



МЕНЮ (Льготное)

1 день

2025 г.

Выход, г	Завтрак обучающихся в 1-4 классах на 2025 год	104.40
10/25	Бутерброд с маслом сливочным Батон пшеничный, масло сливочное Б - 2,4 г, Ж - 8,1 г, У - 13 г, ЭЦ - 142 ккал	
180/5	Каша гречневая молочная с маслом сливочным Крупа гречневая, Молоко, Соль, Сахар-песок, Масло сливочное Б - 9,6 г, Ж - 8,47 г, У - 35,1 г, ЭЦ - 237,51 ккал	
200/5	Чай с лимоном Чай черный весовой, Сахар-песок, Лимон свежий Б - 0,2 г, Ж - 0,1 г, У - 15 г, ЭЦ - 60 ккал	
100	Яблоко свежее Б - 0,4 г, Ж - 0,4 г, У - 9,8 г, ЭЦ - 44,4 ккал	
25	Печенье в ассортименте Б - 3,0 г, Ж - 2,5 г, У - 11,2 г, ЭЦ - 69,0 ккал	

Выход, г	Обед обучающихся в 1-4 классах на 2025 год	156.50
60	Огурец свежий порционно Огурцы свежие Б - 0,5 г, Ж - 0,06 г, У - 1,02 г, ЭЦ - 7,2 ккал	
200/5/5	Щи по-уральски с крупой и курицей, со сметаной Капуста квашеная, Лук репчатый, Морковь свежая, Крупа перловая, Масло растительное, Томатная паста, Соль, Курица отварная, Сметана, Лавровый лист Б - 2,1 г, Ж - 3,1 г, У - 10,1 г, ЭЦ - 109,2 ккал	
100	Филе индейки по-строгановски Филе индейки с/м, Масло сливочное, Сметана, Мука пшеничная, Лук репчатый, Томатная паста, Соль Б - 9,3 г, Ж - 13,5 г, У - 5,47 г, ЭЦ - 195,4 ккал	
150	Макаронные изделия отварные Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль Б - 5 г, Ж - 4,8 г, У - 27 г, ЭЦ - 151 ккал	
200	Сок фруктовый (яблочный) Б - 1 г, Ж - 0,2 г, У - 19,17 г, ЭЦ - 90 ккал	
40	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами Б - 3,2 г, Ж - 1,7 г, У - 20,4 г, ЭЦ - 92 ккал	
50	Батон обогащенный микронутриентами Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал	

Главный технолог

Зав. производством



СОГЛАСОВАНО
Директор школы №
Ф.И.О.



МЕНЮ (Льготное)

24 09 1 день

2025 г.

Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2025 год	306.80
100	Огурец свежий порционно Огурцы свежие Б - 0,8 г, Ж - 0,1 г, У - 1,7 г, ЭЦ - 12,0 ккал	
250/15/10	Щи по-уральски с крупой и курицей, со сметаной Капуста квашеная, Лук репчатый, Морковь свежая, Крупа перловая, Масло растительное, Томатная паста, Соль, Курица отварная. Сметана, Лавровый лист Б - 3,0 г, Ж - 4,53 г, У - 13,2 г, ЭЦ - 147,1 ккал	
100	Филе индейки по-строгановски Филе индейки с/м, Масло сливочное, Сметана, Мука пшеничная, Лук репчатый, Томатная паста, Соль 9,3 г, Ж - 13,5 г, У - 5,47 г, ЭЦ - 195,4 ккал	Б -
200/15	Макароны отварные с сыром Макаронные изделия, Масло сливочное, Сыр, Соль Б - 15,8 г, Ж - 16,1 г, У - 37,5 г, ЭЦ - 358,0 ккал	
200	Сок фруктовый (яблочный) Б - 1 г, Ж - 0,2 г, У - 19,17 г, ЭЦ - 90 ккал	
60	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами Б - 4,8 г, Ж - 2,55 г, У - 30,6 г, ЭЦ - 138 ккал	
50	Батон обогащенный микронутриентами Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал	
150	Яблоко свежее Б - 0,6 г, Ж - 0,6 г, У - 14,0 г, ЭЦ - 64,0 ккал	
100	Плюшка "Московская" Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Масло сливочное, Молоко, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Масло растительное, Соль, Изюм Б - 8,62 г, Ж - 14,4 г, У - 61,66 г, ЭЦ - 329,8 ккал	

Главный технолог

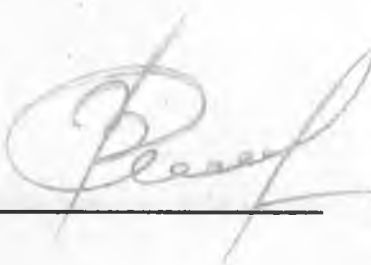
Зав. производством



МЕНЮ (Льготное)
2 день
19 04 2025 г.

