

Рацион: 1-4\_В.Салда\_ЗАВТРАК

Меню  
ШКОЛА №2  
ПОНЕДЕЛЬНИК

05 октября 2026г. -09 октября 2026г.

| Прием пищи                 | Наименование блюда                     | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |       | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|----------------------------|----------------------------------------|-------------|----------------------|-------|-------|--------------------------------|-----------|-------------|
|                            |                                        |             | Б                    | Ж     | У     |                                |           |             |
| Завтрак                    | Каша вязкая молочная из пшена с маслом | 200/10      | 9,47                 | 11,57 | 42,82 | 290,33                         |           | 173         |
|                            | Сыр (порциями)                         | 20          | 5,28                 | 5,32  |       | 68,72                          | 0,16      | 15          |
|                            | Напиток "Витощка Лайт"                 | 200         |                      |       | 18    | 72                             |           | 352,03      |
|                            | Хлеб пшеничный                         | 40          | 3,2                  | 0,96  | 19,2  | 96                             | 0,06      |             |
|                            | Хлеб ржаной                            | 30          | 1,43                 | 0,9   | 14,94 | 66                             |           |             |
| Итого за Завтрак           |                                        |             | 19,38                | 18,75 | 94,96 | 593,05                         | 25        |             |
| Итого за день 99,16 рублей |                                        |             |                      |       |       |                                |           |             |

Рацион: 1-4\_В.Салда\_ЗАВТРАК

ВТОРНИК

| Прием пищи                 | Наименование блюда          | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |       | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|----------------------------|-----------------------------|-------------|----------------------|-------|-------|--------------------------------|-----------|-------------|
|                            |                             |             | Б                    | Ж     | У     |                                |           |             |
| Завтрак                    | Зразы рубленые (свин.)      | 90          | 10,55                | 20,45 | 14,92 | 285,46                         | 1,19      | 274         |
|                            | Макаронные изделия отварные | 150         | 5,49                 | 4,5   | 26,4  | 227,49                         |           | 309         |
|                            | Чай с лимоном               | 200/7       | 0,21                 | 0,03  | 16    | 65                             | 2,83      | 377         |
|                            | Хлеб пшеничный              | 30          | 2,4                  | 0,72  | 14,4  | 72                             | 0,05      |             |
|                            | Хлеб ржаной                 | 30          | 1,43                 | 0,9   | 14,94 | 66                             |           |             |
| Итого за Завтрак           |                             |             | 20,08                | 26,6  | 86,66 | 715,95                         |           |             |
| Итого за день 99,16 рублей |                             |             |                      |       |       |                                |           |             |

Рацион: 1-4\_В.Салда\_ЗАВТРАК

СРЕДА

| Прием пищи                 | Наименование блюда                      | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|----------------------------|-----------------------------------------|-------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|-----------|-------------|
|                            |                                         |             | Б                    | Ж     | У      |                                |           |             |
| Завтрак                    | Каша вязкая молочная пшеничная с маслом | 200/10      | 16,71                | 20,5  | 47,09  | 311,77                         |           | 173         |
|                            | Чай с молоком                           | 200         | 1,4                  | 1,6   | 17,7   | 91                             | 1,33      | 378         |
|                            | Хлеб пшеничный                          | 20          | 1,6                  | 0,48  | 9,6    | 48                             | 0,03      |             |
|                            | Хлеб ржаной                             | 20          | 0,96                 | 0,6   | 9,96   | 44                             |           |             |
|                            | Фрукт свежий                            | 1           | 0,8                  | 0,8   | 19,6   | 94                             |           |             |
| Итого за Завтрак           |                                         |             | 21,47                | 23,98 | 103,95 | 588,77                         |           |             |
| Итого за день 99,16 рублей |                                         |             |                      |       |        |                                |           |             |

Рацион: 1-4\_В.Салда\_ЗАВТРАК

ЧЕТВЕРГ

| Прием пищи                 | Наименование блюда         | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|----------------------------|----------------------------|-------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|-----------|-------------|
|                            |                            |             | Б                    | Ж     | У      |                                |           |             |
| Завтрак                    | Тефтели 2-й вариант /свин/ | 60/30       | 6,96                 | 16,1  | 11,6   | 223                            | 0,92      | 279         |
|                            | Пюре картофельное в/у      | 150         | 3,72                 | 6,12  | 58,44  | 273                            | 30,72     | 312         |
|                            | Огурец порционный          | 60          | 0,48                 | 0,12  | 1,56   | 8,4                            | 6         | 71          |
|                            | Чай с сахаром              | 200         | 0,1                  | 0,06  | 15     | 60                             | 0,03      | 376         |
|                            | Хлеб пшеничный             | 20          | 1,6                  | 0,48  | 9,6    | 48                             | 0,03      |             |
|                            | Хлеб ржаной                | 20          | 0,96                 | 0,6   | 9,96   | 44                             |           |             |
| Итого за Завтрак           |                            |             | 13,82                | 23,48 | 106,16 | 656,4                          |           |             |
| Итого за день 99,16 рублей |                            |             |                      |       |        |                                |           |             |

Рацион: 1-4\_В.Салда\_ЗАВТРАК

ПЯТНИЦА

| Прием пищи                 | Наименование блюда                    | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |       | Энергетическая ценность | Витамин С | № рецептуры |
|----------------------------|---------------------------------------|-------------|----------------------|-------|-------|-------------------------|-----------|-------------|
|                            |                                       |             | Б                    | Ж     | У     |                         |           |             |
| Завтрак                    | Каша вязкая молочная из риса с маслом | 200/10      | 1,76                 | 2,23  | 7,43  | 36,99                   | 0,13      | 174         |
|                            | Яйца вареные                          | 40          | 5,08                 | 4,6   | 0,28  | 62,8                    |           | 209         |
|                            | Чай с молоком                         | 200         | 1,4                  | 1,6   | 17,7  | 91                      | 1,33      | 378         |
|                            | Хлеб пшеничный                        | 40          | 3,2                  | 0,96  | 19,2  | 96                      | 0,06      |             |
|                            | Хлеб ржаной                           | 30          | 1,43                 | 0,9   | 14,94 | 66                      |           |             |
| Итого за Завтрак           |                                       |             | 12,87                | 10,29 | 59,55 | 352,79                  |           |             |
| Итого за день 99,16 рублей |                                       |             |                      |       |       |                         |           |             |

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова

Рацион: 1-4\_ДОВЗ\_В.Салда\_

Меню

ШКОЛА №2

ПОНЕДЕЛЬНИК

05 октября 2026г. -09 октября 2026г.

| Прием пищи                  | Наименование блюда                     | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С | №<br>рецептуры |
|-----------------------------|----------------------------------------|----------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------------|-----------|----------------|
|                             |                                        |                | Б                    | Ж     | У      |                                      |           |                |
| Завтрак                     | Каша вязкая молочная из пшена с маслом | 200/10         | 9,47                 | 11,57 | 24,42  | 290,33                               |           | 173            |
|                             | Сыр (порциями)                         | 20             | 5,28                 | 5,32  |        | 68,72                                | 0,16      | 15             |
|                             | Напиток "Витощка Лайт"                 | 200            |                      |       | 18     | 72                                   |           | 352,03         |
|                             | Хлеб пшеничный                         | 40             | 3,2                  | 0,96  | 19,2   | 96                                   | 0,06      |                |
|                             | Хлеб ржаной                            | 30             | 1,43                 | 0,9   | 14,94  | 66                                   |           |                |
| Итого за Завтрак            |                                        |                | 19,38                | 18,75 | 94,96  | 593,05                               | 25        |                |
| Обед.                       | Суп картофельный с бобовыми в/у        | 200            | 4                    | 7,2   | 35,8   | 172,8                                |           | 102            |
|                             | Гренки                                 | 20             | 2,4                  | 0,4   | 12,6   | 63                                   |           | 371            |
|                             | Гуляш свиной                           | 50/50          | 12,09                | 29,81 | 4,59   | 323,24                               | 2         | 260            |
|                             | Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант) | 150            | 11,63                | 9,88  | 62,9   | 385,19                               |           | 171            |
|                             | Чай с лимоном                          | 200/7          | 0,21                 | 0,03  | 16     | 65                                   | 2,83      | 377            |
|                             | Хлеб пшеничный                         | 20             | 1,6                  | 0,48  | 9,6    | 48                                   | 0,03      |                |
|                             | Хлеб ржаной                            | 20             | 0,96                 | 0,6   | 9,96   | 44                                   |           |                |
|                             | Итого за Обед.                         |                | 32,89                | 48,2  | 152,45 | 1101,23                              | 13,06     |                |
| Итого за день 238,28 рублей |                                        |                |                      |       |        |                                      |           |                |

Рацион: 1-4\_ДОВЗ\_В.Салда\_

ВТОРНИК

| Прием пищи                  | Наименование блюда                                  | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |       | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С | №<br>рецептуры |
|-----------------------------|-----------------------------------------------------|----------------|----------------------|-------|-------|--------------------------------------|-----------|----------------|
|                             |                                                     |                | Б                    | Ж     | У     |                                      |           |                |
| Завтрак                     | Зразы рубленые (свин.)                              | 80             | 10,55                | 20,45 | 14,92 | 285,46                               | 1,19      | 274            |
|                             | Макаронные изделия отварные                         | 150            | 5,49                 | 4,5   | 26,4  | 227,49                               |           | 309            |
|                             | Чай с лимоном                                       | 200/7          | 0,21                 | 0,03  | 16    | 65                                   | 2,83      | 377            |
|                             | Хлеб пшеничный                                      | 20             | 1,6                  | 0,48  | 9,6   | 48                                   | 0,03      |                |
|                             | Хлеб ржаной                                         | 20             | 0,96                 | 0,6   | 9,96  | 44                                   |           |                |
| Итого за Завтрак            |                                                     |                | 18,81                | 26,06 | 76,88 | 669,95                               |           |                |
| Обед.                       | Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне в/у | 200/10         | 1,4                  | 3,94  | 15,59 | 103,22                               | 6,16      | 82,04          |
|                             | Азу по-татарски (свинина) в/у                       | 240            | 15,85                | 8,58  | 4,47  | 161,85                               | 1         | 637            |
|                             | Чай с сахаром                                       | 200            | 0,1                  | 0,06  | 15    | 60                                   | 0,03      | 376            |
|                             | Хлеб пшеничный                                      | 30             | 2,4                  | 0,72  | 14,4  | 72                                   | 0,05      |                |
|                             | Хлеб ржаной                                         | 20             | 0,96                 | 0,6   | 9,96  | 44                                   |           |                |
|                             | Итого за Обед.                                      |                | 20,71                | 13,9  | 59,42 | 441,07                               | 1         |                |
| Итого за день 238,28 рублей |                                                     |                |                      |       |       |                                      |           |                |

