

СОГЛАСОВАНО Ремизова
Директор школы № Светлана
Ф.И.О. Николаевна

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



МЕНЮ (Льготное)
1 день
22 декабря 2025 г.

Выход, г	Завтрак обучающихся в 5-11 классах на 2025 год
35	Бутерброд с маслом сливочным Батон пшеничный, Масло сливочное – В - 2,40 г, Ж - 0,1 г, У - 15,0 г, ОД - 142 ккал
200/5	Каша веркулесовая молочная вязкая с маслом сливочным Хлопья овсяные "Веркулес", Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное – В - 11,70 г, Ж - 10,60 г, У - 33,76 г, ОД - 266,70 ккал
200	Чай с сахаром Чай черный листовой, Сахар-песок – В - 0,2 г, Ж - 0,1 г, У - 16 г, ОД - 60 ккал
100	Мандарин свежий В - 0,11 г, Ж - 0,1 г, У - 7,6 г, ОД - 38 ккал
25	Печенье в ассортименте В - 3,0 г, Ж - 2,6 г, У - 11,2 г, ОД - 69,0 ккал
Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2025 год
100	Овурец соленый порционно Огурцы соленые – В - 0,0 г, Ж - 0,10 г, У - 2,0 г, ОД - 11,0 ккал
250/5/5	Щи по-уральски с крупой и курицей, со сметаной Капуста квашеная, Лук репчатый, Морковь свежая, Крупа перловая, Курица отварная, Сметана, Масло подсолнечное, Лавровый лист, Томатная паста, Соль – В - 2,6 г, Ж - 3,70 г, У - 12,60 г, ОД - 186,30 ккал
100	Рулетиши Сырная смесь, Масло подсолнечное, Мука пшеничная, Морковь, Лук репчатый, Томатная паста, Соль, Лавровый лист – В - 11,24 г, Ж - 12,3 г, У - 0,4 г, ОД - 214,2 ккал
180	Каша гречневая рассыпчатая "по-домашнему" Крупа гречневая, Масло сливочное, Соль, Морковь, Лук репчатый – В - 4,32 г, Ж - 6,52 г, У - 12,48 г, ОД - 116,88 ккал
200	Сок фруктовый (яблочный) В - 1,0 г, Ж - 0,2 г, У - 10,00 г, ОД - 66,0 ккал
60	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами В - 4,0 г, Ж - 2,66 г, У - 30,60 г, ОД - 139,0 ккал
50	Батон обогащенный микронутриентами В - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 26,96 г, ОД - 136 ккал

Главный технолог

Зав. производством

СОГЛАСОВАНО
Директор школы №
Ф.И.О.

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



МЕНЮ (Льготное)
2 день
23 декабря 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, Повидло Б - 16,75 г, Ж - 18,41 г, У - 41,70 г, ЭЦ - 399,50 ккал
200	Чай с лимоном Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон Б - 0,29 г, Ж - 0,1 г, У - 14,69 г, ЭЦ - 59,90 ккал
100	Яблоко свежее Б - 0,4 г, Ж - 0,4 г, У - 9,8 г, ЭЦ - 44,4 ккал
40	Вафли Б - 2,88 г, Ж - 4,46 г, У - 19,6 г, ЭЦ - 124,00 ккал

Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2025 год
100	Салат из свежей капусты с огурцом Капуста белокочанная свежая, Морковь свежая, Огурцы свежие, Масло подсолнечное, Сахар-песок, Соль, Кислота лимонная Б - 1,02 г, Ж - 5,30 г, У - 4,36 г, ЭЦ - 88,50 ккал
250/5/5	Борщ с капустой и картофелем, отварной говядиной и сметаной Картофель, Свекла, Капуста белокочанная свежая, Говядина отварная, Лук репчатый, Морковь свежая, Томатная паста, Соль, Кислота лимонная, Сметана, Лавровый лист, Петрушка свежая, Масло подсолнечное Б - 4,28 г, Ж - 5,73 г, У - 12,01 г, ЭЦ - 115,50 ккал
100	Шницель рубленый мясной 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
180	Макаронные изделия отварные Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль Б - 6,60 г, Ж - 5,76 г, У - 37,56 г, ЭЦ - 229,20 ккал
200	Компот из сухофруктов Сухофрукты, Сахар-песок, Кислота лимонная Б - 0,6 г, Ж - 0,1 г, У - 23,50 г, ЭЦ - 97,20 ккал
60	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами Б - 4,80 г, Ж - 2,55 г, У - 30,60 г, ЭЦ - 138,0 ккал
50	Батон нарезной обогащенный микронутриентами Б - 4,0 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136,0 ккал

Главный технолог

Зав. производством _____

СОГЛАСОВАНО
Директор школы №
Ф.И.О.

