

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

Утверждаю директор  
ООО «МШКОП»



Согласовано директор  
МБОУ СОШ с.Ира

*Белкина А.В. Белявцева*  
*10 октября 2025г.*

**Меню с 14 октября по 17 октября 2025г.**

## **Вторник**

|     |                                     | Белки(г<br>р) | Жиры(гр) | Углеводы(гр) | ЭЦ (калл) |
|-----|-------------------------------------|---------------|----------|--------------|-----------|
| 100 | Палочки школьные с томатным соусом  | 11,40         | 14,80    | 10,90        | 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     |

**71-09**

## **Среда**

|       |                                           |      |      |       |        |
|-------|-------------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 10    | Масло сливочное (порциями)                | 0,05 | 8,25 | 0,08  | 75,0   |
| 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 |

**71-09**

## **Четверг**

|       |                                     |       |       |       |       |
|-------|-------------------------------------|-------|-------|-------|-------|
| 70    | Помидоры свежие (порционно)         | 0,66  | 0,12  | 2,28  | 14,56 |
| 220   | Плов из говядины                    | 15,80 | 19,60 | 47,70 | 428,0 |
| 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 |

**71-09**

## **Пятница**

|       |                                      |      |      |       |        |
|-------|--------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 10    | Сыр (порциями)                       | 2,63 | 2,66 | 0,0   | 36     |
| 150/5 | Каша манная молочная жидкая с маслом | 4,40 | 8,72 | 22,89 | 188,00 |
| 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**

**Итого**

**284-36**

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 с.Ира

Бегунов А.В. Бегунов А.В.

Меню с 14 октября по 17 октября 2025г. 10 октября 2025г.

## Вторник

|     |                                     |       | Белки(гр) | Жиры(гр) | Углеводы(гр) | ЭЦ (калл) |
|-----|-------------------------------------|-------|-----------|----------|--------------|-----------|
| 20  | Сыр (порциями)                      | 29-19 | 4,64      | 5,9      | 0,0          | 72,80     |
| 100 | Палочки школьные с томатным соусом  | 54-01 | 11,40     | 14,80    | 10,90        | 219,50    |
| 180 | Макаронные изделия отварные         | 12-15 | 6,98      | 5,17     | 44,50        | 252,60    |
| 200 | Чай с сахаром                       | 2-61  | 0,20      | 0,05     | 15,01        | 57,0      |
| 50  | Хлеб пшеничный для детского питания | 3-75  | 4,0       | 0,5      | 27,5         | 130,0     |

101-71

## Среда

|        |                                         |       |      |      |       |        |
|--------|-----------------------------------------|-------|------|------|-------|--------|
| 10     | Масло сливочное (порциями)              | 11-13 | 0,05 | 8,25 | 0,08  | 75,0   |
| 200/10 | Каша пшенная молочная (вязкая) с маслом | 24-04 | 8,18 | 12,8 | 42,46 | 318,0  |
| 100    | Фрукты свежие (яблоко) порционно        | 15-75 | 0,40 | 0,40 | 9,80  | 48,00  |
| 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 |

58-69

## Четверг

|       |                                     |       |       |       |       |       |
|-------|-------------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 80    | Помидоры свежие (порционно)         | 20-79 | 0,88  | 0,13  | 3,04  | 25,88 |
| 220   | Плов из говядины                    | 73-27 | 15,80 | 19,60 | 47,70 | 428,0 |
| 200/7 | Чай с сахаром и лимоном             | 5-40  | 0,26  | 0,05  | 15,12 | 59,0  |
| 50    | Хлеб пшеничный для детского питания | 3-75  | 4,0   | 0,50  | 27,50 | 130,0 |

103-21

## Пятница

|        |                                        |       |      |      |       |        |
|--------|----------------------------------------|-------|------|------|-------|--------|
| 10     | Сыр (порциями)                         | 14-59 | 2,63 | 2,66 | 0,0   | 35     |
| 200/10 | Каша молочная манная (жидкая) с маслом | 24-58 | 5,96 | 11,8 | 31,02 | 254,0  |
| 100    | Фрукты свежие (яблоко) порционно       | 15-75 | 0,40 | 0,40 | 9,80  | 48,00  |
| 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 |

62-69

Итого

326-30

Составил технолог ООО «МШКОП».  
Повар.

Лебедькова.Е.М.



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

Утверждаю директор  
ООО «МШКОП»

Согласовано директор  
МБОУ СОШ с.Ира



Меню с 14 октября по 17 октября 2025г. 10 октября 2025г.