Рацион: 1-4\_ДОВЗ\_В.Салда\_

СРЕДА

| Прием пищи                  | Наименование блюда                                       | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С | №<br>рецептуры |
|-----------------------------|----------------------------------------------------------|----------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------------|-----------|----------------|
|                             |                                                          |                | Б                    | Ж     | У      |                                      |           |                |
| Завтрак                     | Каша вязкая молочная пшеничная с маслом                  | 200/10         | 16,71                | 20,5  | 47,09  | 311,77                               |           | 173            |
|                             | Чай с молоком                                            | 200            | 1,4                  | 1,6   | 17,7   | 91                                   | 1,33      | 378            |
|                             | Хлеб пшеничный                                           | 20             | 1,6                  | 0,48  | 9,6    | 48                                   | 0,03      |                |
|                             | Хлеб ржаной                                              | 20             | 0,96                 | 0,6   | 9,96   | 44                                   |           |                |
|                             | Фрукт свежий                                             | 1              | 0,8                  | 0,8   | 19,6   | 94                                   |           |                |
| Итого за Завтрак            |                                                          |                | 21,47                | 23,98 | 103,95 | 588,77                               |           |                |
| Обед.                       | Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне в/у | 200/10         | 6,14                 | 3,98  | 17,37  | 111,46                               | 6,06      | 88,04          |
|                             | Шницели (свинина)                                        | 90             | 13,46                | 25,15 | 26,04  | 352,44                               |           | 268,04         |
|                             | Пюре картофельное в/у                                    | 150            | 3,72                 | 6,12  | 58,44  | 273                                  | 30,72     | 312            |
|                             | Компот из изюма                                          | 200            | 0,46                 | 0,1   | 33,12  | 132                                  |           | 348            |
|                             | Хлеб пшеничный                                           | 30             | 2,4                  | 0,72  | 14,4   | 72                                   | 0,05      |                |
|                             | Хлеб ржаной                                              | 20             | 0,96                 | 0,6   | 9,96   | 44                                   |           |                |
|                             | Итого за Обед.                                           |                | 27,14                | 36,67 | 159,33 | 984,9                                |           |                |
| Итого за день 238,28 рублей |                                                          |                |                      |       |        |                                      |           |                |

Рацион: 1-4\_ДОВЗ\_В.Салда\_

ЧЕТВЕРГ

| Прием пищи                  | Наименование блюда                              | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С | №<br>рецептуры |
|-----------------------------|-------------------------------------------------|----------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------------|-----------|----------------|
|                             |                                                 |                | Б                    | Ж     | У      |                                      |           |                |
| Завтрак                     | Тфтели 2-й вариант /свин/                       | 60/30          | 6,96                 | 16,1  | 11,6   | 223                                  | 0,92      | 279            |
|                             | Пюре картофельное в/у                           | 150            | 3,72                 | 6,12  | 58,44  | 273                                  | 30,72     | 312            |
|                             | Огурец порционный                               | 60             | 0,48                 | 0,12  | 1,56   | 8,4                                  | 6         | 71             |
|                             | Чай с сахаром                                   | 200            | 0,1                  | 0,06  | 15     | 60                                   | 0,03      | 376            |
|                             | Хлеб пшеничный                                  | 20             | 1,6                  | 0,48  | 9,6    | 48                                   | 0,03      |                |
|                             | Хлеб ржаной                                     | 20             | 0,96                 | 0,6   | 9,96   | 44                                   |           |                |
| Итого за Завтрак            |                                                 |                | 13,82                | 23,48 | 106,16 | 655,4                                |           |                |
| Обед.                       | Рассольник ленинградский на курином бульоне в/у | 250/10         | 5,6                  | 5,1   | 47,93  | 218,99                               | 16        | 96,04          |
|                             | Плов из бройлер-цыплят в/у                      | 200            | 19,46                | 22,54 | 62,14  | 500,73                               | 6,01      | 291            |
|                             | Компот из ягод (заморозка)                      | 200            | 0,68                 | 0,14  | 35,26  | 143,8                                | 0,6       | 388,06         |
|                             | Хлеб пшеничный                                  | 20             | 1,6                  | 0,48  | 9,6    | 48                                   | 0,03      |                |
|                             | Хлеб ржаной                                     | 20             | 0,96                 | 0,6   | 9,96   | 44                                   |           |                |
|                             | Итого за Обед.                                  |                | 28,3                 | 28,86 | 164,89 | 955,52                               | 22,64     |                |
| Итого за день 238,28 рублей |                                                 |                |                      |       |        |                                      |           |                |

Рацион: 1-4\_ДОВЗ\_В.Салда\_

ПЯТНИЦА

| Прием пищи                  | Наименование блюда                    | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |       | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С | №<br>рецептуры |
|-----------------------------|---------------------------------------|----------------|----------------------|-------|-------|--------------------------------------|-----------|----------------|
|                             |                                       |                | Б                    | Ж     | У     |                                      |           |                |
| Завтрак                     | Каша вязкая молочная из риса с маслом | 200/10         | 1,76                 | 2,23  | 7,43  | 36,99                                | 0,13      | 174            |
|                             | Яйца вареные                          | 40             | 5,08                 | 4,6   | 0,28  | 62,8                                 |           | 209            |
|                             | Чай с молоком                         | 200            | 1,4                  | 1,6   | 17,7  | 91                                   | 1,33      | 378            |
|                             | Хлеб пшеничный                        | 40             | 3,2                  | 0,96  | 19,2  | 96                                   | 0,06      |                |
|                             | Хлеб ржаной                           | 30             | 1,43                 | 0,9   | 14,94 | 66                                   |           |                |
|                             | Итого за Завтрак                      |                | 12,87                | 10,29 | 59,55 | 352,79                               |           |                |
| Обед.                       | Суп из овощей на курином бульоне в/у  | 200/10         | 1,28                 | 4,03  | 7,39  | 76,93                                | 8,38      | 99,04          |
|                             | Печень по-строгановски                | 50/50          | 40,61                | 32,81 | 9,36  | 462,5                                | 1         | 255            |
|                             | Макаронные изделия отварные           | 150            | 5,49                 | 4,5   | 26,4  | 227,49                               |           | 309            |
|                             | Чай с сахаром                         | 200            | 0,1                  | 0,06  | 15    | 60                                   | 0,03      | 376            |
|                             | Хлеб пшеничный                        | 30             | 2,4                  | 0,72  | 14,4  | 72                                   | 0,05      |                |
|                             | Хлеб ржаной                           | 20             | 0,96                 | 0,6   | 9,96  | 44                                   |           |                |
|                             | Итого за Обед.                        |                | 50,84                | 42,72 | 82,51 | 942,92                               |           |                |
| Итого за день 238,28 рублей |                                       |                |                      |       |       |                                      |           |                |

Рацион: 1-4\_В.Салда\_обед\_

Меню  
ШКОЛА №2  
ПОНЕДЕЛЬНИК

05 октября 2026г. -09 октября 2026г.

| Прием пищи                  | Наименование блюда                     | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|-----------------------------|----------------------------------------|-------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|-----------|-------------|
|                             |                                        |             | Б                    | Ж     | У      |                                |           |             |
| Обед.                       | Суп картофельный с бобовыми_в/у        | 200         | 4                    | 7,2   | 36,8   | 172,8                          |           | 102         |
|                             | Гренки                                 | 20          | 2,4                  | 0,4   | 12,6   | 63                             |           | 371         |
|                             | Гуляш свинина                          | 50/50       | 12,09                | 29,81 | 4,59   | 323,24                         | 2         | 260         |
|                             | Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант) | 150         | 11,63                | 9,68  | 62,9   | 385,19                         |           | 171         |
|                             | Чай с сахаром                          | 200         | 0,1                  | 0,06  | 15     | 60                             | 0,03      | 376         |
|                             | Хлеб пшеничный                         | 20          | 1,6                  | 0,48  | 9,6    | 48                             | 0,03      |             |
|                             | Хлеб ржаной                            | 20          | 0,96                 | 0,6   | 9,96   | 44                             |           |             |
| Итого за Обед.              |                                        |             | 32,78                | 48,23 | 151,45 | 1096,23                        | 10,26     |             |
| Итого за день 139,12 рублей |                                        |             |                      |       |        |                                |           |             |

Рацион: 1-4\_В.Салда\_обед\_

ВТОРНИК

| Прием пищи                  | Наименование блюда                                  | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|-----------------------------|-----------------------------------------------------|-------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|-----------|-------------|
|                             |                                                     |             | Б                    | Ж     | У      |                                |           |             |
| Обед.                       | Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне_в/у | 200/10      | 1,4                  | 3,94  | 15,59  | 103,22                         | 6,16      | 82,04       |
|                             | Зразы рубленые (свин.)                              | 90          | 10,55                | 20,45 | 14,92  | 285,46                         | 1,19      | 274         |
|                             | Макаронные изделия отварные                         | 150         | 5,49                 | 4,5   | 26,4   | 227,49                         |           | 309         |
|                             | Напиток "Витощка Лайт"                              | 200         |                      |       | 18     | 72                             |           | 352,03      |
|                             | Хлеб пшеничный                                      | 30          | 2,4                  | 0,72  | 14,4   | 72                             | 0,05      |             |
|                             | Хлеб ржаной                                         | 30          | 1,43                 | 0,9   | 14,94  | 66                             |           |             |
|                             | Итого за Обед.                                      |             | 21,27                | 30,51 | 104,25 | 826,17                         | 25        |             |
| Итого за день 139,12 рублей |                                                     |             |                      |       |        |                                |           |             |

Рацион: 1-4\_В.Салда\_обед\_

СРЕДА

| Прием пищи                  | Наименование блюда                                       | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|-----------------------------|----------------------------------------------------------|-------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|-----------|-------------|
|                             |                                                          |             | Б                    | Ж     | У      |                                |           |             |
| Обед.                       | Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне_в/у | 200/10      | 6,14                 | 3,98  | 17,37  | 111,46                         | 6,06      | 88,04       |
|                             | Шницели (свинина)                                        | 90          | 13,46                | 25,15 | 26,04  | 352,44                         |           | 268,04      |
|                             | Пюре картофельное_в/у                                    | 150         | 3,72                 | 6,12  | 58,44  | 273                            | 30,72     | 312         |
|                             | Компот из изюма                                          | 200         | 0,46                 | 0,1   | 33,12  | 132                            |           | 348         |
|                             | Хлеб пшеничный                                           | 30          | 2,4                  | 0,72  | 14,4   | 72                             | 0,05      |             |
|                             | Хлеб ржаной                                              | 20          | 0,96                 | 0,6   | 9,96   | 44                             |           |             |
|                             | Итого за Обед.                                           |             | 27,14                | 36,67 | 159,33 | 984,9                          |           |             |
| Итого за день 139,12 рублей |                                                          |             |                      |       |        |                                |           |             |

Рацион: 1-4\_В.Салда\_обед\_

ЧЕТВЕРГ

| Прием пищи                  | Наименование блюда                              | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|-----------------------------|-------------------------------------------------|-------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|-----------|-------------|
|                             |                                                 |             | Б                    | Ж     | У      |                                |           |             |
| Обед.                       | Рассольник ленинградский на курином бульоне_в/у | 250/10      | 5,6                  | 5,1   | 47,93  | 218,99                         | 16        | 96,04       |
|                             | Плов из бройлер-цыплят_в/у                      | 200         | 19,46                | 22,54 | 62,14  | 500,73                         | 6,01      | 291         |
|                             | Компот из ягод (заморозка)                      | 200         | 0,68                 | 0,14  | 35,26  | 143,8                          | 0,6       | 388,06      |
|                             | Хлеб пшеничный                                  | 20          | 1,6                  | 0,48  | 9,6    | 48                             | 0,03      |             |
|                             | Хлеб ржаной                                     | 20          | 0,96                 | 0,6   | 9,96   | 44                             |           |             |
|                             | Итого за Обед.                                  |             | 28,3                 | 28,86 | 164,89 | 955,52                         | 22,64     |             |
| Итого за день 139,12 рублей |                                                 |             |                      |       |        |                                |           |             |