Ремизова
Светлана
Николаевна

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



МЕНЮ (Льготное)
3 день
24 декабря 2025 г.

Выход, г		Завтрак обучающихся в 5-11 классах на 2025 год
200		Каша пшеничная вязкая с тыквой Крупа пшеничная, Тыква свежая, Молоко, Сахар-песок, Масло сливочное, Соль Б - 6,60 г, Ж - 8,26 г, У - 34,58 г, ЭЦ - 233,82 ккал
40		Бутерброд с сыром Батон пшеничный, Сыр Б - 4,31 г, Ж - 4,20 г, У - 13,56 г, ЭЦ - 105,87 ккал
200		Чай с сахаром Чай чёрный листовой, Сахар-песок Б - 0,2 г, Ж - 0,1 г, У - 15,00 г, ЭЦ - 60,0 ккал
100		Груша свежая Б - 0,4 г, Ж - 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
100		Салат из квашеной капусты Капуста квашеная, Масло подсолнечное, Сахар-песок, Лук репчатый Б - 1,60 г, Ж - 5,10 г, У - 7,70 г, ЭЦ - 83,0 ккал
250/5		Суп картофельный с горохом и гренками Картофель свежий, Морковь, Лук репчатый, Горох копченый, Масло подсолнечное, Соль, Лавровый лист, Батон пшеничный Б - 5,20 г, Ж - 3,30 г, У - 18,75 г, ЭЦ - 137,20 ккал
100		Котлета 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
200		Компот из свежих яблок Яблоки свежие, Сахар-песок, Лимонная кислота Б - 0,2 г, Ж - 0,2 г, У - 20,1 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		Батон обогащенный микронутриентами 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
Светлана
Николаевна

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



УТВЕРЖДЕНО
Генеральный директор
АО "Комбинат питания НЕВА"
С.Н. Филиппов

МЕНЮ (Льготное)
4 день
25 декабря 2025 г.

Выход, г	Завтрак обучающихся в 5-11 классах на 2025 год
200	Каша из пшона и риса молочная жидкая (Дружба) Крупа пшеничная, Крупа рисовая, Молоко, Сахар-песок, Масло сливочное, Соль Б - 12,00 г, Ж - 10,56 г, У - 35,06 г, ЭЦ - 232,40 ккал
25	Бутерброд с маслом сливочным Масло сливочное, Батон пшеничный Б - 2,0 г, Ж - 7,64 г, У - 12,82 г, ЭЦ - 138,70 ккал
200	Чай с лимоном Чай чёрный 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, Ж - 0,4 г, У - 9,8 г, ЭЦ - 44,4 ккал
150	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% Б - 4,1 г, Ж - 2,6 г, У - 4,9 г, ЭЦ - 87,00 ккал

Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2025 год
80/20	Салат из свеклы с яйцом Свекла, Яйцо куриное, Масло подсолнечное, Соль Б - 3,55 г, Ж - 8,75 г, У - 4,5 г, ЭЦ - 125,00 ккал
250/5	Суп с макаронными изделиями, картофелем и курой отварной Картофель свежий, Макаронные изделия, Лук репчатый, Морковь свежая, Масло подсолнечное, Соль, Лавровый лист, Укроп, Курица отварная Б - 3,8 г, Ж - 2,8 г, У - 16,10 г, ЭЦ - 117,0 ккал
100/20	Тефтели рыбные в соусе кисло - сладком с овощами Минтай с/м, Крупа рисовая, Лук репчатый, Морковь, Мука пшеничная, Томатная паста, Сахар, Кислота лимонная, Лавровый лист, Масло подсолнечное, Крахмал картофельный, Соль Б - 0,12 г, Ж - 7,54 г, У - 9,70 г, ЭЦ - 143,5 ккал
180	Картофель отварной Картофель, Масло сливочное, Соль Б - 3,45 г, Ж - 0,36 г, У - 24,36 г, ЭЦ - 160,40 ккал
200	Сок фруктовый (персиковый) Б - 1 г, Ж - 0,2 г, У - 15 г, ЭЦ - 76 ккал
60	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами Б - 4,80 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