**Вторник**

|     |                                     | Белки(гр) | Жиры(гр) | Углеводы(гр) | ЭЦ (калл) |
|-----|-------------------------------------|-----------|----------|--------------|-----------|
| 10  | Сыр (порциями)                      | 2,63      | 2,66     | 0,0          | 35        |
| 100 | Палочки школьные с томатным соусом  | 11,40     | 14,80    | 10,90        | 219,50    |
| 180 | Макаронные изделия отварные         | 6,98      | 5,17     | 44,50        | 252,60    |
| 200 | Чай с сахаром                       | 0,20      | 0,05     | 15,01        | 57,0      |
| 50  | Хлеб пшеничный для детского питания | 4,0       | 0,5      | 27,5         | 130,0     |

78-02

**Среда**

|        |                                         |      |      |       |        |
|--------|-----------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 100    | Фрукты свежие (яблоко) порционно        | 0,40 | 0,40 | 9,80  | 48,00  |
| 200/10 | Каша пшенная молочная (вязкая) с маслом | 8,18 | 12,8 | 42,46 | 318,0  |
| 10     | Масло сливочное (порциями)              | 0,05 | 8,25 | 0,08  | 75,0   |
| 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

**Четверг**

|       |                                     |       |       |       |       |
|-------|-------------------------------------|-------|-------|-------|-------|
| 80    | Помидоры свежие (порционно)         | 0,88  | 0,13  | 3,04  | 25,88 |
| 220   | Плов из говядины                    | 15,80 | 19,60 | 47,70 | 428,0 |
| 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

**Пятница**

|        |                                        |      |      |       |        |
|--------|----------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 10     | Сыр (порциями)                         | 2,63 | 2,66 | 0,0   | 35     |
| 200/10 | Каша молочная манная (жидкая) с маслом | 5,96 | 11,8 | 31,02 | 254,0  |
| 100    | Фрукты свежие (яблоко) порционно       | 0,40 | 0,40 | 9,80  | 48,00  |
| 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

**Итого**

312-08

Составил технолог ООО «МШКОП».  
Повар.

Лебедькова.Е.М.

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

Утверждаю директор  
 ООО «МШКОП»

Согласовано директор  
 МБОУ СОШ с.Ира

*Беру А.В. Беруцев*  
 10 октября 2025г.

**Меню с 14 октября по 17 октября 2025г.**

**Вторник  
Завтрак**

|     |                                     | Белки(г<br>р) | Жиры(гр) | Углеводы<br>(гр) | ЭЦ<br>(калл) |
|-----|-------------------------------------|---------------|----------|------------------|--------------|
| 100 | Палочки школьные с томатным соусом  |               |          |                  |              |
| 150 | Макаронные изделия отварные         | 5,82          | 4,31     | 37,08            | 210,50       |
| 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       |

**Обед**

|       |                                           |       |       |       |        |
|-------|-------------------------------------------|-------|-------|-------|--------|
| 200/5 | Щи «Новгородские» со сметаной             | 1,62  | 4,80  | 10,61 | 71,20  |
| 80    | Говядина в кислом - 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  | 15,01 | 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**

**150-82**

**Среда  
Завтрак**

|       |                                           |      |      |       |        |
|-------|-------------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 8     | Масло сливочное (порциями)                | 0,06 | 5,8  | 0,1   | 52,88  |
| 100   | Фрукты свежие (яблоко) порционно          | 0,40 | 0,40 | 9,8   | 48,0   |
| 150/5 | Каша пшеничная молочная (вязкая) с маслом | 4,6  | 9,96 | 35,25 | 237,47 |
| 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 | Свекольник со сметаной                    | 1,86  | 4,16  | 13,06 | 97,51  |
| 175   | Азу с картофелем                          | 16,75 | 22,06 | 13,06 | 319,72 |
| 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**

**150-82**

**Четверг  
Завтрак**

|       |                                     |      |      |       |        |
|-------|-------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 50    | Помидоры свежие (порционно)         | 0,56 | 0,10 | 1,95  | 12,48  |
| 175   | Плов из говядины                    | 13,0 | 16,0 | 39,0  | 350,0  |
| 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 |

**Обед**

|       |                                           |      |      |       |        |
|-------|-------------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 200/5 | Рассольник ленинградский со сметаной      | 2,0  | 4,50 | 14,70 | 111,50 |
| 80    | Рыба, запеченная под маринадом (минтай)   | 8,56 | 4,24 | 5,84  | 96,32  |
| 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  |

