

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

Утверждаю директор  
 ООО «МШКОП»

Согласовано директор  
 МБОУ СОШ №6

*Д.А. Дроздова И.В.*

**Меню с 20 октября по 24 октября 2025г.**



**Понедельник  
 Завтрак**

|       |                                         | Белки(гр) | Жиры(гр) | Углеводы<br>(гр) | ЭЦ<br>(ккал) |
|-------|-----------------------------------------|-----------|----------|------------------|--------------|
| 100   | Ромштекс куриный с томатным соусом      | 13,40     | 16,80    | 8,80             | 219,50       |
| 180   | Макаронные изделия отварные (вермишель) | 6,98      | 5,17     | 44,50            | 252,60       |
| 200/7 | Чай с сахаром и лимоном                 | 0,26      | 0,05     | 15,12            | 59,0         |
| 30    | Хлеб пшеничный для детского питания     | 2,28      | 0,27     | 14,53            | 69,60        |

**Обед**

|       |                                           |       |      |       |        |
|-------|-------------------------------------------|-------|------|-------|--------|
| 250/5 | Рассольник домашний со сметаной           | 2,31  | 5,61 | 13,66 | 116,25 |
| 80    | Азу по - татарски                         | 10,66 | 7,32 | 4,72  | 126,64 |
| 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**

**168-04**

**Вторник  
 Завтрак**

|       |                                                  |      |       |       |        |
|-------|--------------------------------------------------|------|-------|-------|--------|
| 100   | Фрукты свежие (яблоко) порционно                 | 0,40 | 0,40  | 9,8   | 48,0   |
| 200/5 | Каша овсяная «Геркулес» молочная жидкая с маслом | 8,16 | 10,50 | 37,06 | 276,15 |
| 10    | Масло сливочное (порциями)                       | 0,05 | 8,25  | 0,08  | 75,00  |
| 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 капустой и картофелем со сметаной  | 1,90  | 5,08  | 9,98  | 94,09  |
| 100   | Шницель школьный с томатным соусом        | 13,40 | 14,80 | 2,80  | 219,50 |
| 180/5 | Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом     | 10,44 | 6,48  | 54,00 | 316,56 |
| 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  |
| 30    | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | 2,28  | 0,27  | 14,53 | 69,60  |

**Итого**

**168-04**

**Среда  
 Завтрак**

|       |                                     |      |       |       |        |
|-------|-------------------------------------|------|-------|-------|--------|
| 10    | Сыр (порциями)                      | 2,63 | 2,66  | 0,0   | 35     |
| 180/5 | Омлет натуральный                   | 18,0 | 25,20 | 3,60  | 315,60 |
| 100   | Фрукты свежие (яблоко) порционно    | 0,40 | 0,40  | 9,8   | 48,0   |
| 200/7 | Чай с сахаром и лимоном             | 0,26 | 0,05  | 15,12 | 59,0   |
| 30    | Хлеб пшеничный для детского питания | 2,28 | 0,27  | 14,53 | 69,60  |

**Обед**

|        |                                           |       |       |       |        |
|--------|-------------------------------------------|-------|-------|-------|--------|
| 250/20 | Суп картофельный с бобовыми и гренками    | 9,62  | 5,10  | 38,50 | 242,0  |
| 220    | Говядина тушеная с картофелем             | 13,20 | 14,50 | 21,01 | 267,60 |
| 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**

**168-04**

**Четверг  
Завтрак**

|       |                                                     |      |      |       |        |
|-------|-----------------------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 200/5 | Каша молочная из пшеничной крупы жидкая с маслом    | 7,62 | 7,62 | 37,93 | 243,18 |
| 1/100 | Кисломолочный продукт для детского питания (йогурт) | 3,2  | 3,2  | 9,2   | 80,0   |
| 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 | Куллама по – деревенски на курином бульоне | 15,00 | 8,75  | 16,25 | 202,50 |
| 220 | Плов из мяса птицы (отварной)              | 18,64 | 25,85 | 46,06 | 490,77 |
| 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  |
| 30  | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания  | 2,28  | 0,27  | 14,53 | 69,60  |