Выход, г	Завтрак обучающихся в 1-4 классах на 2025 год	104.40
150/20	Запеканка из творога со сгущенным молоком Творог, Крупа манная, Сахар, Соль, Яйцо куриное, Масло растительное, Сухари панировочные, Сметана, Молоко сгущенное Б - 16,38 г, Ж - 16,6 г, У - 26,7 г, ЭЦ - 374,4 ккал	
200	Чай с сахаром Чай черный весовой, Сахар-песок Б - 0,2 г, Ж - 0,1 г, У - 15 г, ЭЦ - 60 ккал	
25	Батон нарезной обогащенный микронутриентами Б - 2 г, Ж - 1,16 г, У - 12,99 г, ЭЦ - 68 ккал	
170	Апельсин свежий Б - 1,53 г, Ж - 0,34 г, У - 13,77 г, ЭЦ - 73,1 ккал	

Выход, г	Обед обучающихся в 1-4 классах на 2025 год	156.50
60	Икра кабачковая (консервированная) Икра кабачковая (промышленного производства) Б - 0,88 г, Ж - 2,42 г, У - 4,78 г, ЭЦ - 44,3 ккал	
200/5/5	Борщ с капустой и картофелем, отварной говядиной и сметаной Картофель, Свекла, Капуста белокочанная свежая, Говядина отварная, Лук репчатый, Морковь свежая, Томатная паста, Соль, Кислота лимонная, Сметана, Лавровый лист, Петрушка свежая Б - 3,46 г, Ж - 4,63 г, У - 9,51 г, ЭЦ - 93,3 ккал	
90	Шницель рубленый мясной Говядина, Свинина, Батон пшеничный, Сухари панировочные, Соль, Масло растительное Б - 11,3 г, Ж - 10,5 г, У - 8,47 г, ЭЦ - 174,5 ккал	
150	Рис отварной Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль Б - 3,7 г, Ж - 6,3 г, У - 26,18 г, ЭЦ - 203 ккал	
200	Компот из свежих яблок Яблоки свежие, Сахар-песок, Кислота лимонная Б - 0,2 г, Ж - 0,2 г, У - 20,1 г, ЭЦ - 87,8 ккал	
40	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами Б - 3,2 г, Ж - 1,7 г, У - 20,4 г, ЭЦ - 92 ккал	
50	Батон нарезной обогащенный микронутриентами Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал	

Главный технолог  Зав. производством 



МЕНЮ (Льготное)

2 день

19 04 2025 г.

Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2025 год		306.80
100	Икра кабачковая (консервированная)		
	Икра кабачковая (промышленного производства)	Б - 1,4 г, Ж - 4,01 г, У - 7,9г, ЭЦ - 73,8 ккал	
250/10/5	Борщ с капустой и картофелем, отварной говядиной и сметаной		
	Картофель, Свекла, Капуста белокочанная свежая, Говядина отварная, Лук репчатый, Морковь свежая, Томатная паста, Соль, Кислота лимонная, Сметана, Лавровый лист, Петрушка свежая	Б - 5,32 г, Ж - 7,1 г, У - 14,4 г, ЭЦ - 159,7 ккал	
100	Шницель рубленый мясной		
	Говядина, Свинина, Батон пшеничный, Сухари панировочные, Соль, Масло растительное	Б - 12,9 г, Ж - 9,96 г, У - 9,41 г, ЭЦ - 193,8 ккал	
200	Рис отварной		
	Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль	Б - 7,2 г, Ж - 8,4 г, У - 34,9 г, ЭЦ - 255,5 ккал	
200	Компот из свежих яблок		
	Яблоки свежие, Сахар-песок, Кислота лимонная	Б - 0,2 г, Ж - 0,2 г, У - 20,1 г, ЭЦ - 87,8 ккал	
60	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами		
		Б - 4,8 г, Ж - 2,55 г, У - 30,6 г, ЭЦ - 138 ккал	
50	Батон нарезной обогащенный микронутриентами		
		Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал	
170	Апельсин свежий		
		Б - 1,53 г, Ж - 0,34 г, У - 13,77 г, ЭЦ - 73,1 ккал	
75	Печенье		
		Б - 7,0 г, Ж - 7,5 г, У - 33,6 г, ЭЦ - 207,0 ккал	

Главный технолог

Зав. производством



МЕНЮ (Льготное)

3 день

2025 г.

