

# Меню для учащихся с 1 по 4 класс (завтрак)

Утверждаю зам директора  
ООО «Аврора»




Согласовано директор  
МБОУ СОШ с.Ира

Беруц А.В. Беруц  
08 мая 2026г.

Меню с 12 мая по 15 мая 2026г.

## **Вторник**

|     |                                     | Белки(г<br>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      |
| 50  | Хлеб пшеничный для детского питания | 4,0           | 0,5      | 27,50        | 130,0     |

**76-96**

## **Среда**

|       |                                         |      |      |       |        |
|-------|-----------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 10    | Масло сливочное (порциями)              | 0,05 | 8,25 | 0,08  | 75,0   |
| 150/5 | Каша молочная вязкая из пшеничной крупы | 5,86 | 5,86 | 25,67 | 186,84 |
| 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**

|       |                                             |       |       |       |        |
|-------|---------------------------------------------|-------|-------|-------|--------|
| 60    | Овощи натуральные свежие (огурец) порционно | 0,42  | 0,06  | 1,14  | 7,20   |
| 220   | Плов из мяса птицы (отварной)               | 18,64 | 25,85 | 46,06 | 490,77 |
| 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 |

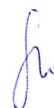
**76-96**

**307-84**

**Итого**

Составил технолог ООО «Аврора».

Повар.

 Лебедькова Е.М.

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

Утверждаю зам директора  
ООО «Аврора»

Меню с 12 мая по 15 мая 2026г.

Согласовано директор  
МБОУ СОШ с.Ира

Генерал А.В. Генералова  
08 мая 2026г.

## Вторник

|     |                                     |       | Белки(г)<br>р) | Жиры(гр) | Углеводы(гр) | ЭЦ (ккал) |
|-----|-------------------------------------|-------|----------------|----------|--------------|-----------|
| 100 | Ромштекс куриный с томатным соусом  | 66-07 | 13,40          | 14,80    | 2,80         | 219,50    |
| 200 | Макаронные изделия отварные         | 12-42 | 7,75           | 5,74     | 49,40        | 280,70    |
| 200 | Чай с сахаром                       | 2-89  | 0,2            | 0,05     | 15,01        | 57,0      |
| 50  | Хлеб пшеничный для детского питания | 3-75  | 4,0            | 0,5      | 27,50        | 130,0     |

85-13

## Среда

|        |                                         |       |      |      |       |        |
|--------|-----------------------------------------|-------|------|------|-------|--------|
| 10     | Масло сливочное (порциями)              | 10-37 | 0,05 | 8,25 | 0,08  | 75,0   |
| 200/10 | Каша молочная вязкая из пшеничной крупы | 23-33 | 7,81 | 7,81 | 38,86 | 249,12 |
| 100    | Фрукты свежие (яблоко) порционно        | 14-25 | 0,40 | 0,40 | 9,8   | 48,0   |
| 200    | Чай с сахаром                           | 2-89  | 0,2  | 0,05 | 15,01 | 57,0   |
| 50     | Батон нарезной для детского питания     | 5-16  | 3,85 | 1,50 | 25,05 | 129,50 |

56-00

## Четверг

|       |                                             |       |       |       |       |        |
|-------|---------------------------------------------|-------|-------|-------|-------|--------|
| 80    | Овощи натуральные свежие (огурец) порционно | 19-28 | 0,88  | 0,13  | 3,04  | 8,40   |
| 220   | Плов из мяса птицы (отварной)               | 42-19 | 18,64 | 25,85 | 46,06 | 490,77 |
| 200/7 | Чай с сахаром и лимоном                     | 5-75  | 0,26  | 0,05  | 15,12 | 59,0   |
| 50    | Хлеб пшеничный для детского питания         | 3-75  | 4,0   | 0,5   | 27,5  | 130,0  |

70-97

## Пятница

|        |                                           |        |       |      |       |        |
|--------|-------------------------------------------|--------|-------|------|-------|--------|
| 150/20 | Запеканка из творога со сгущенным молоком | 108-02 | 34,61 | 9,20 | 38,07 | 380,76 |
| 200/7  | Чай с сахаром и лимоном                   | 5-75   | 0,26  | 0,05 | 15,12 | 59,0   |
| 130    | Фрукты свежие (яблоко) порционно          | 18-52  | 0,52  | 0,52 | 14,0  | 61,0   |
| 50     | Батон нарезной для детского питания       | 5-16   | 3,85  | 1,50 | 25,05 | 129,50 |

137-45

349-55

Итого

Составил технолог ООО «Аврора».

