

# МЕНЮ

**16.06.2026 вторник**  
Столовая



Категория: 250,15 ЛДП Дети 7-11лет

| Тип<br>блюда   | Наименование                   |  | Энергети-<br>ческая<br>ценность<br>ккал | Пищевые вещества, г |       |               |                   | Масса<br>порции, г | Цена (РУБ) |
|----------------|--------------------------------|--|-----------------------------------------|---------------------|-------|---------------|-------------------|--------------------|------------|
|                |                                |  |                                         | белки               | жиры  | углево-<br>ды | вита-<br>мин<br>С |                    |            |
| Завтрак        |                                |  | 741                                     | 24,62               | 28,33 | 99,04         | 0,48              |                    | 120,87     |
|                | Бутерброд с маслом и сыром     |  | 165                                     | 7,80                | 8,90  | 18,50         | 0,03              | 40/10/10           | 20,36      |
|                | Запеканка из творога           |  | 422                                     | 11,06               | 15,92 | 57,10         | 0,08              | 200                | 61,93      |
|                | Йогурт                         |  | 97                                      | 5,56                | 3,56  | 9,44          | 0,37              | 100                | 36,00      |
|                | ЧАЙ                            |  | 57                                      | 0,20                |       | 14,00         |                   | 200                | 2,58       |
| Обед           |                                |  | 1 054                                   | 20,33               | 70,53 | 86,08         | 31,90             |                    | 178,82     |
|                | Салат из свежих помидор        |  | 79                                      | 1,11                | 6,18  | 4,62          | 20,30             | 100                | 26,81      |
|                | Суп картофельный с горохом     |  | 663                                     | 9,40                | 57,60 | 19,20         | 1,20              | 250                | 12,55      |
|                | Компот из сухофруктов          |  | 113                                     | 0,44                | 0,02  | 28,00         | 0,40              | 200                | 5,22       |
|                | Жаркое по-домашнему (говядина) |  | 113                                     | 6,34                | 6,46  | 14,58         | 10,00             | 230                | 131,04     |
|                | хлеб пшеничный формовой        |  | 86                                      | 3,04                | 0,32  | 19,68         |                   | 40                 | 3,20       |
| Итого за день: |                                |  | 1 795                                   | 44,95               | 98,96 | 185,12        | 32,38             |                    | 299,69     |

Составитель

Калькулятор  
(должность)



(подпись)

Желенкова Г.Н.

( ФИО )

# МЕНЮ

## 17.06.2026 среда

Столовая

Категория: 250,15 ЛДП Дети 7-11лет



| Тип<br>блюда   | Наименование                              |  | Энергети-<br>ческая<br>ценность<br>ккал | Пищевые вещества, г |       |               |                   | Масса<br>порции, г | Цена (РУБ) |
|----------------|-------------------------------------------|--|-----------------------------------------|---------------------|-------|---------------|-------------------|--------------------|------------|
|                |                                           |  |                                         | белки               | жиры  | углево-<br>ды | вита-<br>мин<br>С |                    |            |
| Завтрак        |                                           |  | 735                                     | 14,75               | 14,50 | 98,47         | 1,63              |                    | 70,82      |
|                | Каша манная                               |  | 268                                     | 2,65                | 1,87  | 20,50         | 0,05              | 200                | 24,51      |
|                | Булочка школьная                          |  | 262                                     | 5,06                | 8,78  | 40,73         |                   | 90                 | 25,00      |
|                | Какао с молоком                           |  | 119                                     | 4,00                | 3,54  | 17,57         | 1,58              | 200                | 18,11      |
|                | хлеб пшеничный формовой                   |  | 86                                      | 3,04                | 0,32  | 19,68         |                   | 40                 | 3,20       |
| Обед           |                                           |  | 963                                     | 41,58               | 37,80 | 121,66        | 18,30             |                    | 75,19      |
|                | Птица тушеная                             |  | 111                                     | 7,30                | 9,30  | 7,40          | 1,10              | 100                | 33,59      |
|                | Каша рассыпчатая из крупы гречневой       |  | 307                                     | 9,94                | 7,48  | 47,78         |                   | 200                | 11,19      |
|                | Суп картофельный с рыбной консервой Сайра |  | 402                                     | 21,10               | 20,70 | 32,80         | 17,20             | 250                | 24,63      |
|                | ЧАЙ                                       |  | 57                                      | 0,20                |       | 14,00         |                   | 200                | 2,58       |
|                | хлеб пшеничный формовой                   |  | 86                                      | 3,04                | 0,32  | 19,68         |                   | 40                 | 3,20       |
| Итого за день: |                                           |  | 1 698                                   | 56,33               | 52,30 | 220,13        | 19,93             |                    | 146,01     |