**168-04**

**Пятница  
Завтрак**

|       |                                       |       |       |       |        |
|-------|---------------------------------------|-------|-------|-------|--------|
| 100   | Ромштекс куриный с томатным соусом    | 13,40 | 16,80 | 8,80  | 219,50 |
| 180/5 | Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом | 10,44 | 6,48  | 54,00 | 316,56 |
| 200/7 | Чай с лимоном и сахаром               | 0,26  | 0,05  | 15,12 | 59,0   |
| 30    | Хлеб пшеничный для детского питания   | 2,28  | 0,27  | 14,53 | 69,60  |

**Обед**

|       |                                               |       |       |       |        |
|-------|-----------------------------------------------|-------|-------|-------|--------|
| 250/5 | Суп с мелконашинкованными овощами со сметаной | 13,00 | 12,00 | 9,26  | 210,50 |
| 80    | Рыба, тушенная в томате с овощами             | 8,29  | 4,59  | 4,28  | 91,59  |
| 150   | Картофельное пюре                             | 3,0   | 6,0   | 22,0  | 153,00 |
| 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  |
| 30    | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания     | 2,28  | 0,27  | 14,53 | 69,60  |

**168-04**

**840-20**

**Всего**

**Составил технолог ООО «МШКОП».**

 **Лебедькова.Е.М.**

**Повар.**

Меню для детей с ограниченными возможностями здоровья и дети – инвалиды и

СВО (завтрак и обед) с 1 по 4 кл.

Утверждаю директор  
ООО «МШКОП»

Согласовано директор

МБОУ СОШ № 6

*Р.Р. Держина М.В.*

Меню с 20 октября по 24 октября 2025г.



**Понедельник**

**Завтрак**

|       |                                         | Белки(г<br>р) | Жиры(гр) | Углеводы<br>(гр) | ЭЦ<br>(калл) |
|-------|-----------------------------------------|---------------|----------|------------------|--------------|
| 90    | Сосиски отварные                        | 9,00          | 19,53    | 0,72             | 206,00       |
| 150   | Макаронные изделия отварные (вермишель) | 5,82          | 4,31     | 37,08            | 210,50       |
| 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**

|       |                                           |       |      |       |        |
|-------|-------------------------------------------|-------|------|-------|--------|
| 200/5 | Рассольник домашний со сметаной           | 1,85  | 4,49 | 10,93 | 93,00  |
| 80    | Азу по - татарски                         | 10,66 | 7,32 | 4,72  | 126,64 |
| 150/5 | Каша перловая (рассыпчатая) с маслом      | 4,50  | 3,91 | 31,00 | 180,00 |
| 200   | Чай с сахаром                             | 0,2   | 0,05 | 15,0  | 57,0   |
| 25    | Хлеб пшеничный детского питания           | 1,90  | 0,22 | 12,10 | 58,0   |
| 30    | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | 2,28  | 0,27 | 14,53 | 69,60  |

**Итого**

**150-82**

**Вторник**

**Завтрак**

|       |                                                  |      |      |       |        |
|-------|--------------------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 8     | Масло сливочное (порциями)                       | 0,06 | 5,8  | 0,1   | 52,88  |
| 150/5 | Каша овсяная «Геркулес» молочная жидкая с маслом | 6,27 | 8,07 | 28,48 | 212,17 |
| 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   |
| 40    | Батон нарезной для детского питания              | 3,08 | 1,20 | 20,04 | 103,60 |

**Обед**

|       |                                           |       |       |       |        |
|-------|-------------------------------------------|-------|-------|-------|--------|
| 200/5 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной  | 1,55  | 4,08  | 8,02  | 75,64  |
| 100   | Шницель школьный с томатным соусом        | 13,40 | 14,80 | 2,80  | 219,50 |
| 150/5 | Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом     | 8,7   | 5,4   | 45,00 | 263,80 |
| 200   | Чай с сахаром                             | 0,2   | 0,05  | 15,01 | 57,0   |
| 25    | Хлеб пшеничный детского питания           | 1,90  | 0,22  | 12,10 | 58,0   |
| 30    | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | 2,28  | 0,27  | 14,53 | 69,60  |

