



Согласовано

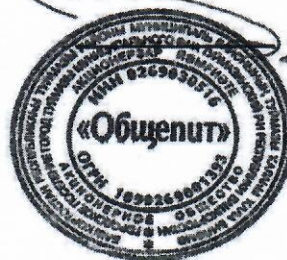
Директор

Султанова Р.Р.

Утверждаю:

Ген. директор АО «Общепит»

Аминова Т.М.



МЕНЮ
на 12 января 2026г

1-4 классы

День: 1
Неделя: 1

№ 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.						
4,09	Котлеты куриные с соусом томатным	90	8	12	8	166
302,47	Каша гречневая вязкая	150/5	5	5	21	153
685,01	Чай с сахаром	200			8	31
70,29	хлеб пшеничный для детского питания	40	3		20	90
71,41	Хлеб ржаной для детского питания	20	1		8	36
Итого за Завтрак		505	17	17	65	476

5-11 классы
ММС, ТЖС, Родительские взносы

Завтрак на 84,47руб.						
4,2	Котлеты куриные с соусом томатным	100	8	12	8	174
302,85	Каша гречневая вязкая	180/5	6	6	26	176
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 Завтрак		565	20	18	79	548

Калькулятор

Повар

Султанова Р.Р.



Согласовано

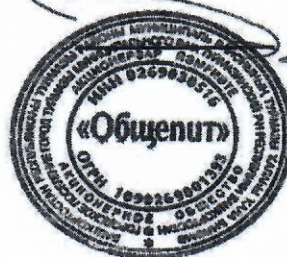
Директор

Галимова Р.Р.

Утверждаю:

Ген. директор АО «Общепит»

Аминев Т.М.



МЕНЮ
на 12 января 2026г

1 смена
ОВЗ 1-4 классы

День: 1
Неделя: 1

№ 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						
4,09	Котлеты куриные с соусом томатным	90	8	12	8	166
302,47	Каша гречневая вязкая	150/5	5	5	21	153
685,01	Чай с сахаром	200			8	31
70,29	хлеб пшеничный для детского питания	40	3		20	90
71,41	Хлеб ржаной для детского питания	20	1		8	36
Итого за Завтрак		505	17	17	65	476
Обед						
51,03	Салат из свеклы с растительным маслом	60	1	6	5	77
54,02	Рассольник ленинградский на мясном бульоне со сметаной	200/5	7	8	16	161
113,05	Плов из отварной говядины	175	12	15	40	335
685,01	Чай с сахаром	200			8	31
70,26	хлеб пшеничный для детского питания	30	2		15	68
71,31	Хлеб ржаной для детского питания	30	2		12	54
Итого за Обед		700	24	29	96	726
Итого за день		160,48руб.	41	46	161	1202

Калькулятор

Повар

Аминев Т.М.



Согласовано

Директор

Султанова Р.Р.

Утверждаю:

Ген. директор АО «Общепит»

Аминев Т.М.



МЕНЮ
на 12 января 2026г

1 смена
ОВЗ, СВО 5-11 классы

День: 1
Неделя: 1

№ 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.						
4,2	Котлеты куриные с соусом томатным	100	8	12	8	174
302,85	Каша гречневая вязкая	180/5	6	6	26	176
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 Завтрак		565	20	18	79	548
Обед на 92,64руб.						
51,1	Салат из свеклы с растительным маслом	100	1	10	8	128
54,04	Рассольник ленинградский на мясном бульоне со сметаной	250/10	9	11	20	210
113,11	Плов из отварной говядины	180	14	16	40	353
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 Обед		820	30	37	113	889
Итого за день		177,11руб.	50	55	192	1437

Калькулятор
Повар

Султанова Р.Р.



Согласовано

Директор _____

Султанова Р.Р.

Утверждаю:

Ген. директор АО «Общепит»

Аминева Т.М.



МЕНЮ
на 12 января 2026г

1 смена
СВО 1-4 классы

День: 1
Неделя: 1

№ 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.						
4,09	Котлеты куриные с соусом томатным	90	8	12	8	166
302,47	Каша гречневая вязкая	150/5	5	5	21	153
685,01	Чай с сахаром	200			8	31
70,29	хлеб пшеничный для детского питания	40	3		20	90
71,41	Хлеб ржаной для детского питания	20	1		8	36
Итого за Завтрак		505	17	17	65	476
Обед на 86,07руб.						
51,27	Салат из свеклы с растительным маслом	80	1	8	6	103
54,02	Рассольник ленинградский на мясном бульоне со сметаной	200/5	7	8	16	161
113,05	Плов из отварной говядины	175	12	15	40	335
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 Обед		730	25	31	102	774
Итого за день		163,03руб.	42	48	167	1250

Калькулятор _____
Повар _____

Султанова Р.Р.