Рацион: 1-4\_В.Салда\_обед\_

ПЯТНИЦА

| Прием пищи                  | Наименование блюда                     | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность | Витамин С | № рецептуры |
|-----------------------------|----------------------------------------|-------------|----------------------|-------|--------|-------------------------|-----------|-------------|
|                             |                                        |             | Б                    | Ж     | У      |                         |           |             |
| Обед.                       | Суп из овощей на курином бульоне_в/у   | 200/10      | 1,28                 | 4,03  | 7,39   | 76,93                   | 8,38      | 99,04       |
|                             | Печень по-строгановски                 | 50/50       | 40,61                | 32,81 | 9,36   | 462,5                   | 1         | 255         |
|                             | Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант) | 150         | 11,63                | 9,68  | 62,9   | 385,19                  |           | 171         |
|                             | Чай с сахаром                          | 200         | 0,1                  | 0,06  | 15     | 60                      | 0,03      | 376         |
|                             | Хлеб пшеничный                         | 20          | 1,6                  | 0,48  | 9,6    | 48                      | 0,03      |             |
|                             | Хлеб ржаной                            | 20          | 0,96                 | 0,6   | 9,96   | 44                      |           |             |
| Итого за Обед.              |                                        |             | 56,18                | 47,66 | 114,21 | 1076,62                 |           |             |
| Итого за день 139,12 рублей |                                        |             |                      |       |        |                         |           |             |

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова

Рацион: 1-4\_ДОВЗ\_В.Салда\_2см\_

Меню  
ШКОЛА №2  
ПОНЕДЕЛЬНИК

05 октября 2026г. -09 октября 2026г.

| Прием пищи       | Наименование блюда                     | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г)        |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С | №<br>рецептуры |
|------------------|----------------------------------------|----------------|-----------------------------|-------|--------|--------------------------------------|-----------|----------------|
|                  |                                        |                | Б                           | Ж     | У      |                                      |           |                |
| Обед.            | Суп картофельный с бобовыми в/у        | 200/           | 4                           | 7,2   | 26,8   | 172,8                                |           | 102            |
|                  | Гречки                                 | 20             | 2,4                         | 0,4   | 12,6   | 63                                   |           | 371            |
|                  | Гуляш свинина                          | 60/50          | 12,09                       | 29,81 | 4,59   | 323,24                               | 2         | 260            |
|                  | Каша гречневая рассыпчатая (2-вариант) | 150            | 11,63                       | 9,68  | 62,9   | 385,19                               |           | 171            |
|                  | Чай с сахаром                          | 200            | 0,1                         | 0,06  | 15     | 60                                   | 0,03      | 376            |
|                  | Хлеб пшеничный                         | 30             | 1,8                         | 0,54  | 10,8   | 54                                   | 0,04      |                |
|                  | Хлеб ржаной                            | 30             | 0,75                        | 0,47  | 7,87   | 34,77                                |           |                |
| Итого за Обед.   |                                        |                | 32,77                       | 48,16 | 150,56 | 1093                                 | 10,27     |                |
| Полдник          | Булочка домашняя с помадкой            | 100            | 6,96                        | 6,2   | 53,6   | 296,73                               |           | 424,01         |
|                  | Кофейный напиток с молоком             | 200            | 3,17                        | 2,68  | 15,96  | 101                                  | 1,3       | 379            |
|                  |                                        |                | 10,13                       | 8,88  | 69,56  | 397,73                               | 1,3       |                |
| Итого за Полдник |                                        |                | Итого за день 198,31 рублей |       |        |                                      |           |                |

Рацион: 1-4\_ДОВЗ\_В.Салда\_2см\_

ВТОРНИК

| Прием пищи                  | Наименование блюда                                  | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С | №<br>рецептуры |
|-----------------------------|-----------------------------------------------------|----------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------------|-----------|----------------|
|                             |                                                     |                | Б                    | Ж     | У      |                                      |           |                |
| Обед.                       | Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне_в/у | 200/10         | 1,4                  | 3,94  | 15,59  | 103,22                               | 6,16      | 82,04          |
|                             | Зразы рубленые (свин.)                              | 90             | 9,5                  | 18,41 | 13,43  | 256,91                               | 1,07      | 274            |
|                             | Макаронные изделия отварные                         | 150            | 6,59                 | 5,4   | 31,68  | 272,99                               |           | 309            |
|                             | Напиток "Виташока Лайт"                             | 200            |                      |       | 18     | 72                                   |           | 352,03         |
|                             | Хлеб пшеничный                                      | 40             | 2,4                  | 0,72  | 14,4   | 72                                   | 0,05      |                |
|                             | Хлеб ржаной                                         | 30             | 0,75                 | 0,47  | 7,87   | 34,77                                |           |                |
| Итого за Обед.              |                                                     |                | 20,64                | 28,94 | 100,97 | 811,89                               | 25        |                |
| Полдник                     | Пирожок с капустой и яйцом                          | 100            | 8,17                 | 19    | 39,04  | 299,44                               |           | 406            |
|                             | Чай с лимоном                                       | 200/7          | 0,21                 | 0,03  | 16     | 65                                   | 2,83      | 377            |
|                             | Итого за Полдник                                    |                |                      | 8,38  | 19,03  | 55,04                                | 364,44    | 2,83           |
| Итого за день 198,31 рублей |                                                     |                |                      |       |        |                                      |           |                |

Рацион: 1-4\_ДОВЗ\_В.Салда\_2см\_

СРЕДА

| Прием пищи                  | Наименование блюда                                       | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С | №<br>рецептуры |
|-----------------------------|----------------------------------------------------------|----------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------------|-----------|----------------|
|                             |                                                          |                | Б                    | Ж     | У      |                                      |           |                |
| Обед.                       | Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне в/у | 200/10         | 6,14                 | 3,98  | 17,37  | 111,46                               | 6,06      | 88,04          |
|                             | Шницели (свинина)                                        | 90             | 13,46                | 25,15 | 26,04  | 352,44                               |           | 268,04         |
|                             | Пюре картофельное в/у                                    | 150            | 3,72                 | 6,12  | 58,44  | 273                                  | 30,72     | 312            |
|                             | Компот из изюма                                          | 200            | 0,46                 | 0,1   | 33,12  | 132                                  |           | 348            |
|                             | Хлеб пшеничный                                           | 30             | 1,8                  | 0,54  | 10,8   | 54                                   | 0,04      |                |
|                             | Хлеб ржаной                                              | 20             | 0,5                  | 0,32  | 5,24   | 23,18                                |           |                |
|                             |                                                          |                | 26,08                | 36,21 | 151,01 | 946,08                               |           |                |
| Итого за Обед.              |                                                          |                |                      |       |        |                                      |           |                |
| Полдник                     | Булочка домашняя                                         | 100            | 7,32                 | 6,52  | 56,4   | 312,32                               |           | 424            |
|                             | Чай с сахаром                                            | 200            | 0,1                  | 0,06  | 15     | 60                                   | 0,03      | 376            |
|                             |                                                          |                | 7,42                 | 6,58  | 71,4   | 372,32                               | 0,03      |                |
| Итого за Полдник            |                                                          |                |                      |       |        |                                      |           |                |
| Итого за день 198,31 рублей |                                                          |                |                      |       |        |                                      |           |                |

Рацион: 1-4\_ДОВЗ\_В.Салда\_2см\_

ЧЕТВЕРГ

| Рацион: 1-4 ДОВЗ В.Салда 2см |                                                 |                |                      |       |        |                                      |           |                |
|------------------------------|-------------------------------------------------|----------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------------|-----------|----------------|
| Прием пищи                   | Наименование блюда                              | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С | №<br>рецептуры |
|                              |                                                 |                | Б                    | Ж     | У      |                                      |           |                |
| Обед.                        |                                                 |                |                      |       |        |                                      |           |                |
|                              | Рассольник ленинградский на курином бульоне в/у | 250/10         | 5,6                  | 5,1   | 47,93  | 218,99                               | 16        | 96,04          |
|                              | Плов из бройлер-цыплят в/у                      | 200            | 19,47                | 22,53 | 62,13  | 500,73                               | 6,01      | 291            |
|                              | Компот из ягод (заморозка)                      | 200            | 0,68                 | 0,14  | 35,26  | 143,8                                | 0,6       | 388,06         |
|                              | Хлеб пшеничный                                  | 20             | 1,2                  | 0,36  | 7,2    | 36                                   | 0,03      |                |
|                              | Хлеб ржаной                                     | 20             | 0,5                  | 0,32  | 5,24   | 23,18                                |           |                |
| Итого за Обед.               |                                                 |                | 27,45                | 28,45 | 157,76 | 922,7                                | 22,64     |                |
| Полдник                      |                                                 |                |                      |       |        |                                      |           |                |
|                              | Булочка с маком                                 | 100            | 7,32                 | 6,52  | 56,4   | 312,32                               |           | 424            |
|                              | Чай с лимоном                                   | 200/7          | 0,21                 | 0,03  | 16     | 65                                   | 2,83      | 377            |
| Итого за Полдник             |                                                 |                | 7,53                 | 6,55  | 72,4   | 377,32                               |           |                |
| Итого за день 198,31 рублей  |                                                 |                |                      |       |        |                                      |           |                |

ПЯТНИЦА

Рацион: 1-4\_ДОВЗ\_В.Салда\_2см\_

| рацион: 1-4 ДОВЗ В.Сагдэ зсм |                                        |                |                      |       |       |                                      |           |                |
|------------------------------|----------------------------------------|----------------|----------------------|-------|-------|--------------------------------------|-----------|----------------|
| Прием пищи                   | Наименование блюда                     | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |       | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С | №<br>рецептуры |
|                              |                                        |                | Б                    | Ж     | У     |                                      |           |                |
| Обед.                        | Суп из овощей на курином бульоне в/у   | 200/10         | 1,28                 | 4,03  | 7,39  | 76,93                                | 8,38      | 99,04          |
|                              | Печень по-строгановски                 | 50/50          | 13,29                | 11,25 | 3,55  | 184,98                               | 1         | 255            |
|                              | Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант) | 150            | 11,63                | 9,68  | 62,9  | 385,19                               |           | 171            |
|                              | Чай с сахаром                          | 200            | 0,1                  | 0,06  | 15    | 60                                   | 0,03      | 376            |
|                              | Хлеб пшеничный                         | 30             | 1,8                  | 0,54  | 10,8  | 54                                   | 0,04      |                |
|                              | Хлеб ржаной                            | 20             | 0,5                  | 0,32  | 5,24  | 23,18                                |           |                |
|                              | Итого за Обед.                         |                |                      | 28,6  | 25,88 | 104,88                               | 784,28    |                |
| Полдник                      | Крендель сахарный                      | 100            | 0,06                 | 0,12  | 0,52  | 3,36                                 |           | 415            |
|                              | Сок 0,2                                | 1              |                      |       | 23,12 | 92,5                                 |           |                |
|                              | Итого за Полдник                       |                |                      | 0,06  | 0,12  | 23,64                                | 95,86     |                |
| Итого за день 198,31 рублей  |                                        |                |                      |       |       |                                      |           |                |