**Итого**

**150-82**

**Среда**  
**Завтрак**

|       |                                     |       |       |       |        |
|-------|-------------------------------------|-------|-------|-------|--------|
| 10    | Сыр (порциями)                      | 2,63  | 2,66  | 0,0   | 36     |
| 150/5 | Омлет натуральный                   | 15,00 | 21,00 | 3,00  | 263,00 |
| 100   | Фрукты свежие (яблоко) порционно    | 0,40  | 0,40  | 9,8   | 48,0   |
| 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**

|        |                                           |      |       |       |       |
|--------|-------------------------------------------|------|-------|-------|-------|
| 200/20 | Суп картофельный с бобовыми и гренками    | 7,70 | 4,10  | 30,80 | 194,0 |
| 175    | Говядина тушеная с картофелем             | 11,0 | 12,09 | 17,51 | 223,0 |
| 200    | Чай с сахаром                             | 0,2  | 0,05  | 15,01 | 57,0  |
| 30     | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | 2,28 | 0,27  | 14,53 | 69,60 |

**Итого**

**150-82**



**Четверг  
Завтрак**

|       |                                                     |      |      |       |        |
|-------|-----------------------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 150/5 | Каша молочная из пшеничной крупы жидкая с маслом    | 5,86 | 5,86 | 27,65 | 186,84 |
| 1/100 | Кисломолочный продукт для детского питания (йогурт) | 3,2  | 3,2  | 9,2   | 80,0   |
| 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 | Куллама по – деревенски на курином бульоне | 12,0  | 7,0   | 13,0  | 162,0 |
| 180 | Плов из мяса птицы (отварной)              | 16,44 | 22,80 | 40,60 | 433,0 |
| 200 | Чай с сахаром                              | 0,2   | 0,05  | 15,01 | 57,0  |
| 25  | Хлеб пшеничный детского питания            | 1,90  | 0,22  | 12,10 | 58,0  |
| 30  | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания  | 2,28  | 0,27  | 14,53 | 69,60 |

**150-82**

**Пятница  
Завтрак**

|       |                                       |       |       |       |        |
|-------|---------------------------------------|-------|-------|-------|--------|
| 100   | Ромштекс куриный с томатным соусом    | 13,40 | 16,80 | 8,80  | 219,50 |
| 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**

|       |                                               |      |      |       |        |
|-------|-----------------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 200/5 | Суп с мелконашинкованными овощами со сметаной | 8,03 | 9,25 | 23,28 | 211,80 |
| 80    | Рыба, тушенная в томате с овощами             | 8,29 | 4,59 | 4,28  | 91,59  |
| 150   | Картофельное пюре                             | 3,0  | 6,0  | 22,0  | 153,00 |
| 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  |
| 30    | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания     | 2,28 | 0,27 | 14,53 | 69,60  |

**150-82**

**Всего**

**754-10**

Составил технолог ООО «МШКОП».  
Повар.

 **Лебедева.Е.М.**

# Меню для учащихся из многодетных семей и ТЖС(завтрак) с 5 по 11кл.

Утверждаю директор  
ООО «МШКОП»

Согласовано директор  
МБОУ СОШ №6

Меню с 20 октября по 24 октября 2025г.