Составитель

Калькулятор  
(должность)

*Желенкова Г.Н.*

Желенкова Г.Н.

(подпись)

(ФИО)

# МЕНЮ

18.06.2026 четверг

Столовая

Категория: 250,15 ЛДП Дети 7-11лет



| Тип<br>блюда   | Наименование                             | Энергети-<br>ческая<br>ценность<br>ккал | Пищевые вещества, г |       |               |                   | Масса<br>порции, г | Цена (РУБ) |
|----------------|------------------------------------------|-----------------------------------------|---------------------|-------|---------------|-------------------|--------------------|------------|
|                |                                          |                                         | белки               | жиры  | углево-<br>ды | вита-<br>мин<br>С |                    |            |
| Завтрак        |                                          | 690                                     | 14,39               | 10,82 | 81,70         | 6,11              |                    | 75,71      |
|                | Суп молочный с макаронами                | 331                                     | 5,50                | 4,90  | 12,30         | 0,81              | 250                | 16,98      |
|                | Напиток кофейный                         | 101                                     | 3,16                | 2,67  | 15,94         | 1,30              | 200                | 16,11      |
|                | Сок порционный                           | 85                                      | 1,00                |       | 20,20         | 4,00              | 200                | 25,00      |
|                | Чокопай                                  | 87                                      | 1,69                | 2,93  | 13,58         |                   | 30                 | 14,42      |
|                | хлеб пшеничный формовой                  | 86                                      | 3,04                | 0,32  | 19,68         |                   | 40                 | 3,20       |
| Обед           |                                          | 751                                     | 21,66               | 35,10 | 91,95         | 32,78             |                    | 129,49     |
|                | Салат из свежих огурцов                  | 65                                      | 0,67                | 6,09  | 1,81          | 6,65              | 100                | 20,18      |
|                | Тефтели мясные                           | 202                                     | 10,42               | 15,23 | 12,08         | 0,45              | 100                | 66,35      |
|                | Пюре картофельное                        | 185                                     | 4,12                | 6,40  | 27,40         | 24,40             | 200                | 22,45      |
|                | Суп с макаронными изделиями и картофелем | 140                                     | 2,85                | 6,08  | 15,58         | 1,14              | 250                | 12,31      |
|                | Соус сметанный с томатом                 | 16                                      | 0,36                | 0,98  | 1,40          | 0,14              | 20                 | 2,42       |
|                | ЧАЙ                                      | 57                                      | 0,20                |       | 14,00         |                   | 200                | 2,58       |
|                | хлеб пшеничный формовой                  | 86                                      | 3,04                | 0,32  | 19,68         |                   | 40                 | 3,20       |
| Итого за день: |                                          | 1 441                                   | 36,05               | 45,92 | 173,65        | 38,89             |                    | 205,20     |

Составитель

Калькулятор  
(должность)

*Желенкова Г.Н.*

(подпись)

Желенкова Г.Н.