Рацион: 5-11\_В.Салда\_ЗАВТРАК\_

Меню  
ШКОЛА №2  
ПОНЕДЕЛЬНИК

05 октября 2026г. -09 октября 2026г.

| Прием пищи                  | Наименование блюда                     | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|-----------------------------|----------------------------------------|-------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|-----------|-------------|
|                             |                                        |             | Б                    | Ж     | У      |                                |           |             |
| Завтрак                     | Каша вязкая молочная из пшена с маслом | 250/10      | 11,72                | 14,32 | 53,02  | 359,46                         |           | 173         |
|                             | Напиток "Витощка Лайт"                 | 200         |                      |       | 18     | 72                             |           | 352,03      |
|                             | Булочка домашняя с помадкой            | 75          | 5,22                 | 4,65  | 40,2   | 222,55                         |           | 424,01      |
|                             | Хлеб пшеничный                         | 20          | 1,6                  | 0,48  | 9,6    | 48                             | 0,03      |             |
|                             | Хлеб ржаной                            | 20          | 0,96                 | 0,6   | 9,96   | 44                             |           |             |
| Итого за Завтрак            |                                        |             | 19,5                 | 20,05 | 130,78 | 746,01                         | 25        |             |
| Итого за день 117,66 рублей |                                        |             |                      |       |        |                                |           |             |

Рацион: 5-11\_В.Салда\_ЗАВТРАК\_

ВТОРНИК

| Прием пищи                  | Наименование блюда          | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |       | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|-----------------------------|-----------------------------|-------------|----------------------|-------|-------|--------------------------------|-----------|-------------|
|                             |                             |             | Б                    | Ж     | У     |                                |           |             |
| Завтрак                     | Зразы рубленые (свин.)      | 100         | 11,72                | 22,72 | 16,58 | 317,18                         | 1,32      | 274         |
|                             | Макаронные изделия отварные | 180         | 6,59                 | 5,4   | 31,68 | 272,99                         |           | 309         |
|                             | Икра кабачковая_тк          | 30          | 0,57                 | 2,67  | 2,31  | 35,7                           | 2,1       |             |
|                             | Чай с лимоном               | 200/7       | 0,21                 | 0,03  | 16    | 65                             | 2,83      | 377         |
|                             | Хлеб пшеничный              | 20          | 1,6                  | 0,48  | 9,6   | 48                             | 0,03      |             |
|                             | Хлеб ржаной                 | 20          | 0,96                 | 0,6   | 9,96  | 44                             |           |             |
| Итого за Завтрак            |                             |             | 21,65                | 31,9  | 86,13 | 782,87                         |           |             |
| Итого за день 117,66 рублей |                             |             |                      |       |       |                                |           |             |

Рацион: 5-11\_В.Салда\_ЗАВТРАК\_

СРЕДА

| Прием пищи                  | Наименование блюда                      | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|-----------------------------|-----------------------------------------|-------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|-----------|-------------|
|                             |                                         |             | Б                    | Ж     | У      |                                |           |             |
| Завтрак                     | Каша вязкая молочная пшеничная с маслом | 250/10      | 20,69                | 25,38 | 58,3   | 386                            |           | 173         |
|                             | Булочка с корицей                       | 75          | 5,69                 | 4,64  | 38,25  | 220,76                         |           | 438         |
|                             | Сыр (порциями)                          | 20          | 5,28                 | 5,32  |        | 68,72                          | 0,16      | 15          |
|                             | Чай с молоком                           | 200         | 1,4                  | 1,6   | 17,7   | 91                             | 1,33      | 378         |
|                             | Хлеб пшеничный                          | 30          | 2,4                  | 0,72  | 14,4   | 72                             | 0,05      |             |
|                             | Хлеб ржаной                             | 30          | 1,43                 | 0,9   | 14,94  | 66                             |           |             |
| Итого за Завтрак            |                                         |             | 36,89                | 38,56 | 143,59 | 904,48                         |           |             |
| Итого за день 117,66 рублей |                                         |             |                      |       |        |                                |           |             |

Рацион: 5-11\_В.Салда\_ЗАВТРАК\_

ЧЕТВЕРГ

| Прием пищи                  | Наименование блюда         | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|-----------------------------|----------------------------|-------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|-----------|-------------|
|                             |                            |             | Б                    | Ж     | У      |                                |           |             |
| Завтрак                     | Тефтели 2-й вариант /свин/ | 70/35       | 8,12                 | 18,78 | 13,53  | 260,17                         | 1,07      | 279         |
|                             | Пюре картофельное_в/у      | 180         | 4,46                 | 7,34  | 70,13  | 327,6                          | 36,86     | 312         |
|                             | Чай с сахаром              | 200         | 0,1                  | 0,06  | 15     | 60                             | 0,03      | 376         |
|                             | Булочка с маком            | 50          | 3,66                 | 3,26  | 28,2   | 156,16                         |           | 424         |
|                             | Хлеб пшеничный             | 20          | 1,6                  | 0,48  | 9,6    | 48                             | 0,03      |             |
|                             | Хлеб ржаной                | 20          | 0,96                 | 0,6   | 9,96   | 44                             |           |             |
|                             | Итого за Завтрак           |             | 18,9                 | 30,52 | 146,42 | 895,93                         |           |             |
| Итого за день 117,66 рублей |                            |             |                      |       |        |                                |           |             |

Рацион: 5-11\_В.Салда\_ЗАВТРАК\_

ПЯТНИЦА

| Прием пищи                  | Наименование блюда                    | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |      |      | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|-----------------------------|---------------------------------------|-------------|----------------------|------|------|--------------------------------|-----------|-------------|
|                             |                                       |             | Б                    | Ж    | У    |                                |           |             |
| Завтрак                     | Каша вязкая молочная из риса с маслом | 250/10      | 2,18                 | 2,76 | 9,2  | 45,8                           | 0,16      | 174         |
|                             | Яйца вареные                          | 40          | 5,08                 | 4,6  | 0,28 | 62,8                           |           | 209         |
|                             | Чай с молоком                         | 200         | 1,4                  | 1,6  | 17,7 | 91                             | 1,33      | 378         |
|                             | Крендель сахарный                     | 50          | 0,03                 | 0,06 | 0,26 | 1,68                           |           | 415         |
|                             | Хлеб пшеничный                        | 20          | 1,6                  | 0,48 | 9,6  | 48                             | 0,03      |             |
|                             | Хлеб ржаной                           | 20          | 0,96                 | 0,6  | 9,96 | 44                             |           |             |
| Итого за Завтрак            |                                       |             | 11,25                | 10,1 | 47   | 293,28                         |           |             |
| Итого за день 117,66 рублей |                                       |             |                      |      |      |                                |           |             |

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова

Меню  
ШКОЛЫ №2  
ПОНЕДЕЛЬНИК

ОТ: Р.Ф. Калинин  
Р.Ф. Калинин

Рацион: 5-11\_ДОВЗ\_В.Салда\_

05 октября 2026г. -09 октября 2026г.

| Прием пищи                 | Наименование блюда                     | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|----------------------------|----------------------------------------|-------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|-----------|-------------|
|                            |                                        |             | Б                    | Ж     | У      |                                |           |             |
| Завтрак                    | Каша вязкая молочная из пшена с маслом | 250/10      | 11,72                | 14,32 | 53,02  | 359,46                         |           | 173         |
|                            | Напиток "Витюшка Лайт"                 | 200         |                      |       | 18     | 72                             |           | 352,03      |
|                            | Булочка домашняя с помидкой            | 75          | 5,22                 | 4,65  | 40,2   | 222,55                         |           | 424,01      |
|                            | Хлеб пшеничный                         | 30          | 2,4                  | 0,72  | 14,4   | 72                             | 0,05      |             |
|                            | Хлеб ржаной                            | 20          | 0,96                 | 0,6   | 9,96   | 44                             |           |             |
| Итого за Завтрак           |                                        |             | 20,3                 | 20,29 | 135,58 | 770,01                         | 25        |             |
| Обед.                      | Суп картофельный с бобовыми, в/у       | 250         | 5                    | 9     | 46     | 216                            |           | 102         |
|                            | Гречки                                 | 20          | 2,4                  | 0,4   | 12,6   | 63                             |           | 371         |
|                            | Гуляш свинина                          | 50/50       | 12,09                | 29,81 | 4,59   | 323,24                         | 2         | 260         |
|                            | Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант) | 180         | 13,96                | 11,62 | 75,48  | 462,23                         |           | 171         |
|                            | Чай с сахаром                          | 200         | 0,1                  | 0,06  | 15     | 60                             | 0,03      | 376         |
|                            | Хлеб пшеничный                         | 40          | 3,2                  | 0,96  | 19,2   | 96                             | 0,06      |             |
|                            | Хлеб ржаной                            | 30          | 1,43                 | 0,9   | 14,94  | 66                             |           |             |
|                            | Итого за Обед.                         |             | 38,18                | 52,75 | 187,81 | 1286,47                        | 12,59     |             |
| Итого за день 281,94 рубль |                                        |             |                      |       |        |                                |           |             |

Рацион: 5-11\_ДОВЗ\_В.Салда\_

ВТОРНИК

| Прием пищи                 | Наименование блюда                      | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |       | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|----------------------------|-----------------------------------------|-------------|----------------------|-------|-------|--------------------------------|-----------|-------------|
|                            |                                         |             | Б                    | Ж     | У     |                                |           |             |
| Завтрак                    | Зразы рубленые (свин.)                  | 100         | 11,72                | 22,72 | 16,58 | 317,18                         | 1,32      | 274         |
|                            | Макаронные изделия отварные             | 180         | 6,59                 | 5,4   | 31,68 | 272,99                         |           | 309         |
|                            | Икра кабачковая ттк                     | 30          | 0,57                 | 2,67  | 2,31  | 35,7                           | 2,1       |             |
|                            | Чай с лимоном                           | 200/7       | 0,21                 | 0,03  | 16    | 65                             | 2,83      | 377         |
|                            | Хлеб ржаной                             | 20          | 0,96                 | 0,6   | 9,96  | 44                             |           |             |
|                            | Хлеб пшеничный                          | 20          | 1,6                  | 0,48  | 9,6   | 48                             | 0,03      |             |
| Итого за Завтрак           |                                         |             | 21,65                | 31,9  | 86,13 | 782,87                         |           |             |
| Обед.                      | Борщ с капустой и картофелем на курином | 250/10      | 1,73                 | 4,88  | 19,3  | 127,8                          | 7,63      | 82,04       |
|                            | Азу по-татарски (свинина) в/у           | 250         | 16,51                | 8,94  | 4,66  | 166,59                         | 1         | 637         |
|                            | Напиток "Витюшка Лайт"                  | 200         |                      |       | 18    | 72                             |           | 352,03      |
|                            | Хлеб пшеничный                          | 50          | 4                    | 1,2   | 24    | 120                            | 0,08      |             |
|                            | Хлеб ржаной                             | 40          | 1,91                 | 1,2   | 19,92 | 88                             |           |             |
| Итого за Обед.             |                                         |             | 24,15                | 16,22 | 85,88 | 576,39                         | 26        |             |
| Итого за день 281,94 рубль |                                         |             |                      |       |       |                                |           |             |