**Итого**

**150-82**

**Пятница  
Завтрак**

|       |                                             |      |      |       |        |
|-------|---------------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 10    | Сыр (порциями)                              | 2,63 | 2,66 | 0,0   | 35     |
| 150/5 | Каша манная молочная жидкая с маслом        | 4,40 | 8,72 | 22,89 | 188,00 |
| 200   | Чай с сахаром                               | 0,2  | 0,05 | 15,01 | 57,0   |
| 40    | Батон нарезной 1 сорта для детского питания | 3,08 | 1,20 | 20,04 | 103,60 |

**Обед**

|     |                                           |      |      |       |        |
|-----|-------------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 200 | Суп картофельный с горохом                | 4,38 | 3,80 | 15,79 | 117,0  |
| 100 | Биточки мясные с томатным соусом          |      |      |       |        |
| 150 | Макаронные изделия отварные(вермишель)    | 5,48 | 4,31 | 37,08 | 211,50 |
| 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  |
| 30  | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | 2,28 | 0,27 | 14,53 | 69,60  |

**150-82**

**Всего**

**603-28**

Составил технолог ООО «МШКОП».

 **Лебедькова.Е.М.**

Повар.



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

Утверждаю директор  
 ООО «МШКОП»

Согласовано директор  
 МБОУ СОШ с.Ира

*Беру А.В. Беру*  
 Меню с 14 октября по 17 октября 2025г. 10 октября 2025г.

**Вторник  
 Завтрак**

|              |                                           | Белки(гр)     | Жиры(гр) | Углеводы<br>(гр) | ЭЦ<br>(калл) |
|--------------|-------------------------------------------|---------------|----------|------------------|--------------|
| 100          | Палочки школьные с томатным соусом        |               |          |                  |              |
| 180          | Макаронные изделия отварные               | 6,98          | 5,17     | 44,50            | 252,60       |
| 200          | Чай с сахаром                             | 0,20          | 0,05     | 15,01            | 57,0         |
| 40           | Хлеб пшеничный для детского питания       | 4,40          | 0,72     | 25,76            | 126,80       |
| <b>Обед</b>  |                                           |               |          |                  |              |
| 250/5        | Щи «Новгородские» со сметаной             | 2,02          | 6,00     | 13,26            | 89,00        |
| 80           | Говядина в кислом - 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                             | 0,20          | 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        |
| <b>Итого</b> |                                           | <b>168-04</b> |          |                  |              |

**Среда  
 Завтрак**

|              |                                           |               |       |       |        |
|--------------|-------------------------------------------|---------------|-------|-------|--------|
| 10           | Масло сливочное (порциями)                | 0,05          | 8,25  | 0,08  | 75,0   |
| 100          | Фрукты свежие (яблоко) порционно          | 0,40          | 0,40  | 9,8   | 48,0   |
| 200/5        | Каша пшенная молочная (вязкая) с маслом   | 7,98          | 12,49 | 41,4  | 300,42 |
| 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 |
| <b>Обед</b>  |                                           |               |       |       |        |
| 250/5        | Свекольник со сметаной                    | 2,31          | 5,17  | 16,25 | 121,30 |
| 180          | Азу с картофелем                          | 16,75         | 22,06 | 13,06 | 319,72 |
| 200          | Чай с сахаром                             | 0,20          | 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  |
| <b>Итого</b> |                                           | <b>168-04</b> |       |       |        |

**Четверг  
 Завтрак**

|              |                                           |               |       |       |        |
|--------------|-------------------------------------------|---------------|-------|-------|--------|
| 50           | Помидоры свежие (порционно)               | 0,47          | 0,08  | 1,62  | 10,40  |
| 220          | Плов из говядины                          | 15,80         | 19,60 | 47,70 | 428,0  |
| 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 |
| <b>Обед</b>  |                                           |               |       |       |        |
| 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                         | 3,0           | 6,0   | 22,0  | 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  |
| <b>Итого</b> |                                           | <b>168-04</b> |       |       |        |

**Пятница**

**Завтрак**

|        |                                        |      |      |       |        |
|--------|----------------------------------------|------|------|-------|--------|
| 10     | Сыр (порциями)                         | 2,63 | 2,66 | 0,0   | 35     |
| 200/10 | Каша молочная манная (жидкая) с маслом | 5,81 | 11,5 | 29,08 | 240,95 |
| 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 горохом                | 5,47  | 4,75 | 15,79 | 146,20 |
| 100 | Биточки мясные с томатным соусом          | 14,40 | 15,8 | 11,8  | 219,5  |
| 180 | Макаронные изделия отварные (вермишель)   | 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  |

**Итого** **168-04**

**Всего** **672-16**

Составил технолог ООО «МШКОП».

 Лебедькова.Е.М.

Повар.