

Меню для учащихся с 1 по 4 класс (завтрак)

Утверждаю директор
ООО «Аврора»

Согласовано директор
МБОУ СОШ с.Ира

Меню с 9 февраля по 13 февраля 2026г. 06 февраля 2026г.

Понедельник

		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
50	Хлеб пшеничный для детского питания	4,0	0,5	27,50	130,0

76-96

Вторник

8	Масло сливочное (порциями)	0,06	5,8	0,1	52,88
150/5	Каша пшенная 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

Среда

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

Четверг

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

Пятница

10	Сыр (порциями)	2,63	2,66	0,0	36
150/5	Каша овсяная «Геркулес» молочная вязкая с маслом	6,27	8,07	28,48	212,17
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
100	Кисломолочный продукт для детского питания	3,20	3,20	9,2	62,0
50	Батон нарезной 1 сорта для детского питания	3,85	1,50	25,05	129,50

76-96

Итого

384-80

Составил технолог ООО «Аврора».

Л. Лебедькова Е.М.

Повар.

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

Утверждаю директор
ООО «Аврора»

Согласовано директор
МБОУ СОШ с.Ира

Меню с 9 февраля по 13 февраля 2026г. 06 февраля 2026г.

Понедельник

			Белки(гр)	Жиры(гр)	Углеводы(гр)	ЭЦ (калл)
100	Ромштекс куриный с томатным соусом	68-10	13,40	14,80	2,80	219,50
180	Макаронные изделия отварные	13-46	6,98	5,17	44,50	252,60
200	Чай с сахаром	2-65	0,20	0,05	15,01	57,0
50	Хлеб пшеничный для детского питания	3-75	4,0	0,5	27,5	130,0
		87-96				

Вторник

10	Масло сливочное (порциями)	11-39	0,05	8,25	0,08	75,0
200/10	Каша пшенная молочная (вязкая) с маслом	24-74	8,18	12,80	42,46	318,00
100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	21-50	0,40	0,40	9,8	48,0
200	Чай с сахаром	2-65	0,2	0,05	15,01	57,0
50	Батон нарезной для детского питания	5-16	3,85	1,50	25,05	129,50
		65-44				

Среда

100	Птица, тушеная в сметанном соусе	65-91	11,10	10,20	9,60	174,80
200/5	Каша гречневая (рассыпчатая) с маслом	11-51	11,60	7,20	60,0	351,73
200/7	Чай с сахаром и лимоном	6-55	0,26	0,05	15,12	59,0
50	Хлеб пшеничный для детского питания	3-75	4,0	0,50	27,50	130,0
		87-72				

Четверг

150/20	Запеканка из творога со сгущенным молоком	107-75	34,61	9,20	38,07	380,76
200/7	Чай с лимоном и сахаром	6-55	0,26	0,05	15,12	59,00
130	Фрукты свежие (яблоко) порционно	27-95	0,52	0,52	14,0	61,0
50	Батон нарезной для детского питания	5-16	3,85	1,50	25,05	129,50
		147-41				

Пятница

10	Сыр (порциями)	10-13	2,63	2,66	0,0	36
200/10	Каша овсяная «Геркулес» молочная вязкая с маслом	25-45	8,36	10,76	37,97	282,89
200	Чай с сахаром	2-65	0,2	0,05	15,01	57,0
100	Кисломолочный продукт для детского питания	27-13	3,20	3,20	9,20	62,0
50	Батон нарезной для детского питания	5-16	3,85	1,50	25,05	129,50
		70-52				

Итого

459-05

Составил технолог ООО «Аврора».
Повар.

Лебедькова.Е.М.

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

Утверждаю директор
ООО «Аврора»

Согласовано директор
МБОУ СОШ с.Ира

Беру А.В. Беруцкий
06 февраля 2026г.

Меню с 9 февраля по 13 февраля 2026г.