Рацион: 5-11\_ДОВЗ\_В.Салда\_

СРЕДА

| Прием пищи                 | Наименование блюда                           | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|----------------------------|----------------------------------------------|-------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|-----------|-------------|
|                            |                                              |             | Б                    | Ж     | У      |                                |           |             |
| Завтрак                    | Каша вязкая молочная пшеничная с маслом      | 250/10      | 20,69                | 25,38 | 58,3   | 386                            |           | 173         |
|                            | Булочка с корицей                            | 100         | 7,59                 | 6,19  | 51     | 294,35                         |           | 438         |
|                            | Чай с молоком                                | 200         | 1,4                  | 1,6   | 17,7   | 91                             | 1,33      | 378         |
|                            | Хлеб пшеничный                               | 30          | 2,4                  | 0,72  | 14,4   | 72                             | 0,05      |             |
|                            | Хлеб ржаной                                  | 20          | 0,96                 | 0,6   | 9,96   | 44                             |           |             |
|                            | Итого за Завтрак                             |             | 33,04                | 34,49 | 161,36 | 887,35                         |           |             |
| Обед.                      | Щи из свежей капусты с картофелем на курином | 250/10      | 7,6                  | 4,93  | 21,51  | 138                            | 7,5       | 88,04       |
|                            | Шницели (свинина)                            | 100         | 14,96                | 27,94 | 28,93  | 391,6                          |           | 268,04      |
|                            | Пюре картофельное в/у                        | 180         | 4,46                 | 7,34  | 70,13  | 327,6                          | 36,86     | 312         |
|                            | Компот из изюма                              | 200         | 0,46                 | 0,1   | 33,12  | 132                            |           | 348         |
|                            | Хлеб пшеничный                               | 30          | 2,4                  | 0,72  | 14,4   | 72                             | 0,05      |             |
|                            | Хлеб ржаной                                  | 30          | 1,43                 | 0,9   | 14,94  | 66                             |           |             |
|                            | Итого за Обед.                               |             | 31,31                | 41,93 | 183,03 | 1127,2                         |           |             |
| Итого за день 281,94 рубль |                                              |             |                      |       |        |                                |           |             |

Рацион: 5-11\_ДОВЗ\_В.Салда\_

ЧЕТВЕРГ

| Прием пищи                 | Наименование блюда                              | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|----------------------------|-------------------------------------------------|-------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|-----------|-------------|
|                            |                                                 |             | Б                    | Ж     | У      |                                |           |             |
| Завтрак                    | Тефтели 2-й вариант /свин/                      | 70/35       | 8,12                 | 18,78 | 13,53  | 260,17                         | 1,07      | 279         |
|                            | Пюре картофельное в/у                           | 180         | 4,46                 | 7,34  | 70,13  | 327,6                          | 36,86     | 312         |
|                            | Чай с сахаром                                   | 200         | 0,1                  | 0,06  | 15     | 60                             | 0,03      | 375         |
|                            | Булочка с маком                                 | 50          | 3,66                 | 3,26  | 28,2   | 156,16                         |           | 424         |
|                            | Хлеб пшеничный                                  | 20          | 1,6                  | 0,48  | 9,6    | 48                             | 0,03      |             |
|                            | Хлеб ржаной                                     | 20          | 0,96                 | 0,6   | 9,96   | 44                             |           |             |
| Итого за Завтрак           |                                                 |             | 16,9                 | 30,52 | 146,42 | 895,93                         |           |             |
| Обед.                      | Рассольник ленинградский на курином бульоне в/у | 250/10      | 5,6                  | 5,1   | 47,93  | 218,99                         | 16        | 96,04       |
|                            | Плов из бройлер-цыплят в/у                      | 240         | 23,35                | 27,05 | 74,57  | 600,88                         | 7,21      | 291         |
|                            | Компот из ягод (заморозка)                      | 200         | 0,68                 | 0,14  | 35,26  | 143,8                          | 0,6       | 388,06      |
|                            | Хлеб пшеничный                                  | 50          | 4                    | 1,2   | 24     | 120                            | 0,08      |             |
|                            | Хлеб ржаной                                     | 50          | 2,39                 | 1,5   | 24,9   | 110                            |           |             |
|                            | Итого за Обед.                                  |             | 36,02                | 34,99 | 206,66 | 1193,67                        | 23,89     |             |
| Итого за день 281,94 рубль |                                                 |             |                      |       |        |                                |           |             |

Рацион: 5-11\_ДОВЗ\_В.Салда\_

ПЯТНИЦА

| Прием пищи                 | Наименование блюда                     | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|----------------------------|----------------------------------------|-------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|-----------|-------------|
|                            |                                        |             | Б                    | Ж     | У      |                                |           |             |
| Завтрак                    | Каша вязкая молочная из риса с маслом  | 250/10      | 2,18                 | 2,76  | 9,2    | 45,8                           | 0,16      | 174         |
|                            | Яйца вареные                           | 40          | 5,08                 | 4,6   | 0,28   | 62,8                           |           | 209         |
|                            | Чай с молоком                          | 200         | 1,4                  | 1,6   | 17,7   | 91                             | 1,33      | 378         |
|                            | Крендель сахарный                      | 50          | 0,03                 | 0,06  | 0,26   | 1,68                           |           | 415         |
|                            | Хлеб пшеничный                         | 20          | 1,6                  | 0,48  | 9,6    | 48                             | 0,03      |             |
|                            | Хлеб ржаной                            | 20          | 0,96                 | 0,6   | 9,96   | 44                             |           |             |
| Итого за Завтрак           |                                        |             | 11,25                | 10,1  | 47     | 293,28                         |           |             |
| Обед.                      | Суп из овощей на курином бульоне в/у   | 250/10      | 1,58                 | 4,99  | 9,15   | 95,25                          | 10,38     | 99,04       |
|                            | Печень по-строгановски                 | 50/50       | 40,61                | 32,81 | 9,36   | 462,5                          | 1         | 255         |
|                            | Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант) | 180         | 13,96                | 11,62 | 75,48  | 462,23                         |           | 171         |
|                            | Чай с сахаром                          | 200         | 0,1                  | 0,06  | 15     | 60                             | 0,03      | 376         |
|                            | Хлеб пшеничный                         | 30          | 2,4                  | 0,72  | 14,4   | 72                             | 0,05      |             |
|                            | Хлеб ржаной                            | 30          | 1,43                 | 0,9   | 14,94  | 66                             |           |             |
| Итого за Обед.             |                                        |             | 60,08                | 51,1  | 138,33 | 1217,98                        |           |             |
| Итого за день 281,94 рубль |                                        |             |                      |       |        |                                |           |             |

Меню  
ШКОЛА №2  
ПОНЕДЕЛЬНИК

05 октября 2026г. - 09 октября 2026г.

Рацион: 1\_Комплекс\_№2\_

| Прием пищи                  | Наименование блюда          | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |        |        | Энерге-<br>тическая | Витамин С | №<br>рецептуры |
|-----------------------------|-----------------------------|----------------|----------------------|-------|--------|--------|---------------------|-----------|----------------|
|                             |                             |                | Б                    | Ж     | У      |        |                     |           |                |
| Обед.                       | Поджарка (свин.)            | 70             | 14,95                | 19,46 | 2,88   | 245,54 | 1,49                | 251       |                |
|                             | Рис припущенный             | 180            | 4,32                 | 5,7   | 62,88  | 307    |                     | 305       |                |
|                             | Чай с сахаром               | 200            | 0,1                  | 0,06  | 15     | 60     | 0,03                | 376       |                |
|                             | Булочка домашняя с помадкой | 50             | 3,48                 | 3,1   | 26,8   | 148,37 |                     | 424,01    |                |
|                             | Хлеб ржаной                 | 20             | 0,96                 | 0,6   | 9,96   | 44     |                     |           |                |
| Итого за Обед.              |                             |                | 23,81                | 28,92 | 117,52 | 804,91 |                     |           |                |
| Итого за день 140,00 рублей |                             |                |                      |       |        |        |                     |           |                |

Рацион: 1\_Комплекс\_№2\_

ВТОРНИК

| Прием пищи                  | Наименование блюда                   | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энерге-<br>тическая | Витамин С | №<br>рецептуры |
|-----------------------------|--------------------------------------|----------------|----------------------|-------|--------|---------------------|-----------|----------------|
|                             |                                      |                | Б                    | Ж     | У      |                     |           |                |
| Обед.                       | Котлеты, биточки, шницели (свинина)_ | 100            | 13,6                 | 25,4  | 26,3   | 356                 |           | 268            |
|                             | Макаронные изделия отварные          | 180            | 6,59                 | 5,4   | 31,68  | 272,99              |           | 309            |
|                             | Чай с лимоном_                       | 200/7          | 0,21                 | 0,03  | 16     | 65                  | 2,83      | 377            |
|                             | Пирожок с капустой и яйцом_          | 75             | 6,13                 | 14,25 | 29,28  | 224,58              |           | 406            |
|                             | Хлеб пшеничный                       | 20             | 1,6                  | 0,48  | 9,6    | 48                  | 0,03      |                |
|                             | Хлеб ржаной                          | 20             | 0,96                 | 0,6   | 9,96   | 44                  |           |                |
|                             | Итого за Обед.                       |                | 29,09                | 46,16 | 122,82 | 1010,57             |           |                |
| Итого за день 140,00 рублей |                                      |                |                      |       |        |                     |           |                |

Рацион: 1\_Комплекс\_№2\_

СРЕДА

| Прием пищи                  | Наименование блюда                     | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С | №<br>рецептуры |
|-----------------------------|----------------------------------------|----------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------------|-----------|----------------|
|                             |                                        |                | Б                    | Ж     | У      |                                      |           |                |
| Обед.                       | Бедро куриное запечённое               | 100            | 16,98                | 16,16 | 14,62  | 241,56                               | 2         |                |
|                             | Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант) | 180            | 13,96                | 11,62 | 75,48  | 462,23                               |           | 171            |
|                             | Чай с сахаром                          | 200            | 0,1                  | 0,06  | 15     | 60                                   | 0,03      | 376            |
|                             | Булочка домашняя                       | 50             | 3,66                 | 3,26  | 28,2   | 156,16                               |           | 424            |
|                             | Хлеб пшеничный                         | 20             | 1,6                  | 0,48  | 9,6    | 48                                   | 0,03      |                |
|                             | Хлеб ржаной                            | 20             | 0,96                 | 0,6   | 9,96   | 44                                   |           |                |
|                             | Итого за Обед.                         |                | 37,26                | 32,18 | 152,86 | 1011,95                              | 3,34      |                |
| Итого за день 140,00 рублей |                                        |                |                      |       |        |                                      |           |                |