*Д.А. Держина и.б.*

*Р.А. Рязанцев*

У074

## **Понедельник**

|       |                                         | Белки(гр) | Жиры(гр) | Углеводы(гр) | ЭЦ (калл) |
|-------|-----------------------------------------|-----------|----------|--------------|-----------|
| 20    | Сыр (порциями)                          | 4,64      | 5,9      | 0,0          | 72,80     |
| 100   | Сосиски отварные                        | 10,0      | 21,70    | 0,8          | 228,80    |
| 180   | Макаронные изделия отварные (вермишель) | 6,98      | 5,17     | 44,50        | 252,60    |
| 200/7 | Чай с сахаром и лимоном                 | 0,26      | 0,05     | 15,12        | 59,0      |
| 40    | Хлеб пшеничный для детского питания     | 4,40      | 0,72     | 25,76        | 126,80    |

78-02

## **Вторник**

|       |                                                  |      |       |       |        |
|-------|--------------------------------------------------|------|-------|-------|--------|
| 10    | Масло сливочное (порциями)                       | 0,05 | 8,25  | 0,08  | 75,00  |
| 200/5 | Каша овсяная «Геркулес» молочная жидкая с маслом | 8,16 | 10,50 | 37,06 | 276,15 |
| 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 |

78-02

## **Среда**

|       |                                     |      |       |       |        |
|-------|-------------------------------------|------|-------|-------|--------|
| 10    | Сыр (порциями)                      | 2,63 | 2,66  | 0,0   | 35     |
| 180/5 | Омлет натуральный                   | 18,0 | 25,20 | 3,60  | 315,60 |
| 100   | Фрукты свежие (яблоко) порционно    | 0,40 | 0,40  | 9,8   | 48,0   |
| 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  |

78-02

## **Четверг**

|       |                                                     |      |      |       |        |
|-------|-----------------------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 200/5 | Каша молочная из пшеничной крупы жидкая с маслом    | 7,62 | 7,62 | 37,93 | 243,18 |
| 1/100 | Кисломолочный продукт для детского питания (йогурт) | 3,2  | 3,2  | 9,2   | 80,0   |
| 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 |

78-02

## **Пятница**

|       |                                       |       |       |       |        |
|-------|---------------------------------------|-------|-------|-------|--------|
| 100   | Ромштекс куриный с томатным соусом    | 13,40 | 16,80 | 8,80  | 219,50 |
| 200/5 | Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом | 11,60 | 7,20  | 60,0  | 351,73 |
| 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  |

78-02

**Итого**

**390-10**

Составил технолог ООО «МШКОП».

*Л. Лебедькова Е.М.*

Повар

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

Утверждаю директор  
ООО «МШКОП»

Согласовано директор  
МБОУ СОШ № 6

*А. Дегина И.В.*

Меню с 20 октября по 24 октября 2025г.