Лебедькова Е.М.

Повар.

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

Утверждаю зам директора  
ООО «Аврора»



Согласовано директор  
МБОУ СОШ с.Ира

Лебедева А.В. Лебедева  
05 мая 2026г.

Меню с 12 мая по 15 мая 2026г.

## Вторник

|     |                                     | Белки(г<br>р) | Жиры(гр) | Углеводы(гр) | ЭЦ (калл) |
|-----|-------------------------------------|---------------|----------|--------------|-----------|
| 100 | Ромштекс куриный с томатным соусом  | 13,40         | 14,80    | 2,80         | 219,50    |
| 200 | Макаронные изделия отварные         | 7,75          | 5,74     | 49,40        | 280,70    |
| 200 | Чай с сахаром                       | 0,2           | 0,05     | 15,01        | 57,0      |
| 40  | Хлеб пшеничный для детского питания | 4,40          | 0,72     | 25,76        | 126,80    |

84-47

## Среда

|       |                                         |      |      |       |        |
|-------|-----------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 10    | Масло сливочное (порциями)              | 0,05 | 8,25 | 0,08  | 75,0   |
| 200/5 | Каша молочная вязкая из пшеничной крупы | 7,62 | 7,62 | 37,93 | 243,18 |
| 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 |

84-47

## Четверг

|       |                                             |       |       |       |        |
|-------|---------------------------------------------|-------|-------|-------|--------|
| 60    | Овощи натуральные свежие (огурец) порционно | 0,42  | 0,06  | 1,14  | 7,20   |
| 220   | Плов из мяса птицы (отварной)               | 18,64 | 25,85 | 46,06 | 490,77 |
| 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 |

84-47

## Пятница

|        |                                           |       |      |       |        |
|--------|-------------------------------------------|-------|------|-------|--------|
| 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          | 0,40  | 0,40 | 9,8   | 48,0   |
| 40     | Батон нарезной для детского питания       | 3,08  | 1,20 | 20,04 | 103,60 |

84-47

337-88

Итого

Составил технолог ООО «Аврора».

Повар.

Лебедева Е.М.

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

Утверждаю зам директора  
ООО «Аврора»

Меню с 12 мая по 15 мая 2026г.

Согласовано директор  
МБОУ СОШ с.Ира

Бегунов А.В. Бегунов  
08 мая 2026г.

**Вторник  
Завтрак**

|     |                                     | Белки(г<br>р) | Жиры(гр) | Углеводы<br>(гр) | ЭЦ<br>(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 из свежей капусты со сметаной          | 1,55  | 4,11  | 7,18  | 72,63  |
| 80    | Говядина в кисло-сладком соусе            | 12,64 | 12,22 | 5,25  | 181-50 |
| 150/5 | Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом     | 8,7   | 5,4   | 45,00 | 263,80 |
| 200   | Чай с сахаром                             | 0,2   | 0,05  | 15,0  | 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**

|       |                                         |      |      |       |        |
|-------|-----------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 8     | Масло сливочное (порциями)              | 0,06 | 5,8  | 0,1   | 52,88  |
| 150/5 | Каша молочная вязкая из пшеничной крупы | 5,86 | 5,86 | 25,67 | 186,84 |
| 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 | Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне | 9,44  | 9,04 | 13,30 | 175,52 |
| 170 | Жаркое по-домашнему с курицей                               | 21,08 | 5,27 | 14,92 | 217,34 |
| 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**

|       |                                             |       |       |       |       |
|-------|---------------------------------------------|-------|-------|-------|-------|
| 50    | Овощи натуральные свежие (огурец) порционно | 0,35  | 0,05  | 0,95  | 6,00  |
| 180   | Плов из мяса птицы (отварной)               | 16,44 | 22,80 | 40,60 | 433,0 |
| 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**

|       |                                           |      |      |       |        |
|-------|-------------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 200/5 | Рассольник ленинградский со сметаной      | 2,0  | 4,50 | 14,70 | 110,50 |
| 80    | Рыба, запеченная под маринадом (минтай)   | 8,56 | 4,24 | 5,84  | 96,32  |
| 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**

