

Согласовано
Директор _____

Директор.

Сусейников Р.Р.

Утверждаю:

Ген. директор АО «Общепит»

Аминева Т.М.



МЕНЮ
на 21 января 2026г

1-4 классы

День: 3

Неделя: 2

Неделя: 2						
№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак на 76,96руб.						
1 смена Завтрак на 76,96руб.						
83,09	Котлеты рыбные с соусом томатным	90	8	7	11	144
302,47	Каша гречневая вязкая	150/5	5	5	21	153
631,08	Компот из свежих яблок	200			16	67
70,26	хлеб пшеничный для детского питания	30	2		15	68
71,31	Хлеб ржаной для детского питания	30	2		12	54
Итого за Завтрак		505	17	12	75	486

5-11 классы

ММС, ТЖС, Родительские взносы

Завтрак на 84,47руб.						
83,08	Котлеты рыбные с соусом томатным	100	8	8	12	152
302,85	Каша гречневая вязкая	180/5	6	6	26	176
631,08	Компот из свежих яблок	200			16	67
70,27	хлеб пшеничный для детского питания	50	4		25	113
71,31	Хлеб ржаной для детского питания	30	2		12	54
Итого за Завтрак		565	20	14	91	562

Калькулятор

Повар

Согласовано

Директор

Султманов Р.Р.

Утверждаю:

Ген. директор АО «Общепит»

Аминева Т.М.



МЕНЮ
на 21 января 2026г

1 смена
ОВЗ 1-4 классы

День: 3
Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
83,09	Котлеты рыбные с соусом томатным	90	8	7	11	144
302,47	Каша гречневая вязкая	150/5	5	5	21	153
631,08	Компот из свежих яблок	200			16	67
70,26	хлеб пшеничный для детского питания	30	2		15	68
71,31	Хлеб ржаной для детского питания	30	2		12	54
Итого за Завтрак		505	17	12	75	486
Обед						
17,09	Салат из моркови с растительным маслом	60	1	3	8	62
66,34	Суп - лапша домашняя на курином бульоне	200	9	10	12	175
132,31	Плов из курицы	180	17	24	41	446
686,01	Чай с сахаром, лимоном	200/7			8	33
70,29	хлеб пшеничный для детского питания	40	3		20	90
71,41	Хлеб ржаной для детского питания	20	1		8	36
Итого за Обед		707	31	37	97	842
Итого за день		160,48руб.	48	49	172	1328

Калькулятор

Повар



Согласовано

Директор

Султанов Р.Р.

Утверждаю:

Ген. директор АО «Общепит»

Аминова Т.М.



МЕНЮ
на 21 января 2026г

1 смена
СВО 1-4 классы

День: 3
Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак на 76,96руб.						
83,09	Котлеты рыбные с соусом томатным	90	8	7	11	144
302,47	Каша гречневая вязкая	150/5	5	5	21	153
631,08	Компот из свежих яблок	200			16	67
70,26	хлеб пшеничный для детского питания	30	2		15	68
71,31	Хлеб ржаной для детского питания	30	2		12	54
Итого за Завтрак		505	17	12	75	486
Обед на 86,07руб.						
17,14	Салат из моркови с растительным маслом	80	1	4	11	83
66,34	Суп - лапша домашняя на курином бульоне	200	9	10	12	175
132,31	Плов из курицы	180	17	24	41	446
686,01	Чай с сахаром, лимоном	200/7			8	33
70,29	хлеб пшеничный для детского питания	40	3		20	90
71,31	Хлеб ржаной для детского питания	30	2		12	54
Итого за Обед		737	32	38	104	881
Итого за день			49	50	179	1367

Калькулятор

Повар

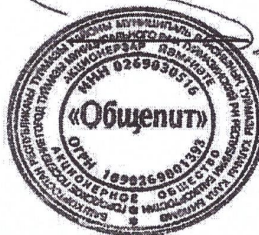


Директор _____

Султанова Р.Р.

Ген. директор АО «Общепит»

Аминева Т.М.



МЕНЮ
на 21 января 2026г

1 смена
ОВЗ, СВО 5-11 классы

День: 3

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак на 84,47руб.						
83,08	Котлеты рыбные с соусом томатным	100	8	8	12	152
302,85	Каша гречневая вязкая	180/5	6	6	26	176
631,08	Компот из свежих яблок	200			16	67
70,27	хлеб пшеничный для детского питания	50	4		25	113
71,31	Хлеб ржаной для детского питания	30	2		12	54
Итого за Завтрак		565	20	14	91	562
Обед на 92,64руб.						
17,1	Салат из моркови с растительным маслом	100	1	5	13	104
66,35	Суп - лапша домашняя на курином бульоне	250	11	13	15	220
132,35	Плов из курицы	200	18	25	47	486
686,01	Чай с сахаром, лимоном	200/7			8	33
70,27	хлеб пшеничный для детского питания	50	4		25	113
71,31	Хлеб ржаной для детского питания	30	2		12	54
Итого за Обед		837	36	43	120	1010
Итого за день 177,11руб.						
			56	57	211	1572

Калькулятор _____

Повар _____



Согласовано

Директор

Султанов Р.Р.

Утверждаю:

Ген. директор АО «Общепит»

Аминев Т.М.