Рацион: 1\_Комплекс\_№2\_

ЧЕТВЕРГ

| ЧЕТВЕРГ                     |                            |                |                      |       |        |                                      |           |                |
|-----------------------------|----------------------------|----------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------------|-----------|----------------|
| Прием пищи                  | Наименование блюда         | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С | №<br>рецептуры |
|                             |                            |                | Б                    | Ж     | У      |                                      |           |                |
| Обед.                       | Тефтели 2-й вариант /свин/ | 70/35          | 8,12                 | 18,78 | 13,53  | 260,17                               | 1,07      | 279            |
|                             | Пюре картофельное в/у      | 180            | 4,46                 | 7,34  | 70,13  | 327,6                                | 36,86     | 312            |
|                             | Чай с лимоном              | 200/7          | 0,21                 | 0,03  | 16     | 65                                   | 2,83      | 377            |
|                             | Булочка с маком            | 50             | 3,66                 | 3,26  | 28,2   | 156,16                               |           | 424            |
|                             | Хлеб пшеничный             | 20             | 1,6                  | 0,48  | 9,6    | 48                                   | 0,03      |                |
|                             | Хлеб ржаной                | 20             | 0,96                 | 0,6   | 9,96   | 44                                   |           |                |
|                             | Итого за Обед.             |                | 19,01                | 30,49 | 147,42 | 900,93                               |           |                |
| Итого за день 140,00 рублей |                            |                |                      |       |        |                                      |           |                |

Рацион: 1\_Комплекс\_№2\_

ПЯТНИЦА

| ПЯТНИЦА                     |                              |                |                      |       |        |                     |           |                |
|-----------------------------|------------------------------|----------------|----------------------|-------|--------|---------------------|-----------|----------------|
| Прием пищи                  | Наименование блюда           | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энерге-<br>тическая | Витамин С | №<br>рецептуры |
|                             |                              |                | Б                    | Ж     | У      |                     |           |                |
| Обед.                       |                              |                |                      |       |        |                     |           |                |
|                             | Шницели (свинина)            | 100            | 14,96                | 27,94 | 28,93  | 391,6               |           | 268,04         |
|                             | Каша гречневая рассыпчатая с | 180            | 10,99                | 8,2   | 45,37  | 350,38              | 2,7       | 44             |
|                             | Помидоры порционные          | 20             | 0,22                 | 0,04  | 0,76   | 4,4                 | 5         | 71             |
|                             | Чай с сахаром                | 200            | 0,1                  | 0,06  | 15     | 60                  | 0,03      | 376            |
|                             | Хлеб пшеничный               | 20             | 1,6                  | 0,48  | 9,6    | 48                  | 0,03      |                |
|                             | Хлеб ржаной                  | 20             | 0,96                 | 0,6   | 9,96   | 44                  |           |                |
|                             | Крендель сахарный            | 50             | 0,03                 | 0,06  | 0,26   | 1,68                |           | 415            |
| Итого за Обед.              |                              |                | 28,86                | 37,38 | 109,88 | 900,06              | 6         |                |
| Итого за день 140,00 рублей |                              |                |                      |       |        |                     |           |                |

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова

Меню  
ШКОЛА №2  
ПОНЕДЕЛЬНИК

Рацион: 2\_Комплекс\_№2\_

05 октября 2026г. -09 октября 2026г.

| Прием пищи                  | Наименование блюда              | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |       | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С | №<br>рецептуры |
|-----------------------------|---------------------------------|----------------|----------------------|-------|-------|--------------------------------------|-----------|----------------|
|                             |                                 |                | Б                    | Ж     | У     |                                      |           |                |
| Обед.                       | Суп картофельный с бобовыми в/у | 250            | 5                    | 9     | 46    | 216                                  |           | 102            |
|                             | Гренки                          | 20             | 2,4                  | 0,4   | 12,6  | 63                                   |           | 371            |
|                             | Поджарка (свин.)                | 70             | 14,95                | 19,46 | 2,88  | 245,54                               | 1,49      | 251            |
|                             | Рис припущенный                 | 180            | 4,32                 | 5,7   | 62,88 | 307                                  |           | 305            |
|                             | Чай с сахаром                   | 200            | 0,1                  | 0,06  | 15    | 60                                   | 0,03      | 376            |
|                             | Булочка домашняя с помадкой     | 50             | 3,48                 | 3,1   | 26,8  | 148,37                               |           | 424,01         |
|                             | Хлеб ржаной                     | 30             | 1,43                 | 0,9   | 14,94 | 66                                   |           |                |
| Итого за Обед.              |                                 |                | 31,68                | 38,62 | 181,1 | 1105,91                              | 13,02     |                |
| Итого за день 165,00 рублей |                                 |                |                      |       |       |                                      |           |                |

Рацион: 2\_Комплекс\_№2\_

ВТОРНИК

| Прием пищи                  | Наименование блюда                                  | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С | №<br>рецептуры |
|-----------------------------|-----------------------------------------------------|----------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------------|-----------|----------------|
|                             |                                                     |                | Б                    | Ж     | У      |                                      |           |                |
| Обед.                       | Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне в/у | 250/10         | 1,73                 | 4,88  | 19,3   | 127,8                                | 7,63      | 82,04          |
|                             | Котлеты, биточки, шницели (свинина)                 | 100            | 13,6                 | 25,4  | 26,3   | 356                                  |           | 268            |
|                             | Макаронные изделия отварные                         | 180            | 6,59                 | 5,4   | 31,68  | 272,99                               |           | 309            |
|                             | Чай с лимоном                                       | 200/7          | 0,21                 | 0,03  | 16     | 65                                   | 2,83      | 377            |
|                             | Пирожок с капустой и яйцом                          | 75             | 6,13                 | 14,25 | 29,28  | 224,58                               |           | 406            |
|                             | Хлеб пшеничный                                      | 20             | 1,6                  | 0,48  | 9,6    | 48                                   | 0,03      |                |
|                             | Хлеб ржаной                                         | 20             | 0,96                 | 0,6   | 9,96   | 44                                   |           |                |
| Итого за Обед.              |                                                     |                | 30,82                | 51,04 | 142,12 | 1138,37                              |           |                |
| Итого за день 165,00 рублей |                                                     |                |                      |       |        |                                      |           |                |

Рацион: 2\_Комплекс\_№2\_

СРЕДА

| Прием пищи                  | Наименование блюда                                       | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С | №<br>рецептуры |
|-----------------------------|----------------------------------------------------------|----------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------------|-----------|----------------|
|                             |                                                          |                | Б                    | Ж     | У      |                                      |           |                |
| Обед.                       | Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне в/у | 250/10         | 7,6                  | 4,93  | 21,51  | 138                                  | 7,5       | 88,04          |
|                             | Бедро куриное запеченное                                 | 100            | 16,98                | 16,16 | 14,62  | 241,56                               | 2         |                |
|                             | Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант)                   | 180            | 13,96                | 11,62 | 75,48  | 462,23                               |           | 171            |
|                             | Чай с сахаром                                            | 200            | 0,1                  | 0,06  | 15     | 60                                   | 0,03      | 376            |
|                             | Булочка домашняя                                         | 50             | 3,66                 | 3,26  | 28,2   | 156,16                               |           | 424            |
|                             | Хлеб пшеничный                                           | 20             | 1,6                  | 0,48  | 9,6    | 48                                   | 0,03      |                |
|                             | Хлеб ржаной                                              | 20             | 0,96                 | 0,6   | 9,96   | 44                                   |           |                |
| Итого за Обед.              |                                                          |                | 44,86                | 37,11 | 174,37 | 1149,95                              | 2         |                |
| Итого за день 165,00 рублей |                                                          |                |                      |       |        |                                      |           |                |

Рацион: 2\_Комплекс\_№2\_

ЧЕТВЕРГ

| Прием пищи                  | Наименование блюда                              | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С | №<br>рецептуры |
|-----------------------------|-------------------------------------------------|----------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------------|-----------|----------------|
|                             |                                                 |                | Б                    | Ж     | У      |                                      |           |                |
| Обед.                       | Рассольник ленинградский на курином бульоне в/у | 250/10         | 5,6                  | 5,1   | 47,93  | 218,99                               | 16        | 96,04          |
|                             | Тефтели 2-й вариант /свин/                      | 70/35          | 8,12                 | 18,78 | 13,53  | 260,17                               | 1,07      | 279            |
|                             | Пюре картофельное в/у                           | 180            | 4,46                 | 7,34  | 70,13  | 327,6                                | 36,86     | 312            |
|                             | Чай с лимоном                                   | 200/7          | 0,21                 | 0,03  | 16     | 65                                   | 2,83      | 377            |
|                             | Булочка с маком                                 | 50             | 3,66                 | 3,26  | 28,2   | 156,16                               |           | 424            |
|                             | Хлеб пшеничный                                  | 20             | 1,6                  | 0,48  | 9,6    | 48                                   | 0,03      |                |
|                             | Хлеб ржаной                                     | 20             | 0,96                 | 0,6   | 9,96   | 44                                   |           |                |
| Итого за Обед.              |                                                 |                | 24,61                | 35,59 | 195,35 | 1119,92                              | 56,79     |                |
| Итого за день 165,00 рублей |                                                 |                |                      |       |        |                                      |           |                |

Рацион: 2\_Комплекс\_№2\_

ПЯТНИЦА

| Прием пищи                  | Наименование блюда                       | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С | №<br>рецептуры |
|-----------------------------|------------------------------------------|----------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------------|-----------|----------------|
|                             |                                          |                | Б                    | Ж     | У      |                                      |           |                |
| Обед.                       | Суп из овощей на курином бульоне в/у     | 250/10         | 1,58                 | 4,99  | 9,15   | 95,25                                | 10,38     | 99,04          |
|                             | Шницели (свинина)                        | 100            | 14,96                | 27,94 | 28,93  | 391,6                                |           | 268,04         |
|                             | Каша гречневая рассыпчатая с овощами в/у | 180            | 10,99                | 8,2   | 45,37  | 350,38                               | 2,7       | 44             |
|                             | Помидоры порционные                      | 20             | 0,22                 | 0,04  | 0,76   | 4,4                                  | 5         | 71             |
|                             | Чай с сахаром                            | 200            | 0,1                  | 0,06  | 15     | 60                                   | 0,03      | 376            |
|                             | Хлеб пшеничный                           | 20             | 1,6                  | 0,48  | 9,6    | 48                                   | 0,03      |                |
|                             | Хлеб ржаной                              | 20             | 0,96                 | 0,6   | 9,96   | 44                                   |           |                |
| Итого за Обед.              |                                          |                | 30,44                | 42,37 | 119,03 | 995,31                               | 6         | 415            |
| Итого за день 165,00 рублей |                                          |                |                      |       |        |                                      |           |                |

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова



Меню  
ШКОЛА №2  
ПОНЕДЕЛЬНИК

Рацион: 3\_Комплекс\_№2\_

05 октября 2026г. -09 октября 2026г.

