

Завтрак



№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
170	Каша ячневая молочная	200/6	8,3	7,8	75,78	405
Т.К. №2.1	Хлеб пшеничный с маслом	100/10	6,08	0,05	55,53	324,9
203	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35
	ИТОГО	516	14,48	16,45	140,42	764,9

Обед

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
57	Суп картофельный с крупой	250	3,380	4,380	17,090	119,850
123	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	200	10,600	6,220	47,910	289,610
189	Биточки мясные с томатным соусом	60/30	12,08	11	10,15	171
192	Компот из сухо фруктов	200	0,200	0,160	25,400	99,000
ХЛЕБ.ПШ.	Хлеб пшеничный	100	6	1,2	43,2	210
	ИТОГО	840	30,76	24,34	139,46	881,27

Ужин

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
211.05	Макаронные изделия отварные	200/6	7,27	5,38	48,35	263,1
17	Котлеты из птицы	60	10,000	11,000	8,000	171,000
203	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35
	ИТОГО	506	13,37	6,78	68,65	508,1
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1862	58,61	47,57	378,53	2154,27
	ЦЕНА					148,22

ОБЕД сотрудники

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
6	Салат из белокочанной капусты, моркови, кукурузы	100	2,35	6,98	11,30	108,83
215	Запеканка из творога со сгущенным молоком 70/15	85	16,439	6,862	19,006	206,454
196	Каша молочная "Дружба"	250	7,890	9,540	44,280	294,580
271	Чай с сахаром	200	0,080	0,020	10,010	40,510
ХЛЕБ.ПШ.	Хлеб пшеничный	50	6	1,2	43,2	210
	ИТОГО	685	15,78	22,06	83,13	591,92
	ЦЕНА					64,02

Шеф повар *Кашбуллина* /А.К. Кашбуллина/



МЕНЮ на 22.01.2026

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
10	Салат из белокочанной капусты, моркови и кукурузы	60	1,410	4,190	6,780	85,300
196	Каша молочная "Дружба"	200	6,310	7,890	36,410	235,680
215	Запеканка из творога со сгущенным молоком	85	16,439	6,862	19,006	205,454
260	Какао с молоком	200	3,3	3,1	13,8	94
1	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	25	1,975	0,249	12,035	60,258
3	Хлеб ржаной,	25	2,033	0,250	12,200	60,500
9	Сыр(порциями)	10	2,320	2,950	0,000	36,400
	Йогурт детский питьевой(витаминизированный)100	100	4,000	1,500	14,300	90,000
	ИТОГО ЦЕНА	785	37,787	26,731	113,331	848,572/97,28

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
6	Салат из белокочанной капусты, моркови кукурузы	100	2,35	6,98	11,30	108,83
196	Каша молочная "Дружба"	250	7,890	9,540	44,260	294,580
215	Запеканка из творога со сгущенным молоком 70/15	85	16,439	6,862	19,006	205,454
260	Какао с молоком	200	3,6	3,3	13,7	98
1	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	25	1,975	0,249	12,035	60,258
3	Хлеб ржаной	25	2,033	0,250	12,200	60,500
9	Сыр(порциями)	10	2,320	2,950	0,000	36,400
	Йогурт детский питьевой(витаминизированный)100	100	4,000	1,500	14,300	90,000
	ИТОГО ЦЕНА	795	37,788	28,384	143,201	982,225
						103,29

Завтрак (для детей, питающихся за счет родительского взноса)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
6	Салат из белокочанной капусты, моркови кукурузы	100	2,35	6,98	11,30	108,83
196	Каша молочная "Дружба"	250	7,890	9,540	44,260	294,580
271	Чай с сахаром	200	0,080	0,020	10,010	40,510
1	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	25	1,975	0,249	12,035	60,258
3	Хлеб ржаной	25	2,033	0,250	12,200	60,500
	ИТОГО ЦЕНА	600	15,029	17,082	109,895	649,371
						30,05

Завтрак (для обучающихся с ОВЗ, детей – инвалидов и детей участников СВО) 5-11 кл

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
196	Каша молочная "Дружба"	200	6,310	7,630	35,410	235,660
215	Запеканка из творога со сгущенным молоком 70/15	85	16,439	6,862	19,006	206,454
707	Компот из смеси сухофруктов	200	0,78	0,06	30,1	125,2
1	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	25	1,975	0,249	12,035	60,258
3	Хлеб ржаной	25	2,033	0,250	12,200	60,500
9	Сыр (порциями)	10	2,320	2,950	0,000	36,400
	Йогурт детский питьевой (витаминизированный) 100	100	4,000	1,500	14,300	90,000
	ИТОГО	645	33,278	19,641	118,361	788,272

Обед (для обучающихся с ОВЗ, детей – инвалидов и детей участников СВО) 5-11 кл

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
26	Винегрет	100	1,350	3,467	11,167	81,500
57	Суп картофельный с гречневой крупой-	250	3,380	4,380	17,090	119,650
93	Гуляш из отварной говядины	50/50	16,100	17,150	4,260	235,540
133	Картофельное пюре	200	5,050	6,490	22,850	166,930
289	Какао с молоком	200	3,3	3,1	13,6	94
1	Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами	20	1,620		9,760	48,400
2	Хлеб ржаной	30	1,500	0,300	13,400	63,000
	ИТОГО/ЦЕНА	800	38,2	38,8	89,5	863,4
		1445	54,07	51,4	181,5	1413,7/176,33

Обед (для обучающихся с ОВЗ, детей – инвалидов и детей участников СВО) 1-4 кл

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
26	Винегрет	60	0,810	2,080	5,700	48,900
57	Суп картофельный с крупой	250	3,380	4,380	17,090	119,650
93	Гуляш из отварной говядины	50/50	16,100	17,150	4,260	235,540
133	Картофельное пюре	200	5,050	6,490	22,850	166,930
707	Компот из смеси сухофруктов	200	0,78	0,06	30,1	125,2
1	Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами	20	1,620	0,200	9,760	48,400
3	Хлеб ржаной	30	0,700	0,230	2,200	13,050
5	ИТОГО/ ЦЕНА	760	30,7	26,9	91,1	738,5/93,53

ГПД

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
133	Картофельное пюре	200	5,050	6,490	22,850	166,930
93	Гуляш из отварной говядины	50/50	16,100	17,150	4,260	235,540
707	Компот из смеси сухофруктов	200	0,78	0,06	30,1	125,2
		40	2,76	0,4	97,28	84,72
1	Хлеб пшеничный					
	ИТОГО	540	28,88	18,52	126,66	769,61/76,76

Шеф повар  /А.К. Кашбуллина/