(ФИО)

# МЕНЮ

## 19.06.2026 пятница

Столовая

Категория: 250,15 ЛДП Дети 7-11лет

| Тип<br>блюда   | Наименование                              | Энергети-<br>ческая<br>ценность<br>ккал | Пищевые вещества, г |       |               |                   | Масса<br>порции, г | Цена (РУБ) |
|----------------|-------------------------------------------|-----------------------------------------|---------------------|-------|---------------|-------------------|--------------------|------------|
|                |                                           |                                         | белки               | жиры  | углево-<br>ды | вита-<br>мин<br>С |                    |            |
| Завтрак        |                                           | 617                                     | 15,15               | 14,08 | 123,73        | 7,30              |                    | 84,74      |
|                | Каша геркулесовая                         | 264                                     | 8,16                | 9,84  | 47,80         | 0,50              | 200                | 25,78      |
|                | Сок порционный                            | 85                                      | 1,00                |       | 20,20         | 4,00              | 200                | 25,00      |
|                | Чай с лимоном                             | 41                                      | 0,20                | 0,04  | 10,20         | 2,80              | 200                | 3,76       |
|                | кукурузные палочки                        | 141                                     | 2,75                | 3,88  | 25,85         |                   | 55                 | 27,00      |
|                | хлеб пшеничный формовой                   | 86                                      | 3,04                | 0,32  | 19,68         |                   | 40                 | 3,20       |
| Обед           |                                           | 674                                     | 24,11               | 19,11 | 102,94        | 29,41             |                    | 129,83     |
|                | Плов из мяса (говядина)                   | 305                                     | 16,94               | 10,46 | 35,73         | 6,03              | 200                | 86,62      |
|                | Компот из кураги                          | 113                                     | 0,44                | 0,02  | 27,76         | 0,40              | 200                | 8,82       |
|                | Борщ со сметаной                          | 70                                      | 1,95                | 2,13  | 10,53         | 9,98              | 250                | 15,49      |
|                | Салат картофельный с солеными<br>огурцами | 100                                     | 1,74                | 6,18  | 9,24          | 13,00             | 100                | 15,70      |
|                | хлеб пшеничный формовой                   | 86                                      | 3,04                | 0,32  | 19,68         |                   | 40                 | 3,20       |
| Итого за день: |                                           | 1 291                                   | 39,26               | 33,19 | 226,67        | 36,71             |                    | 214,57     |

Составитель

Калькулятор

(должность)



(подпись)

Желенкова Г.Н.

(ФИО)

# МЕНЮ

## 22.06.2026 понедельник

Столовая

Категория: 250,15 ЛДП Дети 7-11лет



| Тип<br>блюда   | Наименование                 |  | Энергети<br>ческая<br>ценность<br>ккал | Пищевые вещества, г |       |              |                  | Масса<br>порции, г | Цена (РУБ) |
|----------------|------------------------------|--|----------------------------------------|---------------------|-------|--------------|------------------|--------------------|------------|
|                |                              |  |                                        | белки               | жиры  | углево<br>ды | вита<br>мин<br>С |                    |            |
| Завтрак        |                              |  | 523                                    | 11,54               | 10,92 | 117,28       | 23,36            |                    | 67,59      |
|                | Каша рисовая                 |  | 309                                    | 7,70                | 10,00 | 68,90        | 0,86             | 200                | 28,51      |
|                | Яблоки                       |  | 71                                     | 0,60                | 0,60  | 14,70        | 22,50            | 150                | 33,30      |
|                | ЧАЙ                          |  | 57                                     | 0,20                |       | 14,00        |                  | 200                | 2,58       |
|                | хлеб пшеничный формовой      |  | 86                                     | 3,04                | 0,32  | 19,68        |                  | 40                 | 3,20       |
| Обед           |                              |  | 939                                    | 30,82               | 31,51 | 132,02       | 22,14            |                    | 147,39     |
|                | Салат витаминный             |  | 80                                     | 0,83                | 6,10  | 5,27         | 8,78             | 100                | 24,99      |
|                | Котлеты мясные (биточки)     |  | 229                                    | 15,55               | 11,55 | 15,70        | 0,15             | 100                | 84,68      |
|                | Каша рассыпчатая пшенная     |  | 306                                    | 8,80                | 7,62  | 50,50        |                  | 200                | 10,20      |
|                | Борщ с капустой с картофелем |  | 125                                    | 2,16                | 5,90  | 13,11        | 12,81            | 250                | 16,37      |
|                | Компот из изюма              |  | 113                                    | 0,44                | 0,02  | 27,76        | 0,40             | 200                | 7,95       |
|                | хлеб пшеничный формовой      |  | 86                                     | 3,04                | 0,32  | 19,68        |                  | 40                 | 3,20       |
| Итого за день: |                              |  | 1 462                                  | 42,36               | 42,43 | 249,30       | 45,50            |                    | 214,98     |