Зав. производством

СОГЛАСОВАНО
Директор школы №
Ф.И.О.

Ремизова
Светлана
Николаевна
Подписано
цифровой подписью:
Ремизова Светлана
Николаевна
дата: 2025.08.19
12:41:45 +03'00'

УТВЕРЖДЕНО

Генеральный директор
АО "Комбинат питания НЕВА"
С.Н. Филиппов



**МЕНЮ (Льготное)
5 день
— 26 декабря 2025 г.**

Выход, г	Завтрак обучающихся в 5-11 классах на 2025 год
200/15	Макароны отварные с сыром Макаронные изделия, 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 г, Ж - 1,2 г, У - 16,8 г, 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 - 134,00 ккал
100	Апельсин свежий Б - 0,9 г, Ж - 0,2 г, У - 8,1 г, ЭЦ - 43,00 ккал

Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2025 год
100	Винегрет овощной Свекла свежая, 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 Картофель свежий, Огурцы соленые, Крупа перловая, Лук репчатый, 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
280	Голубцы ленивые Говядина с/м, Свинина с/м, Капуста белокочанная свежая, Крупа рисовая, Лук репчатый, Морковь свежая, Масло подсолнечное, Соль, Лавровый лист Б - 16,0 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 ккал
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 _____

Зав. производством _____

СОГЛАСОВАНО
Директор школы №
Ф.И.О.

Ремизова
Светлана
Николаев

Подписано цифровой
подписью: Ремизова
Светлана Николаевна
Дата: 2025.08.19
12:42:11 +03'00'



МЕНЮ (Льготное)

6 день

27 декабря 2025 г.

Завтрак обучающихся в 5-11 классах на 2025 год	
Выход, г	Каша кукурузная молочная жидкая с маслом сливочным
200/5	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 - 88,0 ккал
200	Кофеинный напиток Кофеинный напиток, Молоко, Сахар-песок Б - 1,5 г, Ж - 1,3 г, У - 22,4 г, ЭЦ - 107,00ккал
150	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% Б - 4,1 г, Ж - 2,5 г, У - 4,9 г, ЭЦ - 87,00ккал
100	Яблоко свежее Б - 0,4 г, Ж - 0,4 г, У - 9,8 г, ЭЦ - 44,4 ккал

Обед обучающихся в 5-11 классах на 2025 год	
Выход, г	<i>Салат из свежей моркови с яблоком</i>
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	<i>Щи из квашеной капусты с картофелем, отварной курицей и сметаной</i> Капуста квашеная, Картофель свежий, Морковь свежая, Лук репчатый, Томатная паста, Масло подсолнечное, Курица отварная, Сметана, Соль, Петрушка свежая, Лавровый лист Б - 3,50 г, Ж - 2,55 г, У - 16,20 г, ЭЦ - 96,30 ккал
120	<i>Печень, тушенная в соусе</i> Печень 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	<i>Пюре картофельное</i> Картофель, Молоко, Масло сливочное, Соль Б - 3,70 г, Ж - 6,40 г, У - 24,30 г, ЭЦ - 169,20 ккал
200	<i>Компот из апельсинов</i> Апельсины свежие, Сахар-песок Б - 0,5 г, Ж - 0,1 г, У - 21,30 г, ЭЦ - 95,20 ккал
60	<i>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</i> Б - 4,8 г, Ж - 2,55 г, У - 30,6 г, ЭЦ - 138,0 ккал
50	<i>Батон обогащенный микронутриентами</i> Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал

Главный технолог

Зав. производством

СОГЛАСОВАНО

Директор школы № Ремизова
Ф.И.О. Светлана
Николаевна

Подписано цифровой
подписью: Ремизова
Светлана Николаевна
Дата: 2025.08.19
12:42:38 +03'00'

УТВЕРЖДЕНО

Генеральный директор
АО "Комбинат питания НЕВА"
С.Н. Филиппов



МЕНЮ (Льготное)

7 день

29 декабря 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 Б - 11,94 г, Ж - 16,49 г, У - 38,72 г, ЭЦ - 294,26 ккал	Б
150	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% 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 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	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2025 год	
100	Огурец соленый порционно Огурцы соленые Б - 0,80 г, Ж - 0,10 г, У - 2,0 г, ЭЦ - 11,0 ккал	
250/10	Бульон куриный с вермишелью и яйцом Курица отварная, Макаронные изделия (вермишель), Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Соль, Петрушка зелень, Лавровый лист. Яйцо куриное 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, 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) Б - 1 г, Ж - 0,2 г, У - 19,8 г, ЭЦ - 86,00 ккал	
60	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами 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

Зав. производством

СОГЛАСОВАНО Ремизова
Директор школы № Светлана
Ф.И.О. Николаевна

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



МЕНЮ (Льготное)
8 день
— 30 декабря 2025 г.

Выход, г	Завтрак обучающихся в 5-11 классах на 2025 год	
190/15	Макароны отварные с сыром Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль, Сыр	Б - 14,7 г, Ж - 15,3 г, У - 35,9 г, ЭЦ - 341,3 ккал
45	Бутерброд с повидлом Батон пшеничный обогащенный. Повидло	Б - 2,2 г, Ж - 1,2 г, У - 16,8 г, ЭЦ - 86,8 ккал
200	Чай с лимоном Чай черный листовой, Сахар-песок, 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 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	
100	Салат витаминный 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 перловкой крупой Минтай филе с/м, Картофель. Крупа перловая, Лук репчатый, Морковь, Масло подсолнечное, Соль, Лавровый лист, Укроп свежий	Б - 5,97 г, Ж - 2,83 г, У - 19,6 г, ЭЦ - 128,75 ккал
100/20	Тефтели мясные в соус сметанный с томатом 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	Напиток из шиповника 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 макронутриентами	Б - 4,8 г, Ж - 2,55 г, У - 30,6 г, ЭЦ - 138,0 ккал
50	Батон обогащенный макронутриентами	Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал

Главный технолог

Зав. производством

СОГЛАСОВАНО
Директор школы № Ремизова
Ф.И.О. Светлана
Николаевна

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



МЕНЮ (Льготное)
19 день

— 12 января 2026 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 Б - 11,04 г, Ж - 16,49 г, У - 38,72 г, ЭЦ - 294,26 ккал
150	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% 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 Б - 2 г, Ж - 1,16 г, У - 12,09 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	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2025 год
100	Огурец соленый порционно Огурцы соленые Б - 0,80 г, Ж - 0,10 г, У - 2,0 г, ЭЦ - 11,0 ккал
250/10	Бульон куриный с вермишелью и яйцом Курица отварная, Макаронные изделия (вермишель), Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное, Соль, Петрушка зелень, Лавровый лист, Яйцо куриное 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, 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) Б - 1 г, Ж - 0,2 г, У - 19,8 г, ЭЦ - 86,00ккал
60	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами 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

Зав. производством

СОГЛАСОВАНО
Директор школы №
Ф.И.О.

Ремизова
Светлана
Николаевна

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



МЕНЮ (Льготное)

20 день

13 января 2026 г.

Выход, г	Завтрак обучающихся в 5-11 классах на 2025 год
190/15	Макароны отварные с сыром Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль, Сыр Б - 14,7 г, Ж- 15,3 г, У - 35,9 г, ЭЦ - 341,3 ккал
45	Бутерброд с повидлом Батон пшеничный обогащенный, Повидло Б - 2,2 г, Ж- 1,2 г, У - 16,8 г, ЭЦ - 86,8 ккал
200	Чай с лимоном Чай черный листовой, Сахар-песок, Лимон Б - 0,29 г, Ж- 0,1 г, У - 14,69 г, ЭЦ - 59,8 ккал
200	Молоко 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
100	Салат витаминный 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 свежий Б - 5,97 г, Ж - 2,83 г, У - 19,6 г, ЭЦ - 128,75 ккал
100/20	Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом 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	Напиток из шиповника 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 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

Зав. производством _____

СОГЛАСОВАНО
Директор школы № Ремизова
Ф.И.О. Светлана
Николаевна

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



МЕНЮ (Льготное)

21 день

14 января 2026 г.