Выход, г	Завтрак обучающихся в 1-4 классах на 2025 год	104 40
180	Каша из пшена и риса молочная жидкая ("Дружба") Крупа пшено, Крупа рисовая, Молоко, Сахар-песок, Масло сливочное, Соль Б - 5,73 г, Ж - 9,25 г, У - 27 г, ЭЦ - 207,2 ккал	
20/25	Бутерброд с джемом Батон пшеничный, Джем Б - 2,2 г, Ж - 1,2 г, У - 16,8 г, ЭЦ - 86,8 ккал	
200	Какао с молоком Какао-порошок, Молоко, Сахар-песок Б - 2,9 г, Ж - 2,5 г, У - 19,6 г, ЭЦ - 134 ккал	
130	Груша свежая Б - 0,52 г, Ж - 0,4 г, У - 13,4 г, ЭЦ - 61,1 ккал	
100	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% Б - 4,1 г, Ж - 2,5 г, У - 4,9 г, ЭЦ - 87 ккал	

Выход, г	Обед обучающихся в 1-4 классах на 2025 год	156.50
60/20	Салат из свеклы с яйцом Свекла, Яйцо вареное, Масло растительное, Соль Б - 5,61 г, Ж - 7,0 г, У - 3,9 г, ЭЦ - 100,0 ккал	
200/5	Суп с макаронными изделиями, картофелем и курой отварной Картофель свежий, Макароны изделия, Лук репчатый, Морковь свежая, Масло сливочное, Соль, Курица отварная, Лавровый лист Б - 3,10 г, Ж - 2,24 г, У - 13,20 г, ЭЦ - 93,6 ккал	
90	Ватрушка рыбная запеченная (с горбушей) Горбуша филе с/м, Минтай филе с/м, Батон пшеничный, Молоко, Морковь, Сыр, Масло сливочное, Яйцо, Мука пшеничная, Соль, Масло растительное Б - 9,8 г, Ж - 8,65 г, У - 9,44 г, ЭЦ - 151,76 ккал	
150	Картофель отварной Картофель свежий, Масло сливочное, Соль Б - 2,68 г, Ж - 5,3 г, У - 22,8 г, ЭЦ - 151,9 ккал	
200	Компот из апельсинов Апельсины свежие, Сахар-песок Б - 0,5 г, Ж - 0,1 г, У - 24,1 г, ЭЦ - 95,2 ккал	
40	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами Б - 3,2 г, Ж - 1,7 г, У - 20,4 г, ЭЦ - 92 ккал	
50	Батон обогащенный микронутриентами Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 138 ккал	

Главный технолог

Зав. производством



МЕНЮ (Льготное)

3 день

2025 г.

Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2025 год	306.80
80/20	Салат из свеклы с яйцом Свекла, Яйцо варёное, Масло растительное, Соль Б - 4,51 г, Ж - 8,75 г, У - 4,5 г, ЭЦ - 125,0 ккал	
250/15	Суп с макаронными изделиями, картофелем и курой отварной Картофель свежий, Макароны изделия, Лук репчатый, Морковь свежая, Масло сливочное, Соль, Курица отварная, Лавровый лист Б - 4,00 г, Ж - 2,90 г, У - 17,06 г, ЭЦ - 121 ккал	
100	Ватрушка рыбная запечённая (из горбуши) Горбуша филе с/м, Минтай филе с/м, Батон пшеничный, Молоко, Морковь, Сыр, Масло сливочное, Яйцо, Мука пшеничная, Соль, Масло растительное Б - 10,88 г, Ж - 9,6 г, У - 10,5 г, ЭЦ - 168,62 ккал	
200	Картофель отварной Картофель свежий, Масло сливочное, Соль Б - 3,8 г, Ж - 7,1 г, У - 30,4 г, ЭЦ - 201,8 ккал	
200	Компот из апельсинов Апельсины свежие, Сахар-песок Б - 0,5 г, Ж - 0,1 г, У - 24,1 г, ЭЦ - 95,2 ккал	
60	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами Б - 4,8 г, Ж - 2,55 г, У - 30,6 г, ЭЦ - 138 ккал	
50	Батон обогащенный микронутриентами Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал	
150	Груша свежая Б - 0,6 г, Ж - 0,45 г, У - 15,45 г, ЭЦ - 70,5 ккал	
100	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в инд.упаковке Б - 4,1 г, Ж - 2,5 г, У - 4,9 г, ЭЦ - 87,0 ккал	
100	Булочка "домашняя" Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Молоко, Масло сливочное, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Масло растительное, Соль Б - 7,2 г, Ж - 10,8 г, У - 49,8 г, ЭЦ - 300,6 ккал	

Главный технолог

Зав. производством