

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 28.09.2026                         |      |          |       |          |                              |              |           | ПОНЕДЕЛЬНИК 28.09.2026                          |      |          |       |          |                                          |              |           |
| 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      |
| 0,2                                            | 0,1  | 6,6      | 27,9  | 54-3гн   | Чай с сахаром и лимоном      | 200          | 3-00      | 2,3                                             | 0,2  | 14,8     | 70,3  | Пром.    | Хлеб в ассортименте                      | 30           | 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 29.09.2026                             |      |          |       |          |                              |              |           | ВТОРНИК 29.09.2026                              |      |          |       |          |                                          |              |           |
| 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 - строгановски | 120 | 73-47  | 2,3                | 0,2    | 14,8   | 70,3   | Про м.       | Хлеб в ассортименте            | 30  | 3-00  |
| 0,2                | 0    | 2,8  | 12,3  | 54-2гн    | Чай с сахаром                    | 200 | 1-50   |                    |        |        |        |              |                                |     |       |
| 3,8                | 0,4  | 24,6 | 117,2 | Про м.    | Хлеб в ассортименте              | 50  | 5-00   |                    |        |        |        |              |                                |     |       |
|                    |      |      |       |           |                                  |     | 129-36 |                    |        |        |        |              |                                |     | 25-41 |
| СРЕДА 30.09.2026   |      |      |       |           |                                  |     |        | СРЕДА 30.09.2026   |        |        |        |              |                                |     |       |
| 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 тушенная с морковью     | 100 | 43-38 |
| 2,4                | 0,89 | 33,6 | 151,2 | Про м     | Банан                            | 160 | 35-20  | 2,3                | 0,2    | 14,8   | 70,3   | Про м.       | Хлеб в ассортименте            | 30  | 3-00  |
| 3,8                | 0,4  | 24,6 | 117,2 | Про м.    | 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 01.10.2026 |      |      |       |           |                                  |     |        | ЧЕТВЕРГ 01.10.2026 |        |        |        |              |                                |     |       |
| 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   | Про м.       | Хлеб в ассортименте            | 30  | 3-00  |
| 18,2               | 17,4 | 16,4 | 295,2 | Про м     | 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  | 54-3соу с | 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  | Про м.    | Хлеб пшеничный                   | 30  | 3-00   |                    |        |        |        |              |                                |     |       |
|                    |      |      |       |           |                                  |     | 87-40  |                    |        |        |        |              |                                |     | 34-78 |
| ПЯТНИЦА 02.10.2026 |      |      |       |           |                                  |     |        | ПЯТНИЦА 02.10.2026 |        |        |        |              |                                |     |       |
| 3,6                | 4,5  | 14,6 | 113,5 | 54-8г     | Капуста тушенная                 | 150 | 27-82  | 0,7                | 5,4    | 4      | 67,1   | 54-16з54-16з | Винегрет с растительным маслом | 60  | 9-98  |

[illegible]