - 0.4 г, Ж - 0.4 г, У - 9.8 г, ЭЦ - 44,4 ккал	
60	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами 5 - 4,8 г, Ж - 2.55 г, У - 30.6 г, ЭЦ - 138,0 ккал	
50	Батон обогащенный микронутриентами Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал	

Главный технолог

Ремизова Светлана

Подписано цифровой подписью: Ремизова Светлана Светлана <sub>Николаевна</sub> Николаевна Дата: 2025.08.19 12:48:32 +03'00'



#### МЕНЮ (Льготное) 21 день 22 октября 2025 г.

Выход, г	Завтрак обучающихся в 5-11 классах на 2025 год		
200	<b>Плов фруктовый</b> Крупа рисовая, Масло подсолночное, Масло сливочное, Морковь. Лук репчатый, Курага, Сахар, Соль Б - 13,74 г, Ж- 12,16 г, У - 46,80 г, ЭЦ - 372.53 ккал		
50	<b>Бутерброд с яйцом</b> Масло сливочное, Батон пшеничный. Яйцо куриное Б - 5,1 г, Ж- 7,15 г, У - 10,65 г, ЭЦ - 122,80 ккал		
200	<b>Какао с молоком</b> Какао-порошок, Молоко, Сахар Б - 2.9 г, Ж - 2.5 г, У - 24,80г, ЭЦ - 134,00ккал		
100	<b>Груша свежая</b> Б - 0,4 г, Ж- 0,3 г, У - 10,30 г, ЭЦ - 47,00 ккал		

Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2025 год		
100	Салат из свеклы отварной с маслом подсолнечным Свекла свежая, Масло подсолнечное, Соль Б - 2.8 г, Ж - 6.4 г, У - 4.33 г, ЭЦ - 90.66 ккал		
250/5/5	Сул из овощей с курицей отварной и сметаной Картофель свежий, Капуста белокочанная свежая, Морковь свежая, Горошек зелёный консерв., Лук репчатый, Масло подсолнечное, Соль, Курица отварная, Сметана, Лавровый лист Б - 3.10 г. Ж - 5.10 г. У - 9.4 г, ЭЦ - 101,3 ккал		
100	Печень по-строгановски Печень говяжья с/м. Масло подсолнечное. Лук репчатый,Томатная паста, Сметана, Мука пшеничная. Соль Б - 8,91 г, Ж - 10,11 г. У - 5,3 г, ЭЦ - 161,92 ккал		
180	Булгур с овощами Булгур, Масло сливочное, Соль, Морковь, Кукуруза консервированная Б - 6.12 г. Ж - 3,24 г. У - 38,44 г. ЭЦ - 214,8 ккал		
200	<b>Компот из свежих яблок</b> Яблоки свежие, Сахар-песок, Кислота лимонная 5 - 0,2 г, Ж - 0,2 г, У - 20,10 г, ЭЦ - 87,80 ккал		
60	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами Б - 4,8 г, ж - 2,55 г, у - 30,6 г, Эц - 138,0 ккал		
50	<b>Батон обогащенный микронутриентами</b> Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал		

Главный технолог

Ремизова Светлана Николаевна Николаевна 12:48:55 + 03'00'



### МЕНЮ (Льготное) 22 день 23 октября\_ 2025 г.

Выход, г	Завтрак обучающихся в 5-11 классах на 2025 год
200/25	Запеканка творожная "Зебра" со сгущенным молоком Теорог. Манная крупа, Сахар, Сметана, Какао - порошок, Яйцо куриное, Масло подсолнечное, Соль, Ванилин, Молоко сгущен Б - 17,7 г, Ж - 17,30 г, У - 39,20 г, ЭЦ - 383,3 ккал
	Батон нарезной обогащенный микронутриентами
25	Б - 2,0 г. Ж- 1,18 г, У - 12,99 г, ЭЦ - 88,0 ккал
200	Чай с лимоном
200	Чай черный листовой, Сахар-песох, Лимон Б - 0,29 г, Ж - 0,10 г, У - 14,69 г, ЭЦ - 59,90 ккал
100	Яблоко свежее
100	Б - 0,4г, Ж - 0,4 г, У - 9,8 г, ЭЦ - 44,4 ккал

Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2025 год		
100	Салат "Мозайка"		
	Картофель, Морковь. Огурцы свежие, Соль. Кукуруза консервированная, Масло подсолнечное Б - 5,5 г, Ж - 6,0 г, У - 7,0 г, ЭЦ - 120,66 ккал		
250/5/5	Борщ с капустой, картофелем, курой отварной и сметаной		
	Свекла свежая, Калуста белокочанная свежая. Картофель свежий, Морковь свежая, Лук репчатый, Масло подсолнечное,Томатная паста, Сахар- песок, Кислота лимонная, Курица отварная, Сметана, Соль, Лавровый лист, Петрушка свежая Б - 5,6 г, Ж - 7,0 г, У - 13,9 г, ЭЦ - 117,5		
	Паста Болоньезе "по-школьному"		
280	Говядина с/м, Свинина с/м, Макаронные изделия, Маспо спивочное, Морковь, Томатная паста, Маспо подсолнечное, Лавровый лист, Лук репчатый,		
	Соль Б - 10,56 г, Ж - 14,14 г, у - 39,06 г, Эц - 276,80 ккал		
0000000	Сок фруктовый (персиковый)		
200	Б − 1 г, Ж − 0,2 г, У − 15,00 г, ЭЦ − 76,00 ккал		
60	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами		
	Б - 4,8 г, Ж - 2,55 г, У - 30,6 г, ЭЦ - 138,0 ккал		
	Батон обогащенный микронутриентами		
50	Б - 4 г, ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал		

