



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

25								ОБЕДЫ							
Энергетическая ценность						Энергетическая ценность									
Бел ки	Жир ы	Угле в оды	Ккал л	№ т/к	наименова ние	Порц ия гр.	стоимо сть	Бел ки	жи р	Угле вод ы	Кка лл	№ т/к	наименова ние	Порц ия гр.	стоим ость
ПОНЕДЕЛЬНИК 05.10.2026								ПОНЕДЕЛЬНИК 05.10.2026							
7	8,9	0	107,5	54-1з	Сыр в нарезке	30	21-60	8,2	6,3	35,9	233, 7	54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	14-99
8,5	9,3	30,8	240,8	54-22 к	Каша жидкая молочная овсяная	250	24-77	16,4	15, 7	14,8	265, 7	54- 4м	Котлета из говядины	100	38-00
0,2	0,1	6,6	27,9	54- 3гн	Чай с сахаром и лимоном	200	3-00	1,1	1,1	4,3	31,7	54-3 соус	Соус красный основной	50	5-18
2,3	0,2	14	70,3	Пром	Хлеб пшеничны й	30	3-00						Компот из изюма	200	8-60
3	2,4	37,5	183	пром	Печенье	40	10-40	2,3	0,2	14	70,3	Пром	Хлеб в ассортимен те	30	3-00
							62-77								69-77
ВТОРНИК 06.10.2026								ВТОРНИК 06.10.2026							
1,6	10,1	9,6	135,9	54-8з	Салат из белокочанн ой капусты с морковью	100	11-27	3,7	3,8	13,7	103, 5	54-6с	Суп картофельн ый с клецками	250	18-00
3,7	6,4	23,8	167	54- 11г- 2020	Картофель ное пюре	180	35-39	2,3	0,2	14	70,3	Пром	Хлеб пшеничный	40	4-00
16,6	8,9	7,5	176,7	54- 11р- 2020	Рыба тушеная в томате с овощами	100	39-13	0,2	0	6,4	26,8	54- 2гн	Чай с сахаром	200	1-50
4,7	3,5	8,9	85,9	54- 21гн	Какао с молоком	200	15-85								
2,3	0,2	14	70,3	Пром	Хлеб пшеничны й	30	3-00								
							104-64								23-50
СРЕДА 07.10.2026								СРЕДА 07.10.2026							
1,2	8,9	6,7	111,9	54-16з	Винегрет с растительн ым маслом	100	16-22	8,3	10, 1	37,6	274, 9	54- 24к	Каша жидкая молочная	200	30-28

													пшениная		
27,3	6,5	33,3	300,4	54-12м	Плов с курицей	200	73-84	2,3	0,2	14	70,3	Пром	Хлеб в ассортименте	33	3-30
0,2	0	2,8	12,3	54-2гн	Чай с сахаром	200	1-50	0,2	0	6,4	26,8	54-2гн	Чай с сахаром	200	1-50
4,3	0,6	24,8	121,5	Пром.	Хлеб в ассортименте	60	6-00								
							97-56								35-08
ЧЕТВЕРГ 08.10.2026								ЧЕТВЕРГ 08.10.2026							
6,2	7,4	30	211,2	54-16к	Каша «Дружба»	250	25-76	6,4	5,9	39,4	236,2	54-1г	Макароньы отварные	150	12-86
3,9	2,9	11,2	86	54-23гн-2020	Кофейный напиток на молоке	200	11-10	15,5	6,3	4,9	138,4	54-25м	Курица тушеная с морковью	100	43-38
24,6	0,4	28	14,6	Пром	Хлеб в ассортименте	60	6-00	0,4	0	19,8	81	54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	4-92
7	8,9	0	107,5	54-1з-2020	Сыр твердых сортов	40	28-80	2,3	0,2	14	70,3	Пром	Хлеб пшеничный	40	4-00
								1	6,1	5,8	81,5	54-8з	Салат из белокочанной капусты и моркови	60	6-68
							71-66								71-84
ПЯТНИЦА 09.10.2026								ПЯТНИЦА 09.10.2026							
39,5	14,2	22,8	377,5	54-1т	Запеканка из творога	200	68-44	2,2	5,3	13,4	110,4	54-18с	Свекольник со сметаной	250	14-60
1,6	1,1	5	36,4	54-4гн	Чай с сахаром и молоком	200	11-25	2,3	0,2	14	70,3	Пром	Хлеб в ассортименте	30	3-00
0,1	0	12,8	51,4	пром	Повидло абрикосовое	20	10-00	0,2	0	6,4	26,8	54-2гн	Чай с сахаром	200	1-50
2,3	0,2	14,8	70,3	Пром.	Хлеб в ассортименте	20	2-00								
0,6	0,6	14,7	66,6	пром	Яблоко	150	37-50								
							129-19								19-10
							465-82								219-29