*А. Дегина И.В.*

| Понедельник |                                                        |        | Белки(гр) | Жиры(гр) | Углеводы<br>(гр) | ЭЦ (калл) |
|-------------|--------------------------------------------------------|--------|-----------|----------|------------------|-----------|
| 20          | Сыр (порциями)                                         | 29-19  | 4,64      | 5,9      | 0,0              | 72,80     |
| 100         | Сосиски отварные                                       | 64-85  | 10,0      | 21,70    | 0,8              | 228,80    |
| 180         | Макаронные изделия отварные<br>(вермишель)             | 12-15  | 6,98      | 5,17     | 44,50            | 252,60    |
| 200/7       | Чай с сахаром и лимоном                                | 5-40   | 0,26      | 0,05     | 15,12            | 59,0      |
| 50          | Хлеб пшеничный для детского<br>питания                 | 3-75   | 4,0       | 0,5      | 27,50            | 130,0     |
| 115-34      |                                                        |        |           |          |                  |           |
| Вторник     |                                                        |        |           |          |                  |           |
| 10          | Масло сливочное (порциями)                             | 11-13  | 0,05      | 8,25     | 0,08             | 75,00     |
| 200/10      | Каша овсяная «Геркулес» молочная<br>жидкая с маслом    | 25-29  | 8,36      | 10,76    | 37,97            | 282,89    |
| 100         | Фрукты свежие (яблоко) порционно                       | 15-75  | 0,40      | 0,40     | 9,8              | 48,0      |
| 200         | Чай с сахаром                                          | 2-61   | 0,2       | 0,05     | 15,01            | 57,0      |
| 50          | Батон нарезной для детского питания                    | 5-16   | 3,85      | 1,50     | 25,05            | 129,50    |
| 59-94       |                                                        |        |           |          |                  |           |
| Среда       |                                                        |        |           |          |                  |           |
| 10          | Сыр (порциями)                                         | 14-59  | 2,63      | 2,66     | 0,0              | 35        |
| 180/5       | Омлет натуральный                                      | 44-11  | 18,0      | 25,20    | 3,60             | 315,60    |
| 100         | Фрукты свежие (яблоко) порционно                       | 15-75  | 0,40      | 0,40     | 9,8              | 48,0      |
| 200/7       | Чай с сахаром и лимоном                                | 5-40   | 0,26      | 0,05     | 15,12            | 59,0      |
| 50          | Хлеб пшеничный для детского<br>питания                 | 3-75   | 4,0       | 0,5      | 27,50            | 130,0     |
| 83-60       |                                                        |        |           |          |                  |           |
| Четверг     |                                                        |        |           |          |                  |           |
| 200/10      | Каша молочная из пшеничной крупы<br>жидкая с маслом    | 24-08  | 7,81      | 7,81     | 38,86            | 249,12    |
| 1/100       | Кисломолочный продукт для детского<br>питания (йогурт) | 30-00  | 3,2       | 3,2      | 9,2              | 80,0      |
| 200         | Чай с сахаром                                          | 2-61   | 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       |                                                        |        |           |          |                  |           |
| Пятница     |                                                        |        |           |          |                  |           |
| 100         | Ромштекс куриный с томатным соусом                     | 62-37  | 13,40     | 16,80    | 8,80             | 219,50    |
| 200/5       | Каша гречневая (рассыпчатая) с<br>маслом               | 11-11  | 11,60     | 7,20     | 60,0             | 351,73    |
| 200/7       | Чай с сахаром и лимоном                                | 5-40   | 0,26      | 0,05     | 15,12            | 59,0      |
| 50          | Хлеб пшеничный для детского<br>питания                 | 3-75   | 4,0       | 0,5      | 27,5             | 130,0     |
| 82-63       |                                                        |        |           |          |                  |           |
| Итого       |                                                        | 403-36 |           |          |                  |           |

Составил технолог ООО «МШКОП».

*Л. Лебедькова Е.М.*

Повар



Меню для учащихся с 1 по 4 класс (завтрак)

Утверждаю директор  
ООО «МШКОП»

Согласовано директор

МБОУ СОШ № 6

*Д.А. Давыдова И.В.*

Меню с 20 октября по 24 октября 2025г.

*В.Давыдов*

**Понедельник**

|       |                                            | Белки(гр) | Жиры(гр) | Углеводы<br>(гр) | ЭЦ (ккал) |
|-------|--------------------------------------------|-----------|----------|------------------|-----------|
| 90    | Сосиски отварные                           | 9,00      | 19,53    | 0,72             | 206,00    |
| 160   | Макаронные изделия отварные<br>(вермишель) | 6,20      | 4,59     | 39,55            | 224,50    |
| 200/7 | Чай с сахаром и лимоном                    | 0,26      | 0,05     | 15,12            | 59,0      |
| 50    | Хлеб пшеничный для детского<br>питания     | 4,0       | 0,5      | 27,5             | 130,0     |

71-09

**Вторник**

|       |                                                     |      |      |       |        |
|-------|-----------------------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 8     | Масло сливочное (порциями)                          | 0,06 | 5,8  | 0,1   | 52,88  |
| 150/5 | Каша овсяная «Геркулес» молочная<br>жидкая с маслом | 6,27 | 8,07 | 28,48 | 212,17 |
| 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 |

71-09

**Среда**

|       |                                        |       |       |       |        |
|-------|----------------------------------------|-------|-------|-------|--------|
| 10    | Сыр (порциями)                         | 2,63  | 2,66  | 0,0   | 36     |
| 150/5 | Омлет натуральный                      | 15,00 | 21,00 | 3,00  | 263,00 |
| 100   | Фрукты свежие (яблоко) порционно       | 0,40  | 0,40  | 9,8   | 48,0   |
| 200/7 | Чай с сахаром и лимоном                | 0,26  | 0,05  | 15,12 | 59,0   |
| 30    | Хлеб пшеничный для детского<br>питания | 2,28  | 0,27  | 14,53 | 69,60  |

