

Меню для учащихся с 1 по 4 класс (завтрак)

Утверждаю зам директора
ООО «Аврора»

Согласовано директор
МБОУ СОШ № 3

Меню с 10 марта по 13 марта 2026г.

Д. Перякина

Вторник

		Белки(г р)	Жиры(гр)	Углеводы(гр)	ЭЦ (ккал)
100	Ромштекс куриный с томатным соусом	13,40	14,80	2,80	219,50
150	Макаронные изделия отварные	5,82	4,31	37,08	210,50
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
50	Хлеб пшеничный для детского питания	4,0	0,5	27,50	130,0

76-96

Среда

8	Масло сливочное (порциями)	0,06	5,8	0,1	52,88
150/5	Каша пшеничная молочная (вязкая) с маслом	4,6	9,96	35,25	237,47
100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,40	0,40	9,8	48,0
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
50	Батон нарезной для детского питания	3,85	1,50	25,05	129,50

76-96

Четверг

100	Птица, тушеная в сметанном соусе	11,10	10,20	9,60	174,80
150/5	Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом	8,7	5,4	45,00	263,80
200/7	Чай с сахаром и лимоном	0,26	0,05	15,12	59,0
50	Хлеб пшеничный для детского питания	4,0	0,5	27,5	130,0

76-96

Пятница

130/20	Запеканка из творога со сгущенным молоком	30,0	8,0	33,0	330,0
200/7	Чай с сахаром и лимоном	0,26	0,05	15,12	59,0
100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,4	0,4	10,0	47,0
50	Батон нарезной для детского питания	3,85	1,50	25,05	129,50

76-96

Итого

307-84

Составил технолог ООО «Аврора».

Л. Лебедькова Е.М.

Повар.

С. С.

Меню для учащихся с 5 по 11 класс за счет родительских средств (завтрак)

Утверждаю зам директора
ООО «Аврора»

Согласовано директор
МБОУ СОШ № 6

Д.А. Дерягина и.в.

Меню с 10 марта по 13 марта 2026г.

Вторник

			Белки(гр)	Жиры(гр)	Углеводы(гр)	ЭЦ (калл)
20	Сыр (порциями)	20-25	4,64	5,9	0,0	72,80
100	Ромштекс куриный с томатным соусом	65-86	13,40	14,80	2,80	219,50
180	Макаронные изделия отварные	12-59	6,98	5,17	44,50	252,60
200	Чай с сахаром	2-83	0,20	0,05	15,01	57,0
50	Хлеб пшеничный для детского питания	3-75	4,0	0,5	27,5	130,0
			105-28			

Среда

10	Масло сливочное (порциями)	9-98	0,05	8,25	0,08	75,0
200/10	Каша пшеничная молочная (вязкая) с маслом	23-41	8,18	12,80	42,46	318,00
100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	20-47	0,40	0,40	9,8	48,0
200	Чай с сахаром	2-83	0,2	0,05	15,01	57,0
50	Батон нарезной для детского питания	5-16	3,85	1,50	25,05	129,50
			61-85			

Четверг

100	Птица, тушеная в сметанном соусе	65-21	11,10	10,20	9,60	174,80
200/5	Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом	10-92	11,60	7,20	60,0	351,73
200/7	Чай с сахаром и лимоном	6-83	0,26	0,05	15,12	59,0
50	Хлеб пшеничный для детского питания	3-75	4,0	0,50	27,50	130,0
			86-71			

Пятница

150/20	Запеканка из творога со сгущенным молоком	109-34	34,61	9,20	38,07	380,76
200/7	Чай с лимоном и сахаром	6-83	0,26	0,05	15,12	59,00
130	Фрукты свежие (яблоко) порционно	26-62	0,52	0,52	14,0	61,0
50	Батон нарезной для детского питания	5-16	3,85	1,50	25,05	129,50
			147-95			

Итого

401-79

Составил технолог ООО «Аврора».
Повар. *с.п.*

л. Лебедькова.Е.М.

Д. Я. Яковлев

Лебедькова.Е.М.