Выход, г	Завтрак обучающихся в 5-11 классах на 2025 год
200	Плов фруктовый Крупа рисовая. Масло подсолнечное. 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	Бутерброд с яйцом Масло сливочное. Батон пшеничный. Яйцо куриное Б - 5,1 г, Ж- 7,15 г, У - 10,65 г, ЭЦ - 122,80 ккал
200	Какао с молоком Какао-порошок. Молоко. Сахар Б - 2,9 г, Ж - 2,5 г, У - 24,80 г, ЭЦ - 134,00 ккал
100	Груша свежая 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. 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	Компот из свежих яблок Яблоки свежие, Сахар-песок, Кислота лимонная Б - 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	Батон обогащенный микронутриентами 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
Светлана
Николаевна

Подписано
цифровой подписью:
Ремизова Светлана
Николаевна
Дата: 2025.08.19
12:48:55 +03'00'



МЕНЮ (Льготное)

22 день

15 января 2026 г.

Выход, г	Завтрак обучающихся в 5-11 классах на 2025 год
200/25	Запеканка творожная "Зебра" со сгущенным молоком Творог, Манная крупа, Сахар, Сметана, Какао - порошок, Яйцо куриное, Масло подсолнечное, Соль, Ванилин, Молоко сгущенное Б - 17,7 г, Ж - 17,30 г, У - 39,20 г, ЭЦ - 383,3 ккал
25	Батон нарезной обогащенный микронутриентами Б - 2,0 г, Ж - 1,18 г, У - 12,99 г, ЭЦ - 68,0 ккал
200	Чай с лимоном Чай черный листовой, Сахар-песок, Лимон Б - 0,29 г, Ж - 0,10 г, У - 14,69 г, ЭЦ - 59,90 ккал
100	Яблоко свежее 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, Капуста 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
280	Паста Болоньезе "по-школьному" 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) 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
50	Батон обогащенный микронутриентами 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
Светлана
Николаевна
а
Подписано
цифровой
подписью:
Ремизова Светлана
Николаевна
Дата: 2025.08.19
12:49:18 +03'00'



МЕНЮ (Льготное)

23 день

16 января 2026 г.

Выход, г	Завтрак обучающихся в 5-11 классах на 2025 год	
200	Омлет натуральный Яйца куриные, Молоко, Масло сливочное, Соль, Масло подсолнечное	Б - 12,10 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 - 105,87 ккал
200	Чай с сахаром Чай черный листовой, Сахар-песок	Б - 0,2 г, Ж - 0,1 г, У - 15,00 г, ЭЦ - 50,00 ккал
35	Зефир витаминизированный Б - 0,83 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 - 43,00 ккал	

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	Суп картофельный с горохом и гренками Картофель, Морковь, Лук репчатый, Соль, Горох копченый, Масло подсолнечное, Батон пшеничный, Лавровый лист	Б - 5,20 г, Ж - 3,3 г, У - 12,75 г, ЭЦ - 137,20 ккал
280	Жаркое по-домашнему со свининой Свинина сж., Картофель, Масло подсолнечное, Лук репчатый, Томатная паста, Соль, Лавровый лист	Б - 14,58 г, Ж - 17,43 г, У - 27,10 г, ЭЦ - 323,6 ккал
200	Компот из смеси сухофруктов Сухие сухофрукты компотные, 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 Б - 4,2 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

Зав. производством

СОГЛАСОВАНО
Директор школы №
Ф.И.О.

Ремизова
Светлана
Николаевна
Подписано
цифровой подписью:
Ремизова Светлана
Николаевна
Дата: 2025.08.19
12:49:44 +03'00'



**МЕНЮ (Льготное)
24 день**

— 17 января 2026 г.

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

Зав. производством