Главный технолог	Зав. производствоі	HINE TO THE REPORT OF THE PERSON NAMED IN COLUMN TO THE PERSON NAM
ТЛАВНЫЙ ТЕХНОЛОГ		

Ремизова

Подписано цифровой Светлана подписью: Ремизова Светлана НИКОЛАЕВН НИКОЛАЕВН Дата: 2025.08.19 а 12:49:18±03:00'



#### МЕНЮ (Льготное) 23 день 24 октября 2025 г.

Выход, г	Завтрак обучающихся в 5-11 классах на 2025 год		
200	Омлет натуральный		
	Яйца пуриные, Молоко, Масло спивочное, Соль, Масло подсолнечное	Б - 18,10 г, Ж- 19,02 г, У - 11,86 г, ЭЦ - 350 кхал	
40	Бутерброд с сыром и огурцом		
	Батон пшенинный, Отурец свежий. Сыр	5 - 3.01 г, Ж- <b>4,</b> 29 г, У - 13,56 г, ЭЦ - 105,87 кхал	
200	<b>Чай с сахаром</b> Чай черный листовой . Сахар-песох Б - 0,2 г, Ж - 0,1 г, У - 15,00 г, ЭЦ - 50,00 кхал		
	Зефир витаминизированный		
35	5 - 0,53 r, X- 0,1 r, Y - 28,20 r, 3L1 - 101,50 xxan		
100	Апельсин свежий		
	E - 0,9 r, Ж− 0,2 r, Y - 2,1 r, ЭЦ - 43,00 xxan		

Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2025 год		
100	Салат из кеашеной капусты		
	Капуста квашеная, Лук регнатый, Сахар-песск, Масло подсолнечное Б - 1,60 г. Ж - 5,10 г. У - 7,70 г. ЭЦ - 83,0 ккал		
	Суп картофельный с горохом и гренками		
250/5	Картофель, Морковь, Лук регнятый, Соль, Горох колотый, Масло подсолнечное, Батон пшеничный, Лавровый лист 5 - 5 20 г. Ж - 3,3 г. У - 18,75 г. ЭЦ - 137 20 ккал		
280	Жаркое по-домашнему со свининой  Серевого съм Узглистель, Маспо подсогненное, Лук регузатый, Томатная паста, Соль, Лагроеый лист		
255	6 - 14 5⊘ r, Ж - 17 A3 r, V - 27.10 r, ЭЦ - 323,5 кгал		
200	Компот из смеси сухофруктов Смесь суморустов компотиза, Сеизр-песок, Киспота пимониза Б-0,6 г. Ж-0,1 г, У-23,5 г, ЭЦ-97,2 жал		
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами		
60	6 - 4.8 r, 34 - 2.55 r, V - 30.6 r, 34 - 138,0 xxan		
50	Батон обогащенный микронутриентами 5 - 4 г. ж - 2,32 г, у - 25,98 г, ЭЦ - 135 ккал		

Главный технолог

Ремизова Светлана Николаевна Николаевна 1249:44 + 03'00'



## МЕНЮ (Льготное) 24 день 25 октября 2025 г.

Выход, г	Завтрак обучающихся в 5-11 классах на 2025 год		
	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным		
200/5	Крупа рисовая, Молоко, Масло спивочное, Сахар-песок, Соль Б - 8,20 г, Ж - 8,80 г, У - 38,40 г, ЭЦ - 256,26 ккал		
25	Батон нарезной обогащённый		
25	Б - 2,0 г. Ж - 1,16 г. У - 12,99 г. ЭЦ - 68,0 кжал		
15	Сыр (порциями)		
	Сыр полутвердый Б - 3,45 г, Ж - 4,4 г, У - 0,0 г, ЭЦ - 54,50 ккал		
200	<b>Кофейный напиток</b> Кофейный напиток, Молоко, Сахар-песок Б - 1,50 г,  Ж - 1,30 г,  У - 22,40 г, ЭЦ - 107,0 ккал		
	Печенье в ассортименте		
25	Б - 3.0 г, Ж - 2,5 г, У - 11,20 г, ЭЦ - 69,0 ккал		
100	Яблоко свежее		
100	Б – 0,4 г, Ж – 0,4 г, У – 9,8 г, ЭЦ - 44,4 ккал		

Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2025 год		
100	Салат из свежей моркови с яблоком		
	Морковь свежая, Яблоки свежие, Масло подсолнечное Б - 0,85 г, Ж - 6,50 г, У - 7,86 г, ЭЦ - 93,30 ккал		
250/10	Суп-пюре из овощей с гренками		
	Капуста белокочанная свежая, Картофель, Горошек зеленый к/с, Морковь, Лук репчатый. Мука пшеничная, Масло подсолнечное, Молоко, Батон пшеничный. Соль Б - 5,75 г, Ж - 10,58 г, У - 18,50 г, ЭЦ - 175,10 ккал		
100	<b>Комлета рыбная "любительская"</b> Минтай (филе) с/м, Морковь, Лук репчатый, Батон пшеничный, Яйца куриные, Молоко. Соль. Масло сливочное Б - 12.60 г. Ж - 3.60 г. У - 6,0 г. ЭЦ - 110.0 ккал		
180	Пюре картофельное		
	Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль Б - 3,70 г, Ж - 6,40 г, У - 24,30 г, ЭЦ - 169,20 ккал		
	Компот из смеси сухофруктов		
200	Смесь сухофруктов компотная, Сахар-песок. Кислота лимонная Б - 0.6 г, Ж - 0.1 г, У - 23,5 г, ЭЦ - 97.2 ккал		
60	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами		
	5 – 4.8 г. Ж - 2,55 г. У - 30,6 г. ЭЦ – 138,0 ккал		
	Батон обогащенный микронутриентами		
50	Б - 4 г. Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал		

Главный технолог