Меню для детей с ограниченными возможностями здоровья и дети – инвалиды
(завтрак и обед) с 1 по 4 кл.

Утверждаю зам директора
 ООО «Аврора»

Согласовано директор
 МБОУ СОШ № 6

Меню с 10 марта по 13 марта 2026г.

В.В. Дерягина

**Вторник
Завтрак**

		Белки(г р)	Жиры(гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (ккал)
100	Ромштекс куриный с томатным соусом	13,40	14,80	2,80	219,50
150	Макаронные изделия отварные	5,82	4,31	37,08	210,50
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	3,30	0,54	19,32	95,10

Обед

200/5	Щи «Новгородские» со сметаной	2,03	6,00	8,49	89,00
80	Говядина по мексикански	10,56	8,64	3,52	158,48
150/5	Каша перловая (рассыпчатая) с маслом	4,20	4,40	26,88	167,00
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	3,30	0,54	19,32	95,10
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60

Итого 160-48

**Среда
Завтрак**

150/5	Каша пшенная молочная (вязкая) с маслом	4,6	9,96	35,25	237,47
8	Масло сливочное (порциями)	0,06	5,8	0,1	52,88
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
40	Батон нарезной для детского питания	3,08	1,20	20,04	103,60

Обед

200/5	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	2,80	4,09	11,30	102,20
100	Котлеты из птицы с томатным соусом	10,05	9,58	9,10	162,56
150	Картофельное пюре	3,00	6,00	22,00	153,00
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	3,30	0,54	19,32	95,10
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60

Итого 160-48

**Четверг
Завтрак**

80	Птица, тушенная в сметанном соусе	8,88	8,16	7,68	139,84
150/5	Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом	8,7	5,4	45,00	263,80
200/7	Чай с сахаром и лимоном	0,26	0,05	15,12	59,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	3,30	0,54	19,32	95,10

Обед

200/15	Суп картофельный с бобовыми и гренками	7,70	4,10	30,80	194,00
175	Азу с картофелем	16,28	21,44	12,69	135,83
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60

Итого 160-48

Пятница

Завтрак

130/20	Запеканка из творога со сгущенным молоком	30,0	8,0	33,0	330,0
200/7	Чай с сахаром и лимоном	0,26	0,05	15,12	59,0
100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,4	0,4	10,0	47,0
40	Батон нарезной для детского питания	3,08	1,20	20,04	103,60

Обед

200	Суп лапша домашняя	2,22	3,95	10,08	88,8
175	Плов из мяса говядины	12,63	15,50	37,91	340,27
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	3,30	0,54	19,32	95,10
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60

160-48

Всего

641-92

Составил технолог ООО «Аврора».

 **Лебедькова.Е.М.**

Повар.



Меню для детей СВО (завтрак и обед) с 1 по 4 кл.

Утверждаю зам директора
ООО «Аврора»

Согласовано директор
МБОУ СОШ № 6

Р.Р. Дерягина И.В.

Меню с 10 марта по 13 марта 2026г.

**Вторник
Завтрак**

		Белки(г р)	Жиры(гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (калл)
100	Ромштекс куриный с томатным соусом	13,40	14,80	2,80	219,50
150	Макаронные изделия отварные	5,82	4,31	37,08	210,50
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	3,30	0,54	19,32	95,10

Обед

200/5	Щи «Новгородские» со сметаной	2,03	6,00	8,49	89,00
80	Говядина по мексикански	10,56	8,64	3,52	158,48
150/5	Каша перловая (рассыпчатая) с маслом	4,20	4,40	26,88	167,00
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	3,30	0,54	19,32	95,10
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60

Итого

163-03

**Среда
Завтрак**

150/5	Каша пшенная молочная (вязкая) с маслом	4,6	9,96	35,25	237,47
8	Масло сливочное (порциями)	0,06	5,8	0,1	52,88
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
40	Батон нарезной для детского питания	3,08	1,20	20,04	103,60

Обед

200/5	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	2,80	4,09	11,30	102,20
60/40	Котлеты из птицы с томатным соусом	10,05	9,58	9,10	162,56
150	Картофельное пюре	3,00	6,00	22,00	153,00
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	3,30	0,54	19,32	95,10
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60