| Прием пищи                 | Наименование блюда              | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|----------------------------|---------------------------------|-------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|-----------|-------------|
|                            |                                 |             | Б                    | Ж     | У      |                                |           |             |
| Обед.                      | Суп картофельный с бобовыми в/у | 300         | 6                    | 10,8  | 55,2   | 259,2                          |           | 102         |
|                            | Гренки                          | 20          | 2,4                  | 0,4   | 12,6   | 63                             |           | 371         |
|                            | Чай с сахаром                   | 200         | 0,1                  | 0,06  | 15     | 60                             | 0,03      | 376         |
|                            | Булочка домашняя с помадкой     | 100         | 6,96                 | 6,2   | 53,6   | 296,73                         |           | 424,01      |
|                            | Хлеб пшеничный                  | 30          | 2,4                  | 0,72  | 14,4   | 72                             | 0,05      |             |
|                            | Хлеб ржаной                     | 20          | 0,96                 | 0,6   | 9,96   | 44                             |           |             |
| Итого за Обед.             |                                 |             | 18,82                | 18,78 | 160,76 | 794,93                         | 13,88     |             |
| Итого за день 95,00 рублей |                                 |             |                      |       |        |                                |           |             |

Рацион: 3\_Комплекс\_№2\_

ВТОРНИК

| Прием пищи                 | Наименование блюда                                  | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|----------------------------|-----------------------------------------------------|-------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|-----------|-------------|
|                            |                                                     |             | Б                    | Ж     | У      |                                |           |             |
| Обед.                      | Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне в/у | 250/10      | 1,73                 | 4,88  | 19,3   | 127,8                          | 7,63      | 82,04       |
|                            | Пирожок с капустой и яйцом                          | 75          | 6,13                 | 14,25 | 29,28  | 224,58                         |           | 406         |
|                            | Компот из клубники                                  | 200         | 0,2                  | 0,1   | 28,9   | 113                            |           | 54,9        |
|                            | Хлеб пшеничный                                      | 30          | 2,4                  | 0,72  | 14,4   | 72                             | 0,05      |             |
|                            | Хлеб ржаной                                         | 30          | 1,43                 | 0,9   | 14,94  | 66                             |           |             |
|                            |                                                     |             | 11,89                | 20,85 | 106,82 | 603,38                         | 28        |             |
| Итого за Обед.             |                                                     |             |                      |       |        |                                |           |             |
| Итого за день 95,00 рублей |                                                     |             |                      |       |        |                                |           |             |

Рацион: 3\_Комплекс\_№2\_

СРЕДА

| Прием пищи                 | Наименование блюда                                       | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|----------------------------|----------------------------------------------------------|-------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|-----------|-------------|
|                            |                                                          |             | Б                    | Ж     | У      |                                |           |             |
| Обед.                      | Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне в/у | 250/10      | 7,6                  | 4,93  | 21,51  | 138                            | 7,5       | 88,04       |
|                            | Чай с сахаром                                            | 200         | 0,1                  | 0,06  | 15     | 60                             |           |             |
|                            | Булочка домашняя                                         | 100         | 7,32                 | 6,52  | 56,4   | 312,32                         | 0,03      | 376         |
|                            | Хлеб пшеничный                                           | 20          | 1,6                  | 0,48  | 9,6    | 48                             | 0,03      | 424         |
|                            |                                                          |             | 16,62                | 11,99 | 102,51 | 558,32                         |           |             |
| Итого за Обед.             |                                                          |             |                      |       |        |                                |           |             |
| Итого за день 95,00 рублей |                                                          |             |                      |       |        |                                |           |             |

Рацион: 3\_Комплекс\_№2\_

ЧЕТВЕРГ

| Прием пищи                 | Наименование блюда                                     | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |      |        | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|----------------------------|--------------------------------------------------------|-------------|----------------------|------|--------|--------------------------------|-----------|-------------|
|                            |                                                        |             | Б                    | Ж    | У      |                                |           |             |
| Обед.                      | Рассольник ленинградский на курином бульоне в/у 250/10 |             | 5,6                  | 5,1  | 47,93  | 218,99                         | 16        | 96,04       |
|                            | Чай с лимоном                                          | 200/7       | 0,21                 | 0,03 | 16     | 65                             | 2,83      | 377         |
|                            | Булочка с маком                                        | 75          | 5,49                 | 4,89 | 42,3   | 234,24                         |           | 424         |
|                            | Хлеб пшеничный                                         | 20          | 1,6                  | 0,48 | 9,6    | 48                             | 0,03      |             |
|                            | Хлеб ржаной                                            | 20          | 0,96                 | 0,6  | 9,96   | 44                             |           |             |
|                            |                                                        |             | 13,86                | 11,1 | 125,79 | 610,23                         | 18,86     |             |
| Итого за Обед.             |                                                        |             |                      |      |        |                                |           |             |
| Итого за день 95,00 рублей |                                                        |             |                      |      |        |                                |           |             |

Рацион: 3\_Комплекс\_№2\_

ПЯТНИЦА

| Прием пищи                 | Наименование блюда                   | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |      |      | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|----------------------------|--------------------------------------|-------------|----------------------|------|------|--------------------------------|-----------|-------------|
|                            |                                      |             | Б                    | Ж    | У    |                                |           |             |
| Обед.                      | Суп из овощей на курином бульоне в/у | 250/10      | 1,58                 | 4,99 | 9,15 | 95,25                          | 10,38     | 99,04       |
|                            | Крендель сахарный                    | 75          | 0,05                 | 0,09 | 0,39 | 2,52                           |           | 415         |
|                            | Чай с сахаром                        | 200         | 0,1                  | 0,06 | 15   | 60                             | 0,03      | 376         |
|                            | Хлеб пшеничный                       | 30          | 2,4                  | 0,72 | 14,4 | 72                             | 0,05      |             |
|                            | Хлеб ржаной                          | 20          | 0,96                 | 0,6  | 9,96 | 44                             |           |             |
|                            |                                      |             | 5,09                 | 6,46 | 48,9 | 273,77                         |           |             |
| Итого за Обед.             |                                      |             |                      |      |      |                                |           |             |
| Итого за день 95,00 рублей |                                      |             |                      |      |      |                                |           |             |

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова



Рацион: 1-4\_ГПД\_В.Салда\_№2

**Меню  
ШКОЛА №2  
ПОНЕДЕЛЬНИК**

05 октября 2026г. -09 октября 2026г.

| Прием пищи                         | Наименование блюда                     | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С    | №<br>рецептуры |
|------------------------------------|----------------------------------------|----------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------------|--------------|----------------|
|                                    |                                        |                | Б                    | Ж            | У             |                                      |              |                |
| Обед.                              | Суп картофельный с бобовыми в/у        | 200/10         | 4                    | 3,2          | 36,8          | 172,8                                |              | 102            |
|                                    | Гречки                                 | 20/50          | 2,4                  | 0,4          | 12,6          | 63                                   |              | 371            |
|                                    | Гуляш свинина                          | 50/50          | 12,09                | 28,84        | 4,59          | 323,24                               | 2            | 260            |
|                                    | Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант) | 150            | 11,63                | 9,68         | 62,9          | 385,19                               |              | 171            |
|                                    | Чай с сахаром                          | 200            | 0,1                  | 0,06         | 15            | 60                                   | 0,03         | 376            |
|                                    | Хлеб пшеничный                         | 20             | 1,6                  | 0,48         | 9,6           | 48                                   | 0,03         |                |
|                                    | Хлеб ржаной                            | 20             | 0,96                 | 0,6          | 9,96          | 44                                   |              |                |
|                                    | <b>Итого за Обед.</b>                  |                | <b>32,78</b>         | <b>48,23</b> | <b>151,45</b> | <b>1096,23</b>                       | <b>10,26</b> |                |
| Полдник                            | Сок 0,2                                | 1              |                      |              | 23,12         | 92,5                                 |              |                |
|                                    | Выпечка в ассортименте                 | 50             | 7,55                 | 13,96        | 14,7          | 216,05                               | 0,17         |                |
|                                    | Фрукт свежий*                          | 1              | 0,8                  | 0,8          | 19,6          | 94                                   |              |                |
|                                    | <b>Итого за Полдник</b>                |                | <b>8,35</b>          | <b>14,76</b> | <b>57,42</b>  | <b>402,55</b>                        | <b>20,17</b> |                |
| <b>Итого за день 230,00 рублей</b> |                                        |                |                      |              |               |                                      |              |                |

Рацион: 1-4\_ГПД\_В.Салда\_№2

**ВТОРНИК**

| Прием пищи                         | Наименование блюда                                  | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С    | №<br>рецептуры |
|------------------------------------|-----------------------------------------------------|----------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------------|--------------|----------------|
|                                    |                                                     |                | Б                    | Ж            | У             |                                      |              |                |
| Обед.                              | Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне в/у | 200/10         | 1,4                  | 3,94         | 15,59         | 103,22                               | 6,16         | 82,04          |
|                                    | Зразы рубленые (свин.)                              | 90             | 10,55                | 20,45        | 14,92         | 285,46                               | 1,19         | 274            |
|                                    | Макаронные изделия отварные                         | 150            | 5,49                 | 4,5          | 26,4          | 227,49                               |              | 309            |
|                                    | Напиток "Витощка Лайт"                              | 200            |                      |              | 18            | 72                                   |              | 352,03         |
|                                    | Хлеб пшеничный                                      | 30             | 2,4                  | 0,72         | 14,4          | 72                                   | 0,05         |                |
|                                    | Хлеб ржаной                                         | 30             | 1,43                 | 0,9          | 14,94         | 66                                   |              |                |
|                                    | <b>Итого за Обед.</b>                               |                | <b>21,27</b>         | <b>30,51</b> | <b>104,25</b> | <b>826,17</b>                        | <b>25</b>    |                |
| Полдник                            | Сок 0,2                                             | 1              |                      |              | 23,12         | 92,5                                 |              |                |
|                                    | Выпечка в ассортименте                              | 50             | 7,55                 | 13,96        | 14,7          | 216,05                               | 0,17         |                |
|                                    | Фрукт свежий*                                       | 1              | 0,8                  | 0,8          | 19,6          | 94                                   |              |                |
|                                    | <b>Итого за Полдник</b>                             |                | <b>8,35</b>          | <b>14,76</b> | <b>57,42</b>  | <b>402,55</b>                        | <b>20,17</b> |                |
| <b>Итого за день 230,00 рублей</b> |                                                     |                |                      |              |               |                                      |              |                |

