

Меню для учащихся с 1 по 4 класс (завтрак)

Утверждаю зам директора
ООО «Аврора»

Согласовано директор
МБОУ СОШ с.Ира

Меню с 13 апреля по 17 апреля 2026г. 10 апреля 2026г.

Понедельник

		Белки(г р)	Жиры(гр)	Углеводы(гр)	ЭЦ (калл)
100	Шницель школьный 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

10	Масло сливочное (порциями)	0,05	8,25	0,08	75,0
150/5	Каша манная молочная (жидкая) с маслом	4,40	8,72	22,89	188,0
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

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

Четверг

10	Сыр (порциями)	2,63	2,66	0,0	36
200/10	Каша молочная вязкая из пшеничной крупы	7,81	7,81	38,86	249,12
40	Яйцо вареное вкрутую	6,86	6,21	0,38	84,78
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

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

384-80

Составил технолог ООО «Аврора».

Леведькова Е.М.

Повар.

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

Утверждаю зам директора
ООО «Аврора»

Согласовано директор
МБОУ СОШ с.Ира

Меню с 13 апреля по 17 апреля 2026г.

Беруш А.В. Беруш
10 апреля 2026г.

Понедельник

			Белки(г р)	Жиры(гр)	Углеводы(гр)	ЭЦ (калл)
100	Шницель школьный с томатным соусом	60-44	13,40	14,80	2,80	219,50
200	Макаронные изделия отварные	13-27	7,75	5,74	49,40	280,70
200	Чай с сахаром	2-94	0,2	0,05	15,01	57,0
50	Хлеб пшеничный для детского питания	3-75	4,0	0,5	27,50	130,0

80-40

Вторник

10	Масло сливочное (порциями)	10-97	0,05	8,25	0,08	75,0
200/10	Каша манная молочная (жидкая) с маслом	24-85	5,96	11,80	31,02	254,0
100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	14-25	0,40	0,40	9,8	48,0
200	Чай с сахаром	2-94	0,2	0,05	15,01	57,0
50	Батон нарезной для детского питания	5-16	3,85	1,50	25,05	129,50

58-17

Среда

80	Овощи натуральные свежие (огурец) порционно	22-85	0,88	0,13	3,04	8,40
220	Плов из мяса птицы (отварной)	43-30	18,64	25,85	46,06	490,77
200/7	Чай с сахаром и лимоном	5-80	0,26	0,05	15,12	59,0
50	Хлеб пшеничный для детского питания	3-75	4,0	0,5	27,5	130,0

75-70

Четверг

10	Сыр (порциями)	10-47	2,63	2,66	0,0	36
200/10	Каша молочная вязкая из пшеничной крупы	24-36	7,81	7,81	38,86	249,12
40	Яйцо вареное вкрутую	16-32	6,86	6,21	0,38	84,78
200	Чай с сахаром	2-94	0,2	0,05	15,01	57,0
50	Батон нарезной для детского питания	5-16	3,85	1,50	25,05	129,50

59-25

Пятница

150/20	Запеканка из творога со сгущенным молоком	108-95	34,61	9,20	38,07	380,76
200/7	Чай с сахаром и лимоном	5-80	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

138-43

Итого

411-95

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

Меню с 13 апреля по 17 апреля 2026г.

Белкина А.В. Белкина
10 апреля 2026г.

Понедельник

		Белки(г р)	Жиры(гр)	Углеводы(гр)	ЭЦ (ккал)
100	Шницель школьный 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
50	Хлеб пшеничный для детского питания	4,0	0,5	27,50	130,0

84-47

Вторник

10	Масло сливочное (порциями)	0,05	8,25	0,08	75,0
200/10	Каша манная молочная (жидкая) с маслом	5,96	11,80	31,02	254,0
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

84-47

Среда

80	Овощи натуральные свежие (огурец) порционно	0,88	0,13	3,04	8,40
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

84-47

Четверг

10	Сыр (порциями)	2,63	2,66	0,0	36
200/10	Каша молочная вязкая из пшеничной крупы	7,81	7,81	38,86	249,12
40	Яйцо вареное вкрутую	6,86	6,21	0,38	84,78
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

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
130	Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,52	0,52	14,0	61,0
50	Батон нарезной для детского питания	3,85	1,50	25,05	129,50

84-47

422-35

Итого

Составил технолог ООО «Аврора».

Л Лебедькова Е.М.

Повар.

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

Утверждаю зам директора
 ООО «Аврора»

Согласовано директор
 МБОУ СОШ с.Ира

Меню с 13 апреля по 17 апреля 2026г.

Понедельник

Завтрак

		Белки(г р)	Жиры(гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (калл)
100/4	Шницель школьный 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

160-48

Вторник

Завтрак

8	Масло сливочное (порциями)	0,06	5,8	0,1	52,88
150/5	Каша манная молочная (жидкая) с маслом	4,40	8,72	22,89	188,0
100	Фрукты свежие (яблоко) порционно	0,40	0,40	9,8	48,0
10	Масло сливочное (порциями)	0,05	8,25	0,08	75,0
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	Мясо духовое	15,84	18,24	14,90	221,53
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

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 ржано-пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60

Итого

160-48

**Четверг
Завтрак**

10	Сыр (порциями)	2,63	2,66	0,0	36
150/5	Каша молочная вязкая из пшеничной крупы	5,86	5,86	25,67	186,84
40	Яйцо вареное в крутую	6,86	6,21	0,38	84,78
200	Чай с сахаром	0,2	0,05	15,0	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

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 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

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 зам директора
ООО «Аврора»

Согласовано директор
МБОУ СОШ с.Ира

Меню с 13 апреля по 17 апреля 2026г.

Понедельник

Завтрак

		Белки(г р)	Жиры(гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (калл)
100	Шницель школьный 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

Итого

177-11

Вторник

Завтрак

200/5	Каша манная молочная (жидкая) с маслом	5,81	11,51	30,28	247,95
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

250/5	Свекольник со сметаной	2,31	5,17	16,25	121,30
210	Мясо духовое	18,67	20,80	17,55	260,99
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

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	490,77
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	126,00
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 ржано-пшеничный для детского питания	2,28	0,27	14,53	69,60

Итого

177-11

**Четверг
Завтрак**

10	Сыр (порциями)	2,63	2,66	0,0	36
200/5	Каша молочная вязкая из пшеничной крупы	7,62	7,62	37,93	243,18
40	Яйцо вареное вкрутую	6,86	6,21	0,38	84,78
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

177-11

**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

885-55

Составил технолог ООО «Аврора».

 **Лебедькова.Е.М.**

Повар.