71-09

**Четверг**

|       |                                                        |      |      |       |        |
|-------|--------------------------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 150/5 | Каша молочная из пшеничной крупы<br>жидкая с маслом    | 5,86 | 5,86 | 27,65 | 186,84 |
| 1/100 | Кисломолочный продукт для детского<br>питания (йогурт) | 3,2  | 3,2  | 9,2   | 80,0   |
| 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 |

71-09

**Пятница**

|       |                                          |       |       |       |        |
|-------|------------------------------------------|-------|-------|-------|--------|
| 100   | Ромштекс куриный с томатным соусом       | 13,40 | 16,80 | 8,80  | 219,50 |
| 150/5 | Каша гречневая (рассыпчатая) с<br>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<br>питания   | 4,0   | 0,5   | 27,5  | 130,0  |

71-09

Итого

355-45

Составил технолог ООО «МШКОП».

*Л. Лебедева* Лебедева Е.М.

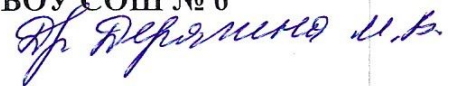
Повар

Меню для учащихся с 1 по 4 класс за счет родительских средств (полдник 2)

Утверждаю директор  
ООО «МШКОП»



Согласовано директор  
МБОУ СОШ № 6



**Меню с 20 октября по 24 октября 2025г.**

**Понедельник**

|       |                                         |              | Белки(гр) | Жиры(гр) | Углеводы<br>(гр) | ЭЦ<br>(ккал) |
|-------|-----------------------------------------|--------------|-----------|----------|------------------|--------------|
| 250/5 | Рассольник домашний со сметаной         | <b>30-72</b> | 2,31      | 5,61     | 13,66            | 116,25       |
| 120   | Ватрушка французская                    | <b>50-55</b> | 13,4      | 14,1     | 53,1             | 391          |
| 200   | Чай с сахаром                           | <b>2-61</b>  | 0,0       | 0,0      | 9,98             | 39,9         |
| 30    | Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный | <b>2-06</b>  | 3,3       | 0,54     | 19,32            | 95,1         |
|       |                                         | <b>85-94</b> |           |          |                  |              |

**Вторник**

|       |                                          |              |      |      |       |       |
|-------|------------------------------------------|--------------|------|------|-------|-------|
| 250/5 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | <b>25-38</b> | 1,90 | 5,08 | 9,98  | 94,09 |
| 100   | Лепешка сметанная                        | <b>20-28</b> | 4,7  | 6,1  | 30,2  | 196,0 |
| 200   | Кисель витаминизированный «Витоша»       | <b>22-36</b> | 0,0  | 0,0  | 23,5  | 95,0  |
| 30    | Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный  | <b>2-06</b>  | 3,3  | 0,54 | 19,32 | 95,1  |
|       |                                          | <b>70-08</b> |      |      |       |       |

**Среда**

|        |                                         |              |      |      |       |       |
|--------|-----------------------------------------|--------------|------|------|-------|-------|
| 250/20 | Суп картофельный с бобовыми и гречками  | <b>21-36</b> | 9,62 | 5,10 | 38,50 | 242,0 |
| 100    | Булочка Веснушка                        | <b>25-00</b> | 6,7  | 5,2  | 50,0  | 258,0 |
| 200    | Напиток из плодов шиповника             | <b>9-59</b>  | 0,40 | 0,00 | 31,0  | 122,0 |
| 30     | Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный | <b>2-06</b>  | 3,3  | 0,54 | 19,32 | 95,1  |
|        |                                         | <b>58-01</b> |      |      |       |       |