Понедельник

		Белки(гр)	Жиры(гр)	Углеводы(гр)	ЭЦ (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	0,20	0,05	15,01	57,0
50	Хлеб пшеничный для детского питания	4,0	0,5	27,5	130,0

84-47

Вторник

10	Масло сливочное (порциями)	0,05	8,25	0,08	75,0
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
50	Батон нарезной для детского питания	3,85	1,50	25,05	129,50

84-47

Среда

100	Птица, тушеная в сметанном соусе	11,10	10,20	9,60	174,80
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	0,50	27,50	130,0

84-47

Четверг

150/20	Запеканка из творога со сгущенным молоком	34,61	9,20	38,07	380,76
200/7	Чай с лимоном и сахаром	0,26	0,05	15,12	59,00
100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,40	0,40	9,8	48,0
50	Батон нарезной для детского питания	3,85	1,50	25,05	129,50

84-47

Пятница

10	Сыр (порциями)	2,63	2,66	0,0	36
200/5	Каша овсяная «Геркулес» молочная вязкая с маслом	8,16	10,50	37,06	276,16
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,01	57,0
100	Кисломолочный продукт для детского питания	3,20	3,20	9,20	62,0
50	Батон нарезной для детского питания	3,85	1,50	25,05	129,50

84-47

Итого

422-35

Составил технолог ООО «Аврора».
Повар.

 Лебедькова.Е.М.

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

Утверждаю директор
ООО «Аврора»

Согласовано директор
МБОУ СОШ с.Ира

Беруев А.В. Беруев
06 февраля 2026

Меню с 9 февраля по 13 февраля 2026г.

Понедельник 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

Вторник Завтрак

150/5	Каша пшеничная 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

Среда Завтрак

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
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

**Четверг
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

**Пятница
Завтрак**

10	Сыр (порциями)	2,63	2,66	0,0	36
150/5	Каша овсяная «Геркулес» молочная вязкая с маслом	6,27	8,07	28,48	212,17
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
100	Кисломолочный продукт для детского питания	3,20	3,20	4,5	62,0
40	Батон нарезной для детского питания	3,08	1,20	20,04	103,60

Обед

200/5	Рассольник ленинградский со сметаной	2,0	4,50	14,70	111,50
80	Рыба, тушеная в томате с овощами	8,29	4,59	4,28	91,59
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

163-03

Всего

824-32

Составил технолог ООО «Аврора».

 **Лебедькова.Е.М.**

Повар.

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

Утверждаю директор
ООО «Аврора»

Согласовано директор
МБОУ СОШ с.Ира

Меню с 9 февраля по 13 февраля 2026г. *Беруц А.В. Беруц*
06 февраля 2026г.

Понедельник
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 **160-48**

Вторник
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 **160-48**

Среда
Завтрак

80	Птица, тушеная 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**

**Четверг
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

**Пятница
Завтрак**

10	Сыр (порциями)	2,63	2,66	0,0	36
150/5	Каша овсяная «Геркулес» молочная вязкая с маслом	6,27	8,07	28,48	212,17
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
100	Кисломолочный продукт для детского питания	3,20	3,20	4,5	62,0
40	Батон нарезной для детского питания	3,08	1,20	20,04	103,60

Обед

200/5	Рассольник ленинградский со сметаной	2,0	4,50	14,70	111,50
80	Рыба, тушеная в томате с овощами	8,29	4,59	4,28	91,59
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

160-48

Всего

802-40

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 директор
ООО «Аврора»

Согласовано директор
МБОУ СОШ с.Ира

Меню с 9 февраля по 13 февраля 2026г.

А. В. Белицкий
06 февраля 2026

**Понедельник
Завтрак**

		Белки(г р)	Жиры(гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (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 «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			

**Вторник
Завтрак**

200/5	Каша пшенная 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			

**Среда
Завтрак**

80	Птица, тушенная 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 гречками	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			

**Четверг
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

**Пятница
Завтрак**

10	Сыр (порциями)	2,63	2,66	0,0	36
200/5	Каша овсяная «Геркулес» молочная вязкая с маслом	8,16	10,50	37,06	276,16
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	57,0
100	Кисломолочный продукт для детского питания	3,20	3,20	4,5	62,0
40	Батон нарезной для детского питания	3,08	1,20	20,04	103,60

Обед

250/5	Рассольник ленинградский со сметаной	2,40	5,70	15,70	126,00
80	Рыба, тушеная в томате с овощами	8,29	4,59	4,28	91,59
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

177-11

Всего

885-55

Составил технолог ООО «Аврора».

 **Лебедькова.Е.М.**

Повар.