Итого

163-03

**Четверг
Завтрак**

80	Птица, тушенная в сметанном соусе	8,88	8,16	7,68	139,84
150/5	Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом	8,7	5,4	45,00	263,80
200/7	Чай с сахаром и лимоном	0,26	0,05	15,12	59,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	3,30	0,54	19,32	95,10

Обед

200/15	Суп картофельный с бобовыми и гренками	7,70	4,10	30,80	194,00
175	Азу с картофелем	16,28	21,44	12,69	135,83
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60

Итого

163-03

Пятница

Завтрак

130/20	Запеканка из творога со сгущенным молоком	30,0	8,0	33,0	330,0
200/7	Чай с сахаром и лимоном	0,26	0,05	15,12	59,0
100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,4	0,4	10,0	47,0
40	Батон нарезной для детского питания	3,08	1,20	20,04	103,60

Обед

200	Суп лапша домашняя	2,22	3,95	10,08	88,8
175	Плов из мяса говядины	12,63	15,50	37,91	340,27
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	3,30	0,54	19,32	95,10
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60

163-03

Всего

652-12

Составил технолог ООО «Аврора».

 **Лебедькова.Е.М.**

Повар 

Меню для детей с ограниченными возможностями здоровья и дети – инвалиды и
СВО (завтрак и обед) с 5 по 11 кл.

Утверждаю зам директора
ООО «Аврора»

Согласовано директор
МБОУ СОШ № 6

Меню с 10 марта по 13 марта 2026г.

В.В. Держина

Вторник

Завтрак

		Белки(г р)	Жиры(гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (ккал)
100	Ромштекс куриный с томатным соусом	13,40	14,80	2,80	219,50
180	Макаронные изделия отварные	6,98	5,17	44,50	252,60
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	3,30	0,54	19,32	95,10

Обед

250/5	Щи «Новгородские» со сметаной	2,53	7,50	10,61	111,25
80	Говядина по мексикански	10,56	8,64	3,52	158,48
180/5	Каша перловая (рассыпчатая) с маслом	5,40	4,69	37,20	216,00
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	3,30	0,54	19,32	95,10
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60

Итого

177-11

**Среда
Завтрак**

200/5	Каша пшеничная молочная (вязкая) с маслом	7,98	12,49	41,4	300,42
8	Масло сливочное (порциями)	0,06	5,8	0,1	52,88
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
40	Батон нарезной для детского питания	3,08	1,20	20,04	103,60

Обед

250/5	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	3,50	5,10	14,10	127,70
100	Котлеты из птицы с томатным соусом	10,05	9,58	9,10	162,56
180	Картофельное пюре	3,96	6,12	26,52	177,65
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	3,30	0,54	19,32	95,10
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60

Итого

177-11

**Четверг
Завтрак**

80	Птица, тушеная в сметанном соусе	11,10	10,20	9,60	174,80
180/5	Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом	10,44	6,48	54,00	316,56
200/7	Чай с сахаром и лимоном	0,26	0,05	15,12	59,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	3,30	0,54	19,32	95,10

Обед

250/20	Суп картофельный с бобовыми и гренками	9,62	5,10	38,50	242,00
180	Азу с картофелем	16,75	22,06	13,06	319,72
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60

Итого

177-11

Пятница

Завтрак

150/20	Запеканка из творога со сгущенным молоком	34,61	9,20	38,07	380,76
200/7	Чай с сахаром и лимоном	0,26	0,05	15,12	59,0
100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,4	0,4	10,0	47,0
40	Батон нарезной для детского питания	3,08	1,20	20,04	103,60

Обед

250	Суп лапша домашняя	2,77	4,93	12,60	111,00
180	Плов из мяса говядины	13,00	16,00	39,00	350,00
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
30	Хлеб пшеничный для детского питания	3,30	0,54	19,32	95,10
30	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60

177-11

Всего

708-44

Составил технолог ООО «Аврора».

 **Лебедькова.Е.М.**

Повар. 