**Четверг**

|     |                                            |              |       |      |       |        |
|-----|--------------------------------------------|--------------|-------|------|-------|--------|
| 250 | Куллама по – деревенски на курином бульоне | <b>12-86</b> | 15,00 | 8,75 | 16,25 | 202,50 |
| 60  | Пирожное сладкая                           | <b>35-00</b> | 5,5   | 30,4 | 61,8  | 543    |
| 200 | Компот из свежих плодов (яблоко)           | <b>8-90</b>  | 0,2   | 0,10 | 2,0   | 99,0   |
| 30  | Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный    | <b>2-06</b>  | 3,3   | 0,54 | 19,32 | 95,1   |
|     |                                            | <b>58-82</b> |       |      |       |        |

**Пятница**

|       |                                               |              |       |       |       |        |
|-------|-----------------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| 250/5 | Суп с мелконашинкованными овощами со сметаной | <b>21-77</b> | 13,00 | 12,00 | 9,26  | 210,50 |
| 45/50 | Сосиска в тесте                               | <b>35-44</b> | 15,8  | 33,0  | 81,9  | 315,0  |
| 200   | Сок фруктовый                                 | <b>14-40</b> | 1,0   | 0,2   | 20,0  | 92,0   |
| 30    | Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный       | <b>2-06</b>  | 3,3   | 0,54  | 19,32 | 95,1   |
|       |                                               | <b>73-67</b> |       |       |       |        |

**Итого**

**346-52**

Составил технолог ООО «МШКОП».



Лебедькова.Е.М.

Повар.



Меню за счет родительских средств (полдник)

Утверждаю директор  
ООО «МШКОП»

Согласовано директор  
МБОУ СОШ № 6

*Д.А. Веркина и.в.*

Меню с 20 октября по 24 октября 2025г.



**Понедельник**

|     |                      |       | Белки(гр) | Жиры(гр) | Углеводы(гр) | ЭЦ (ккал) |
|-----|----------------------|-------|-----------|----------|--------------|-----------|
| 120 | Ватрушка французская | 50-55 | 13,4      | 14,1     | 53,1         | 391       |
| 200 | Чай с сахаром        | 2-61  | 0,0       | 0,0      | 9,98         | 39,9      |
|     |                      | 53-16 |           |          |              |           |

**Вторник**

|     |                                        |       |     |     |      |       |
|-----|----------------------------------------|-------|-----|-----|------|-------|
| 100 | Лепешка сметанная                      | 20-28 | 4,7 | 6,1 | 30,2 | 196,0 |
| 200 | Кисель витаминизированный<br>«Витошка» | 22-36 | 0,0 | 0,0 | 23,5 | 95,0  |

42-64

**Среда**

|     |                             |       |      |      |      |       |
|-----|-----------------------------|-------|------|------|------|-------|
| 100 | Булочка Веснушка            | 25-00 | 6,7  | 5,2  | 50,0 | 258,0 |
| 200 | Напиток из плодов шиповника | 9-59  | 0,40 | 0,00 | 31,0 | 122,0 |
|     |                             | 34-59 |      |      |      |       |

**Четверг**

|     |                                  |       |     |      |      |      |
|-----|----------------------------------|-------|-----|------|------|------|
| 60  | Пирожное слоистая                | 35-00 | 5,5 | 30,4 | 61,8 | 543  |
| 200 | Компот из свежих плодов (яблоко) | 8-90  | 0,2 | 0,10 | 2,0  | 99,0 |
|     |                                  | 43-90 |     |      |      |      |

**Пятница**

|       |                 |       |      |      |      |       |
|-------|-----------------|-------|------|------|------|-------|
| 45/50 | Сосиска в тесте | 35-44 | 15,8 | 33,0 | 81,9 | 315,0 |
| 200   | Сок фруктовый   | 14-40 | 1,0  | 0,2  | 20,0 | 92,0  |
|       |                 | 49-84 |      |      |      |       |

Итого

224-13

Составил технолог ООО «МШКОП».

*Л.*

Лебедькова.Е.М.

Повар.