Составитель \_\_\_\_\_ Калькулятор Желенкова Г.Н. Желенкова Г.Н.  
(должность) (подпись) (ФИО)

# МЕНЮ

**23.06.2026 вторник**  
Столовая

Категория: 250,15 ЛДП Дети 7-11лет



| Тип<br>блюда   | Наименование                           | Энергети<br>ческая<br>ценность<br>ккал | Пищевые вещества, г |       |              |                  | Масса<br>порции, г | Цена (РУБ) |
|----------------|----------------------------------------|----------------------------------------|---------------------|-------|--------------|------------------|--------------------|------------|
|                |                                        |                                        | белки               | жиры  | углево<br>ды | вита<br>мин<br>С |                    |            |
| Завтрак        |                                        | 634                                    | 15,30               | 16,23 | 107,18       | 6,88             |                    | 93,89      |
|                | Запеканка из творога                   | 422                                    | 11,06               | 15,92 | 57,10        | 0,08             | 200                | 61,93      |
|                | Сок порционный                         | 85                                     | 1,00                |       | 20,20        | 4,00             | 200                | 25,00      |
|                | Чай с лимоном                          | 41                                     | 0,20                | 0,04  | 10,20        | 2,80             | 200                | 3,76       |
|                | хлеб пшеничный формовой                | 86                                     | 3,04                | 0,32  | 19,68        |                  | 40                 | 3,20       |
| Обед           |                                        | 914                                    | 28,54               | 34,41 | 121,35       | 23,93            |                    | 189,28     |
|                | Салат из свежих помидор                | 79                                     | 1,11                | 6,18  | 4,62         | 20,30            | 100                | 26,81      |
|                | Фрикаделька в томат.сметан.соусе       | 269                                    | 13,98               | 15,67 | 18,29        | 1,29             | 100/100            | 86,55      |
|                | Макароны отварные                      | 225                                    | 7,40                | 6,00  | 35,30        |                  | 200                | 11,80      |
|                | Суп картофельный с мясной фрикаделькой | 140                                    | 2,85                | 6,08  | 15,58        | 1,44             | 250                | 48,44      |
|                | Компот из свежих плодов                | 115                                    | 0,16                | 0,16  | 27,88        | 0,90             | 200                | 12,48      |
|                | хлеб пшеничный формовой                | 86                                     | 3,04                | 0,32  | 19,68        |                  | 40                 | 3,20       |
| Итого за день: |                                        | 1 548                                  | 43,84               | 50,69 | 228,53       | 30,81            |                    | 283,17     |

Составитель

Калькулятор  
(должность)

*Желенкова Г.Н.*

(подпись)

Желенкова Г.Н.

(ФИО)

