Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
Зюзинская средняя общеобразовательная школа
Барабинского района Новосибирской области

Директор школы:

Л.В. Монастырева
«16 » ноября 2026г.

# Недельное меню для организации питания обучающихся 5-11 класс (11-18 лет)

| Горячее питание №1 за счёт федеральных средств | | | | | | | | Горячее питание№2 за счёт родительских средств | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Энергетическая ценность | | | | | | | | Энергетическая ценность | | | | | | | |
| Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл | № т/к | наименование | Порция (гр,) | стоимость | Белки | Жиры | Углеводы | Ккалл | № т/к | наименование | Порция (гр.) | стоимость |
| ***ПОНЕДЕЛЬНИК 16.11.2026*** | | | | | | | | ***ПОНЕДЕЛЬНИК 16.11.2026*** | | | | | | | |
| 4,6 | 5,9 | 0 | 71,7 | 54-1з | Сыр в нарезке | 20 | 14-40 | 8,2 | 6,3 | 35,9 | 233,7 | 54-4г | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 14-99 |
| 6,6 | 6,8 | 35,8 | 230,7 | 54-25.1к | Каша жидкая молочная рисовая | 250 | 24-75 | 18,2 | 17,4 | 16,4 | 295,2 | Пром | Котлета из говядины | 100 | 38-00 |
| 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,3 | Пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 3-00 | 0,4 | 0,5 | 1,7 | 12,7 | 54-3соус | Соус красный основной | 50 | 5-18 |
| | | | | | | | | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,3 | Пром. | Хлеб в ассортименте | 30 | 3-00 |
| 0,2 | 0,1 | 6,6 | 27,9 | 54-3гн | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 3-00 | | | | | | | | |
| | | | | | | | | 0,2 | 0 | 6,4 | 26,8 | 54-2гн | Чай с сахаром | 200 | 1-50 |
| 3 | 2,4 | 37,5 | 183 | пром | Пряник | 50 | **13-00** | | | | | | | | |
| | | | | | | | **58-15** | | | | | | | | **62-67** |
| ***ВТОРНИК 17.11.2026*** | | | | | | | | ***ВТОРНИК 17.11.2026*** | | | | | | | |
| 0,8 | 0,1 | 2,5 | 14,1 | 54-2з | Огурец в нарезке | 100 | 14-00 | 3,6 | 6,7 | 12,1 | 123,6 | 54-2с | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 250 | 17-49 |
| 3,7 | 6,4 | 23,8 | 167,2 | **54-11г** | Картофельное пюре | 180 | 35-39 | 0,4 | 0 | 19,8 | 80,8 | **54-35хн** | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 4-92 |
| 20,1 | 19 | 8 | 283,8 | 54-18м | Печень говяжья по- | 120 | 73-47 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,3 | Пром. | Хлеб в ассортимен | 30 | 3-00 |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | строгановски | | | | | | | | | | те | | |
| 0,2 | 0 | 2,8 | 12,3 | 54-2гн | Чай с сахаром | 200 | 1-50 | | | | | | | | | | |
| 3,8 | 0,4 | 24,6 | 117,2 | Пром. | Хлеб в ассортименте | 50 | 5-00 | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | **129-36** | | | | | | | | | | **25-41** |
| ***СРЕДА 18.11.2026*** | | | | | | | | ***СРЕДА 18.11.2026*** | | | | | | | | | |
| 6,7 | 7,2 | 29,3 | 208,7 | 54-27к | Каша жидкая молочная манная | 200 | 21-83 | 3,6 | 4,8 | 36,4 | 203,5 | 54-6г | Рис отварной | 150 | 15-53 |
| 4,7 | 3,5 | 8,9 | 85,9 | 54-21гн | Какао с молоком | 200 | 15-85 | 15,5 | 6,3 | 4,9 | 138,4 | 54-25м | Курица тушеная с морковью | 100 | 43-38 |
| 2,4 | 0,89 | 33,6 | 151,2 | Пром | Банан | 160 | 35-20 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,3 | Пром. | Хлеб в ассортименте | 30 | 3-00 |
| 3,8 | 0,4 | 24,6 | 117,2 | Пром. | Хлеб в ассортименте | 50 | 5-00 | 1 | 0,1 | 15,6 | 66,9 | 54-2хн | Компот из кураги | 200 | 8-60 |
| | | | | | | | **77-88** | | | | | | | | 70-51 |
| ***ЧЕТВЕРГ 19.11.2026*** | | | | | | | | ***ЧЕТВЕРГ 19.11.2026*** | | | | | | | | | |
| 0,9 | 10,2 | 7,1 | 123,8 | 54-11з | Салат из моркови и яблок | 100 | 15-06 | 6 | 6,3 | 27,2 | 189,3 | 54-25к | Каша жидкая молочная пшённая | 200 | 30-28 |
| 6,4 | 5,9 | 39,4 | 236,2 | 54-1г | Макароны отварные | 180 | 14-91 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,3 | Пром. | Хлеб в ассортименте | 30 | 3-00 |
| 18,2 | 17,4 | 16,4 | 295,2 | Пром | Котлета из говядины | 100 | 38-00 | 54-2гн | 54-2гн | 54-2гн | 54-2гн | 54-2гн | Чай с сахаром | 200 | 1-50 |
| 0,4 | 0,5 | 1,7 | 12,7 | 54-3соус | Соус красный основной | 50 | 5-18 | | | | | | | | |
| 1,6 | 1,1 | 5 | 36,4 | 54-4гн | Чай с молоком и сахаром | 200 | **11-25** | | | | | | | | |
| 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,3 | Пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 3-00 | | | | | | | | |
| | | | | | | | **87-40** | | | | | | | | **34-78** |
| ***ПЯТНИЦА 20.11.2026*** | | | | | | | | ***ПЯТНИЦА 20.11.2026*** | | | | | | | | | |
| 3,6 | 4,5 | 14,6 | 113,5 | 54-8г | Капуста тушеная | 150 | 27-82 | 0,7 | 5,4 | 4 | 67,1 | 54-16з54-16з | Винегрет с растительным маслом | 60 | 9-98 |
| 12,4 | 13,1 | 12,1 | 215,7 | Пром | Тефтели из говядины | 100 | 48-00 | 3,6 | 6,7 | 6,6 | 100,9 | 54-1с | Щи из свежей капусты со сметаной | 250 | 15-77 |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1,8 | 3,7 | 4,8 | 59,6 | 54-5соус | Соус молочный натуральный | 50 | 1-47 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,3 | Пром. | Хлеб в ассортименте | 30 | 3-00 |
| 3,9 | 2,9 | 7,6 | 71,4 | 54-23гн | Кофейный напиток с молоком | 200 | 11-10 | | | | | | Компот из изюма | 200 | 8-60 |
| 3,8 | 0,4 | 24,6 | 117,2 | Пром. | Хлеб в ассортименте | 50 | 5-00 | | | | | | | | |
| | | | | | | | 88-39 | | | | | | | | 37-35 |
| ***441-18*** | | | | | | | | **230-72** | | | | | | | |