**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 рисовый с мелко шинкованными овощами  | 1,35 | 1,63 | 11,81 | 64,46  |
| 60/40 | Тефтели из мяса курицы с томатным соусом  | 6,27 | 5,39 | 13,53 | 150,3  |
| 150   | Макаронные изделия отварные               | 5,82 | 4,31 | 37,08 | 210,50 |
| 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 с.Ира

Меню с 12 мая по 15 мая 2026г.

Зерин А.В. Заместитель  
12 мая 2026г.

**Вторник  
Завтрак**

|     |                                     | Белки(г<br>р) | Жиры(гр) | Углеводы<br>(гр) | ЭЦ<br>(калл) |
|-----|-------------------------------------|---------------|----------|------------------|--------------|
| 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 из свежей капусты со сметаной          | 1,93  | 5,13  | 8,97  | 90,78  |
| 80            | Говядина в кисло-сладком соусе            | 12,64 | 12,22 | 5,25  | 181,50 |
| 180/5         | Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом     | 10,44 | 6,48  | 54,00 | 316,56 |
| 200           | Чай с сахаром                             | 0,2   | 0,05  | 15,0  | 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  |
| <b>177-11</b> |                                           |       |       |       |        |

**Итого**

**Среда  
Завтрак**

|       |                                         |      |      |       |        |
|-------|-----------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 200/5 | Каша молочная вязкая из пшеничной крупы | 7,62 | 7,62 | 37,93 | 243,18 |
| 100   | Фрукты свежие (яблоко) порционно        | 0,40 | 0,40 | 9,8   | 48,0   |
| 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           | Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне | 11,80 | 11,30 | 16,63 | 219,40 |
| 180           | Жаркое по-домашнему с курицей                               | 22,32 | 5,58  | 15,80 | 230,13 |
| 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  |
| <b>177-11</b> |                                                             |       |       |       |        |

**Итого**

**Четверг  
Завтрак**

|       |                                             |       |       |       |       |
|-------|---------------------------------------------|-------|-------|-------|-------|
| 50    | Овощи натуральные свежие (огурец) порционно | 0,35  | 0,05  | 0,95  | 6,00  |
| 220   | Плов из мяса птицы (отварной)               | 18,64 | 25,85 | 46,06 | 490,7 |
| 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**

|               |                                           |      |      |       |       |
|---------------|-------------------------------------------|------|------|-------|-------|
| 250/5         | Рассольник ленинградский со сметаной      | 2,40 | 5,70 | 15,70 | 126,0 |
| 80            | Рыба, запеченная под маринадом (минтай)   | 8,56 | 4,24 | 5,84  | 96,32 |
| 150           | Картофельное пюре                         | 3,00 | 6,00 | 22,00 | 153,0 |
| 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 |
| <b>177-11</b> |                                           |      |      |       |       |

**Итого**

# Пятница

## Завтрак

|        |                                           |       |      |       |        |
|--------|-------------------------------------------|-------|------|-------|--------|
| 100    | Фрукты свежие (яблоко) порционно          | 0,4   | 0,4  | 10,0  | 47,0   |
| 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   |
| 40     | Батон нарезной для детского питания       | 3,08  | 1,20 | 20,04 | 103,60 |

## Обед

|       |                                           |      |      |       |        |
|-------|-------------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 250   | Суп рисовый с мелко шинкованными овощами  | 1,68 | 2,03 | 14,76 | 80,57  |
| 60/40 | Тефтели из мяса курицы с томатным соусом  | 6,27 | 5,39 | 13,53 | 150,3  |
| 180   | Макаронные изделия отварные               | 6,98 | 5,17 | 44,50 | 252,60 |
| 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.