# МЕНЮ

## 24.06.2026 среда

Столовая

Категория: 250,15 ЛДП Дети 7-11лет



| Тип<br>блюда   | Наименование                           |  | Энергети-<br>ческая<br>ценность<br>ккал | Пищевые вещества, г |        |               |                   | Масса<br>порции, г | Цена (РУБ) |
|----------------|----------------------------------------|--|-----------------------------------------|---------------------|--------|---------------|-------------------|--------------------|------------|
|                |                                        |  |                                         | белки               | жиры   | углево-<br>ды | вита-<br>мин<br>С |                    |            |
| Завтрак        |                                        |  | 1 006                                   | 97,34               | 17,47  | 191,08        | 2,05              |                    | 123,22     |
|                | Каша вязкая, молочная из пшенной крупы |  | 400                                     | 9,80                | 12,60  | 61,70         | 1,08              | 200                | 26,50      |
|                | Йогурт                                 |  | 97                                      | 5,56                | 3,56   | 9,44          | 0,37              | 100                | 36,00      |
|                | Яблоки печеные                         |  | 309                                     | 0,95                | 0,95   | 72,62         |                   | 178                | 48,22      |
|                | Компот из кураги                       |  | 115                                     | 78,00               | 0,05   | 27,63         | 0,60              | 200                | 9,30       |
|                | хлеб пшеничный формовой                |  | 86                                      | 3,04                | 0,32   | 19,68         |                   | 40                 | 3,20       |
| Обед           |                                        |  | 1 434                                   | 55,57               | 89,34  | 95,68         | 1,35              |                    | 163,15     |
|                | Каша перловая рассыпчатая              |  | 258                                     | 5,43                | 9,12   | 37,80         |                   | 200                | 13,89      |
|                | Суп картофельный с горохом             |  | 663                                     | 9,40                | 57,60  | 19,20         | 1,20              | 250                | 12,55      |
|                | Рыба,запеченная в омлете               |  | 370                                     | 37,50               | 22,30  | 5,00          | 0,15              | 200                | 130,93     |
|                | ЧАЙ                                    |  | 57                                      | 0,20                |        | 14,00         |                   | 200                | 2,58       |
|                | хлеб пшеничный формовой                |  | 86                                      | 3,04                | 0,32   | 19,68         |                   | 40                 | 3,20       |
| Итого за день: |                                        |  | 2 440                                   | 152,91              | 106,81 | 286,76        | 3,40              |                    | 286,37     |

Составитель \_\_\_\_\_ Калькулятор Желенкова Г.Н. Желенкова Г.Н.  
(должность) (подпись) (ФИО)

# МЕНЮ

## 25.06.2026 четверг

Столовая



Категория: 250,15 ЛДП Дети 7-11лет

| Тип<br>блюда   | Наименование                              | Энергети<br>ческая<br>ценность<br>ккал | Пищевые вещества, г |        |              |                  | Масса<br>порции, г | Цена (РУБ) |
|----------------|-------------------------------------------|----------------------------------------|---------------------|--------|--------------|------------------|--------------------|------------|
|                |                                           |                                        | белки               | жиры   | углево<br>ды | вита<br>мин<br>С |                    |            |
| Завтрак        |                                           | 1 285                                  | 19,33               | 52,89  | 181,28       | 2,80             |                    | 146,83     |
|                | Каша Дружба (ассорти)                     | 284                                    | 6,20                | 8,60   | 42,70        |                  | 200                | 27,45      |
|                | Чокопай                                   | 87                                     | 1,69                | 2,93   | 13,58        |                  | 30                 | 14,42      |
|                | шоколад                                   | 787                                    | 8,20                | 41,00  | 95,12        |                  | 82                 | 98,00      |
|                | Чай с лимоном                             | 41                                     | 0,20                | 0,04   | 10,20        | 2,80             | 200                | 3,76       |
|                | хлеб пшеничный формовой                   | 86                                     | 3,04                | 0,32   | 19,68        |                  | 40                 | 3,20       |
| Обед           |                                           | 1 219                                  | 52,49               | 48,97  | 143,64       | 23,70            |                    | 189,62     |
|                | Гуляш                                     | 221                                    | 14,55               | 16,79  | 2,89         | 0,92             | 100                | 106,11     |
|                | Каша рассыпчатая пшенная                  | 306                                    | 8,80                | 7,62   | 50,50        |                  | 200                | 10,20      |
|                | Суп картофельный с рыбной консервой Сайра | 402                                    | 21,10               | 20,70  | 32,80        | 17,20            | 250                | 27,00      |
|                | Какао с молоком                           | 119                                    | 4,00                | 3,54   | 17,57        | 1,58             | 200                | 18,11      |
|                | Сок порционный                            | 85                                     | 1,00                |        | 20,20        | 4,00             | 200                | 25,00      |
|                | хлеб пшеничный формовой                   | 86                                     | 3,04                | 0,32   | 19,68        |                  | 40                 | 3,20       |
| Итого за день: |                                           | 2 504                                  | 71,82               | 101,86 | 324,92       | 26,50            |                    | 336,45     |

Составитель \_\_\_\_\_

Калькулятор  
(должность)



(подпись)

Желенкова Г.Н.

( ФИО )