Рацион: 1-4\_ГПД\_В.Салда\_№2

**СРЕДА**

| Прием пищи                         | Наименование блюда                                       | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С    | №<br>рецептуры |
|------------------------------------|----------------------------------------------------------|----------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------------|--------------|----------------|
|                                    |                                                          |                | Б                    | Ж            | У             |                                      |              |                |
| Обед.                              | Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне в/у | 200/10         | 6,14                 | 3,98         | 17,37         | 111,46                               | 6,06         | 88,04          |
|                                    | Шницели (свинина)                                        | 90             | 13,46                | 25,15        | 26,04         | 352,44                               |              | 268,04         |
|                                    | Пюре картофельное в/у                                    | 150            | 3,72                 | 6,12         | 58,44         | 273                                  | 30,72        | 312            |
|                                    | Компот из изюма                                          | 200            | 0,46                 | 0,1          | 33,12         | 132                                  |              | 348            |
|                                    | Хлеб пшеничный                                           | 30             | 2,4                  | 0,72         | 14,4          | 72                                   | 0,05         |                |
|                                    | Хлеб ржаной                                              | 20             | 0,96                 | 0,6          | 9,96          | 44                                   |              |                |
|                                    | <b>Итого за Обед.</b>                                    |                | <b>27,14</b>         | <b>36,67</b> | <b>159,33</b> | <b>984,9</b>                         |              |                |
| Полдник                            | Сок 0,2                                                  | 1              |                      |              | 23,12         | 92,5                                 |              |                |
|                                    | Выпечка в ассортименте                                   | 50             | 7,55                 | 13,96        | 14,7          | 216,05                               | 0,17         |                |
|                                    | Фрукт свежий*                                            | 1              | 0,8                  | 0,8          | 19,6          | 94                                   |              |                |
|                                    | <b>Итого за Полдник</b>                                  |                | <b>8,35</b>          | <b>14,76</b> | <b>57,42</b>  | <b>402,55</b>                        | <b>20,17</b> |                |
| <b>Итого за день 230,00 рублей</b> |                                                          |                |                      |              |               |                                      |              |                |

Рацион: 1-4\_ГПД\_В.Салда\_№2

**ЧЕТВЕРГ**

| Прием пищи                         | Наименование блюда                              | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С    | №<br>рецептуры |
|------------------------------------|-------------------------------------------------|----------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------------|--------------|----------------|
|                                    |                                                 |                | Б                    | Ж            | У             |                                      |              |                |
| Обед.                              | Рассольник ленинградский на курином бульоне в/у | 250/10         | 5,6                  | 5,1          | 47,93         | 218,99                               | 16           | 96,04          |
|                                    | Плов из бройлер-цыплят в/у                      | 200            | 19,46                | 22,54        | 62,14         | 500,73                               | 6,01         | 291            |
|                                    | Компот из ягод (заморозка)                      | 200            | 0,68                 | 0,14         | 35,26         | 143,8                                | 0,6          | 388,06         |
|                                    | Хлеб пшеничный                                  | 20             | 1,6                  | 0,48         | 9,6           | 48                                   | 0,03         |                |
|                                    | Хлеб ржаной                                     | 20             | 0,96                 | 0,6          | 9,96          | 44                                   |              |                |
|                                    | <b>Итого за Обед.</b>                           |                | <b>28,3</b>          | <b>28,86</b> | <b>164,89</b> | <b>955,52</b>                        | <b>22,64</b> |                |
| Полдник                            | Сок 0,2                                         | 1              |                      |              | 23,12         | 92,5                                 |              |                |
|                                    | Выпечка в ассортименте                          | 50             | 7,55                 | 13,96        | 14,7          | 216,05                               | 0,17         |                |
|                                    | Фрукт свежий*                                   | 1              | 0,8                  | 0,8          | 19,6          | 94                                   |              |                |
|                                    | <b>Итого за Полдник</b>                         |                | <b>8,35</b>          | <b>14,76</b> | <b>57,42</b>  | <b>402,55</b>                        | <b>20,17</b> |                |
| <b>Итого за день 230,00 рублей</b> |                                                 |                |                      |              |               |                                      |              |                |

**ПЯТНИЦА**

Рацион: 1-4\_ГПД\_В.Салда\_№2

| Прием пищи                         | Наименование блюда                     | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С    | №<br>рецептуры |
|------------------------------------|----------------------------------------|----------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------------|--------------|----------------|
|                                    |                                        |                | Б                    | Ж            | У             |                                      |              |                |
| Обед.                              | Суп из овощей на курином бульоне в/у   | 200/10         | 1,28                 | 4,03         | 7,39          | 76,93                                | 8,38         | 99,04          |
|                                    | Печень по-строгановски                 | 50/50          | 40,61                | 32,81        | 9,36          | 462,5                                | 1            | 255            |
|                                    | Каша гречневая рассыпчатая (2 вариант) | 150            | 11,63                | 9,68         | 62,9          | 385,19                               |              | 171            |
|                                    | Чай с сахаром                          | 200            | 0,1                  | 0,06         | 15            | 60                                   | 0,03         | 376            |
|                                    | Хлеб пшеничный                         | 20             | 1,6                  | 0,48         | 9,6           | 48                                   | 0,03         |                |
|                                    | Хлеб ржаной                            | 20             | 0,96                 | 0,6          | 9,96          | 44                                   |              |                |
|                                    | <b>Итого за Обед.</b>                  |                | <b>56,18</b>         | <b>47,66</b> | <b>114,21</b> | <b>1076,62</b>                       |              |                |
| Полдник                            | Сок 0,2                                | 1              |                      |              | 23,12         | 92,5                                 |              |                |
|                                    | Выпечка в ассортименте                 | 50             | 7,55                 | 13,96        | 14,7          | 216,05                               | 0,17         |                |
|                                    | Фрукт свежий*                          | 1              | 0,8                  | 0,8          | 19,6          | 94                                   |              |                |
|                                    | <b>Итого за Полдник</b>                |                | <b>8,35</b>          | <b>14,76</b> | <b>57,42</b>  | <b>402,55</b>                        | <b>20,17</b> |                |
| <b>Итого за день 230,00 рублей</b> |                                        |                |                      |              |               |                                      |              |                |

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова

Рацион: 1-4класс\_гипоаллергенное меню

Меню  
ШКОЛА №2  
ПОНЕДЕЛЬНИК

05 октября 2026г. -09 октября 2026г.

| Прием пищи                 | Наименование блюда                   | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |      |       | Энерге-<br>тическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С | №<br>рецептуры |
|----------------------------|--------------------------------------|----------------|----------------------|------|-------|-------------------------------------------|-----------|----------------|
|                            |                                      |                | Б                    | Ж    | У     |                                           |           |                |
| Завтрак                    | Каша гречневая рассыпчатая с овощами | 150            | 9,16                 | 6,83 | 37,81 | 291,98                                    | 2,25      | 44             |
|                            | Фрукт свежий                         | 1              | 0,8                  | 0,8  | 19,6  | 94                                        | 20        |                |
|                            | Чай с сахаром                        | 200            | 0,1                  | 0,06 | 15    | 60                                        | 0,03      | 376            |
|                            | Хлеб ржаной                          | 40             | 1,9                  | 1,2  | 19,92 | 85,6                                      |           |                |
| Итого за Завтрак           |                                      |                | 11,96                | 8,89 | 92,33 | 531,58                                    | 1         |                |
| Итого за день 99,16 рублей |                                      |                |                      |      |       |                                           |           |                |

Рацион: 1-4класс\_гипоаллергенное меню

ВТОРНИК

| Прием пищи                 | Наименование блюда         | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С | №<br>рецептуры |
|----------------------------|----------------------------|----------------|----------------------|-------|-------|-------------------------------------------|-----------|----------------|
|                            |                            |                | Б                    | Ж     | У     |                                           |           |                |
| Завтрак                    |                            |                |                      |       |       |                                           |           |                |
|                            | Азу по-татарски (свинина)_ | 260            | 17,17                | 9,29  | 4,84  | 175,35                                    | 1         | 637            |
|                            | Чай с сахаром              | 200            | 0,1                  | 0,06  | 15    | 60                                        | 0,03      | 376            |
|                            | Хлеб ржаной                | 40             | 1,9                  | 1,2   | 19,92 | 85,6                                      |           |                |
| Итого за Завтрак           |                            |                | 19,17                | 10,55 | 39,76 | 320,95                                    | 1         |                |
| Итого за день 99,16 рублей |                            |                |                      |       |       |                                           |           |                |

Рацион: 1-4класс\_гипоаллергенное меню

СРЕДА

| Прием пищи                 | Наименование блюда | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |      |       | Энерге-<br>тическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С | №<br>рецептуры |
|----------------------------|--------------------|----------------|----------------------|------|-------|-------------------------------------------|-----------|----------------|
|                            |                    |                | Б                    | Ж    | У     |                                           |           |                |
| Завтрак                    | Рагу из овощей     | 150            | 2,52                 | 3,95 | 15,35 | 98,07                                     | 17,9      | 143            |
|                            | Чай с сахаром      | 200            | 0,1                  | 0,06 | 15    | 60                                        | 0,03      | 376            |
|                            | Фрукт свежий       | 1              | 0,8                  | 0,8  | 19,6  | 94                                        | 20        |                |
|                            | Хлеб ржаной        | 40             | 1,9                  | 1,2  | 19,92 | 85,6                                      |           |                |
| Итого за Завтрак           |                    |                | 5,32                 | 6,01 | 69,87 | 337,67                                    |           |                |
| Итого за день 99,16 рублей |                    |                |                      |      |       |                                           |           |                |

Рацион: 1-4класс\_гипоаллергенное меню

ЧЕТВЕРГ

| Прием пищи                 | Наименование блюда | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С | №<br>рецептуры |
|----------------------------|--------------------|----------------|----------------------|-------|-------|-------------------------------------------|-----------|----------------|
|                            |                    |                | Б                    | Ж     | У     |                                           |           |                |
| Завтрак                    |                    |                |                      |       |       |                                           |           |                |
|                            | Плов (свин.)       | 250            | 27,5                 | 28,14 | 43,39 | 536,65                                    | 2,14      | 265            |
|                            | Кисель "Витошка"   | 200            | 0,1                  | 0,04  | 24    | 95                                        | 20        | 352            |
|                            | Хлеб ржаной        | 50             | 2,38                 | 1,5   | 24,9  | 107                                       |           |                |
| Итого за Завтрак           |                    |                | 29,98                | 29,68 | 92,29 | 738,65                                    | 20        |                |
| Итого за день 99,16 рублей |                    |                |                      |       |       |                                           |           |                |

Рацион: 1-4класс\_гипоаллергенное меню

ПЯТНИЦА

| Прием пищи                 | Наименование блюда   | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамин С | №<br>рецептуры |
|----------------------------|----------------------|----------------|----------------------|-------|-------|-------------------------------------------|-----------|----------------|
|                            |                      |                | Б                    | Ж     | У     |                                           |           |                |
| Завтрак                    | Каша Царская с курой | 260            | 78,52                | 49,06 | 26,18 | 861,46                                    | 6         |                |
|                            | Чай с сахаром        | 200            | 0,1                  | 0,06  | 15    | 60                                        | 0,03      | 376            |
|                            | Хлеб ржаной          | 40             | 1,9                  | 1,2   | 19,92 | 85,6                                      |           |                |
|                            | Итого за Завтрак     |                | 80,52                | 50,32 | 61,1  | 1007,06                                   | 0,03      |                |
| Итого за день 99,16 рублей |                      |                |                      |       |       |                                           |           |                |

Зав. производством

Ю.А. Зуйкова

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 256233904371995990837526139856067300059550830086

Владелец Калиенко Рената Фёдоровна

Действителен с 05.11.2025 по 05.11.2026