МЕНЮ
на 21 января 2026г

5-11 классы
Сахарный диабет

День: 3
Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
32,17	Салат "Школьный"	100	1	8	7	108
429,01	Каша Артек вязкая с маслом	200/5	6	5	34	202
282,06	Чай	200				
71,5	Хлеб ржаной для детского питания	40	2		16	72
38,01	Яблоко	120			12	56
Итого за Завтрак		665	9	13	69	438
Обед						
53,23	Щи из свежей капусты (без картофеля)	250/5	2	5	6	76
96,73	Гуляш из отварного мяса (Без муки и томат - пасты, с растительным маслом).	45/45	15	16	1	206
211,02	Макаронные изделия отварные с маслом	200/5	8	5	49	274
284,04	Чай с лимоном	200				3
71,32	Хлеб ржаной для детского питания	50	3		20	89
Итого за Обед		800	28	26	76	648
Итого за день			37	39	145	1086

Калькулятор

Повар



Согласовано

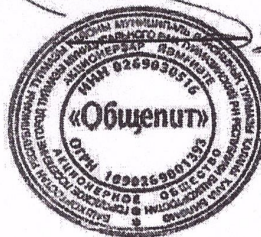
Директор

Султаново. Т.Т.

Утверждаю:

Ген. директор АО «Общепит»

Аминев Т.М.



МЕНЮ
на 21 января 2026г

5-11 классы
Родительские взносы

День: 3

Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Обед на 92,64руб.						
17,1	Салат из моркови с растительным маслом	100	1	5	13	104
66,35	Суп - лапша домашняя на курином бульоне	250	11	13	15	220
132,35	Плов из курицы	200	18	25	47	486
686,01	Чай с сахаром, лимоном	200/7			8	33
70,27	хлеб пшеничный для детского питания	50	4		25	113
71,31	Хлеб ржаной для детского питания	30	2		12	54
Итого за Обед		837	36	43	120	1010

Калькулятор

Повар

Аминев Т.М.



Согласовано

Директор

Аминев Р.Р.

Утверждаю:

Ген. директор АО «Общепит»

Аминева Т.М.

МЕНЮ
на 21 января 2026г

1-4 классы

День: 3

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
191,02	Каша молочная манная жидкая	200/5	6	8	32	223
1,21	Бутерброд с маслом	60/10	4	9	30	210
693,01	Какао с молоком	200	4	4	16	115
71,31	Хлеб ржаной для детского питания	30	2		12	54
Итого за Завтрак		505	16	21	90	602
2 Завтрак						
67,23	Фрукты	200	1	1	20	94
Итого за 2 Завтрак		200	1	1	20	94
Обед						
17,09	Салат из моркови с растительным маслом	60	1	3	8	62
66,34	Суп - лапша домашняя на курином бульоне	200	9	10	12	175
132,31	Плов из курицы	180	17	24	41	446
631,08	Компот из свежих яблок	200			16	67
70,27	хлеб пшеничный для детского питания	50	4		25	113
71,31	Хлеб ржаной для детского питания	30	2		12	54
Итого за Обед		720	33	37	114	917
Полдник						
769,03	Булочка дорожная	50	3	8	28	194
685,01	Чай с сахаром	200			8	31
69,18	Кондитерское изделие	50	4	5	36	206
Итого за Полдник		300	7	13	72	431
Ужин						
134,24	Салат "Мозаика"	60	2	4	7	73
196	Каша молочная Дружба жидкая	200/5	6	8	35	241
685,01	Чай с сахаром	200			8	31
70,29	хлеб пшеничный для детского питания	40	3		20	90
71,31	Хлеб ржаной для детского питания	30	2		12	54
Итого за Ужин		535	13	12	82	489
Ужин2						
63,26	Сок нат.	200	1		20	92
Итого за Ужин2		200	1	0	20	92
Итого за день			71	84	398	2625

Калькулятор

Повар



Ген. директор АО «Общепит»

Аминева Т.М.



МЕНЮ
на 21 января 2026г

5-11 классы

День: 3
Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
191,04	Каша молочная манная жидкая	220/5	7	8	35	242
1,24	Бутерброд с маслом	80/10	6	9	40	256
693,01	Какао с молоком	200	4	4	16	115
71,5	Хлеб ржаной для детского питания	40	2		16	72
Итого за Завтрак		555	19	21	107	685
2 Завтрак						
67,23	Фрукты	200	1	1	20	94
Итого за 2 Завтрак		200	1	1	20	94
Обед						
17,1	Салат из моркови с растительным маслом	100	1	5	13	104
66,35	Суп - лапша домашняя на курином бульоне	250	11	13	15	220
132,35	Плов из курицы	200	18	25	47	486
631,08	Компот из свежих яблок	200			16	67
70,27	хлеб пшеничный для детского питания	50	4		25	113
71,5	Хлеб ржаной для детского питания	40	2		16	72
Итого за Обед		840	36	43	132	1062
Полдник						
769,05	Булочка дорожная	100	7	15	56	388
685,01	Чай с сахаром	200			8	31
69,18	Кондитерское изделие	50	4	5	36	206
Итого за Полдник		350	11	20	100	625
Ужин						
134	Салат "Мозаика"	100	3	7	12	122
196,06	Каша молочная Дружба жидкая	220/5	7	9	39	261
685,01	Чай с сахаром	200			8	31
70,27	хлеб пшеничный для детского питания	50	4		25	113
71,31	Хлеб ржаной для детского питания	30	2		12	54
Итого за Ужин		605	16	16	96	581
Ужин2						
63,26	Сок нат.	200	1		20	92
Итого за Ужин2		200	1	0	20	92
Итого за день			84	101	475	3139

Калькулятор
Повар