Согласовано

Директор

Бусиенкова Р.Р.

Утверждаю:

Ген. директор АО «Общепит»

Аминева Т.М.



МЕНЮ
на 12 января 2026г

5-11 классы
Сахарный диабет

День: 1

Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
80,11	Рыба, тушеная с овощами	60/50	12	6	2	109
175,03	Каша гречневая вязкая с маслом	150/4	5	5	21	145
282,06	Чай	200				
71,5	Хлеб ржаной для детского питания	40	2		16	72
38,03	Яблоко	200	1	1	20	94
Итого за Завтрак		704	20	12	59	420
Обед						
27,04	Салат из свеклы с яблоками	100	1	5	9	86
53,23	Щи из свежей капусты (без картофеля)	250/5	2	5	6	76
233,01	Мясо птицы, припущенное в томатном соусе	60/50	26	24	3	332
429,01	Каша Артек вязкая с маслом	200/5	6	5	34	202
294,17	Напиток лимонный (б/сах)	200				2
71,32	Хлеб ржаной для детского питания	50	3		20	89
Итого за Обед		920	38	39	72	787
Итого за день			58	51	131	1207

Калькулятор

Повар

А.А.А.



Согласовано
Директор

Султанова Р.Р.

Утверждаю:

Ген. директор АО «Общепит»

Аминова Т.М.



МЕНЮ
на 12 января 2026г

1-4 классы

День: 1

Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
193,08	Каша молочная рисовая жидкая	200/5	5	8	33	223
3,06	Бутерброд с сыром	60/10	7	3	30	171
287	Кофейный напиток на молоке	200	3	3	13	94
71,31	Хлеб ржаной для детского питания	30	2		12	54
Итого за Завтрак		505	17	14	88	542
2 Завтрак						
67,23	Фрукты	200	1	1	20	94
Итого за 2 Завтрак		200	1	1	20	94
Обед						
51,03	Салат из свеклы с растительным маслом	60	1	6	5	77
54,16	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	2	4	16	107
4,09	Котлеты куриные с соусом томатным	90	8	12	8	166
302,47	Каша гречневая вязкая	150/5	5	5	21	153
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 Обед		780	21	27	90	678
Полдник						
250,04	Пирожки печеные с картофелем	50	4	4	23	138
685,01	Чай с сахаром	200			8	31
69,18	Кондитерское изделие	50	4	5	36	206
Итого за Полдник		300	8	9	67	375
Ужин						
41,08	Салат "Студенческий	60	2	7	6	95
132,33	Плов из курицы	175	15	22	41	421
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		505	22	29	87	691
Ужин2						
63,26	Сок нат.	200	1		20	92
Итого за Ужин2		200	1	0	20	92
Итого за день			70	80	372	2472

Калькулятор
Повар

2026

Согласовано
ДиректорБуреева Г. Р.

Утверждаю:

Ген. директор АО «Общепит»

Аминева Т.М.

МЕНЮ
на 12 января 2026г

5-11 классы

День: 1
Неделя: 1

№ 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						
193,06	Каша молочная рисовая жидкая	220/5	6	8	36	242
3,24	Бутерброд с сыром	80/10	8	3	40	216
287	Кофейный напиток на молоке	200	3	3	13	94
71,5	Хлеб ржаной для детского питания	40	2		16	72
Итого за Завтрак		555	19	14	105	624
2 Завтрак						
67,23	Фрукты	200	1	1	20	94
Итого за 2 Завтрак		200	1	1	20	94
Обед						
51,1	Салат из свеклы с растительным маслом	100	1	10	8	128
54,2	Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	3	6	20	142
4,2	Котлеты куриные с соусом томатным	100	8	12	8	174
302,85	Каша гречневая вязкая	180/5	6	6	26	176
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 Обед		915	23	34	102	795
Полдник						
250,03	Пирожки печеные с картофелем	100	7	7	46	276
685,01	Чай с сахаром	200			8	31
69,18	Кондитерское изделие	50	4	5	36	206
Итого за Полдник		350	11	12	90	513
Ужин						
41,07	Салат "Студенческий	100	3	12	10	159
132,35	Плов из курицы	200	18	25	47	486
685,01	Чай с сахаром	200			8	31
70,27	хлеб пшеничный для детского питания	50	4		25	113
71,32	Хлеб ржаной для детского питания	50	3		20	89
Итого за Ужин		600	28	37	110	878
Ужин2						
63,26	Сок нат.	200	1		20	92
Итого за Ужин2		200	1	0	20	92
Итого за день			83	98	447	2996

Калькулятор
ПоварГад