

«Согласовано»

Директор

Сидорова



МЕНЮ

на «29» сентября 2025 г.

«Утверждаю»

Директор ООО «Комбинат питания»

Мундашева

/Мундашева Н.А./

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энергет ическая ценность ккал
Завтрак (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом сливочным	200	7,8	10,3	35,4	241
2	Фрукт свежий	100	0,4	0,4	9,8	47
3	Чай с молоком	200	1,6	1,1	12,6	67
4	Кондитерское изделие	30	4,8	5,0	13,1	116
5	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	15,0	70
	Итого:	560	17,0	17,0	85,9	541
	Стоимость рациона, руб.:	124,32				
Завтрак (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Каша молочная жидкая из хлопьев овсяных с сахаром и маслом сливочным	250	9,8	12,8	44,3	332
2	Фрукт свежий	100	0,4	0,4	9,8	47
3	Чай с молоком	200	1,6	1,1	12,6	67
4	Кондитерское изделие	30	4,8	5,0	13,1	116
5	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	19,3	94
	Итого:	620	19,8	19,7	99,0	655
	Стоимость рациона, руб.:	124,32				

Зав. производством _____

Экономист по ценам _____

«Согласовано»

Директор

Сидорова



Меню на «30» сентября 2025 г.

«Утверждаю»

Директор ООО «Комбинат питания»

Мундашева Н.А./



№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энергет ическая ценность ккал
Завтрак (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Капуста квашеная с маслом растительным	60	1,0	3,0	5,1	51
2	Гуляш из отварного мяса	100	11,9	14,4	7,9	209
3	Макаронные изделия отварные	150	5,4	4,9	32,8	197
4	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	10,4	42
5	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	15,0	70
	Итого:	540	20,9	22,6	71,1	569
	Стоимость рациона, руб.:	124,32				
Завтрак (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Капуста квашеная с маслом растительным	100	1,7	5,0	8,5	86
2	Гуляш из отварного мяса	100	11,9	14,4	7,9	209
3	Макаронные изделия отварные	180	6,5	5,9	39,4	236
4	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	10,4	42
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,2	0,4	19,3	94
	Итого:	620	23,4	25,7	85,4	667
	Стоимость рациона, руб.:	124,32				

Зав. производством _____

Экономист по ценам _____

89



«Утверждаю»
Директор ООО «Комбинат питания»
Мундашева Н.А./

МЕНЮ на «01» Октября 2025 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энергет ическая ценность ккал
Завтрак (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Икра кабачковая (порциями)	60	1,6	2,8	8,7	67
2	Котлеты мясикапустные	100	9,3	6,1	5,9	116
3	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,9	6,3	35,0	224
4	Сок фруктовый	180	0,9	0,2	17,7	80
5	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	15,0	70
	Итого:	520	21,1	15,7	82,3	558
	Стоимость рациона, руб.:	124,32				
Завтрак (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Икра кабачковая (порциями)	100	2,7	4,7	14,5	111
2	Котлеты мясикапустные	100	9,3	6,1	5,9	116
3	Каша гречневая рассыпчатая	180	8,3	7,6	42,0	269
4	Сок фруктовый	180	0,9	0,2	17,7	80
5	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	19,3	94
	Итого:	600	24,4	19,0	99,5	670
	Стоимость рациона, руб.:	124,32				

Зав. производством _____

Экономист по ценам _____

«Согласовано»

Директор

Сидорова

МКОУ
«СШ №17»

Сидорова С.Т.

«Утверждено»

Директор ООО «Комбинат питания»

Мундашева Н.А.

МЕНЮ на «02» октября 2025 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энергет ическая ценность ккал
Завтрак (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Запеканка рисовая с творогом с молоком сгущенным	170	11,8	12,9	40,9	327
2	Фрукт свежий (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
3	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,7	16,0	101
4	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	15,0	70
	Итого:	500	17,7	16,3	81,6	545
	Стоимость рациона, руб.:	124,32				
Завтрак (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Запеканка рисовая с творогом с молоком сгущенным	200	13,8	15,2	48,1	385
2	Фрукт свежий (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
3	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,7	16,0	101
4	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	19,3	94
	Итого:	540	20,6	18,7	93,2	626
	Стоимость рациона, руб.:	124,32				

Зав. производством _____

Экономист по ценам *9* _____

«Согласовано»

Директор

Сидорова



МЕНЮ на «03» окт. 2025 г.

«Утверждаю»

Директор ООО «Комбинат питания»

Мундашева Н.А.



№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энергет ическая ценность ккал
Завтрак (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Пельмени отварные со с метаной	200	16,8	18,6	35,3	376
2	Фрукт свежий	100	0,4	0,4	9,8	47
3	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0,0	10,6	44
4	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	15,0	70
	Итого:	530	19,9	19,3	70,7	537
	Стоимость рациона, руб.:	124,32				
Завтрак (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Пельмени отварные со с метаной	200	16,8	18,6	35,3	376
2	Фрукт свежий	100	0,4	0,4	9,8	47
3	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0,0	10,6	44
4	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	19,3	94
	Итого:	540	20,7	19,4	79,0	576
	Стоимость рациона, руб.:	124,32				

Зав. производством _____

Экономист по ценам *8* _____

«Согласовано»

Директор

Сидорова



МЕНЮ

на «07» РК. 2025 г.

«Утверждено»

Директор ООО «Комбинат питания»

Мундашева Н.А.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энергет ическая ценность ккал
Завтрак (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Капуста квашеная с маслом растительным	60	1,0	3,0	5,1	51
2	Плов из птицы	200	18,5	22,5	28,7	391
3	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	10,4	42
4	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	19,3	94
	Итого:	500	22,9	25,9	63,5	578
	Стоимость рациона, руб:	124,32				
Завтрак (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Капуста квашеная с маслом растительным	100	1,7	5,0	8,5	86
2	Плов из птицы	230	21,3	25,9	33,0	450
3	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	10,4	42
4	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	19,3	94
	Итого:	570	26,4	31,3	71,2	672
	Стоимость рациона, руб.: 124,32					

Зав. производством _____

Экономист по ценам *Е* _____

«Согласовано»

Директор

Сидорова



«Утверждаю»

Директор ООО «Комбинат питания»

Мундашева Н.А.

«08» октября 2025 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энергет ическая ценность ккал
Завтрак (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Свекла отварная с маслом растительным	60	0,9	3,6	5,0	56
2	Котлеты рубленные из птицы с соусом	100/20	16,4	10,5	17,3	236
3	Картофель в молоке	150	4,5	5,6	26,6	174
4	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	19,8	81
5	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	15,0	70
	Итого:	560	24,7	20,0	83,6	617
	Стоимость рациона, руб.:	124,32				
Завтрак (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Свекла отварная с маслом растительным	100	1,5	6,0	8,3	93
2	Котлеты рубленные из птицы с соусом	100/20	16,4	10,5	17,3	236
3	Каша гречневая рассыпчатая	180	8,3	7,6	42,0	269
4	Чай каркаде с сахаром.	200	0,2	0,1	7,2	30
5	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	19,3	94
	Итого:	640	29,5	24,6	94,1	722
	Стоимость рациона, руб.:	124,32				

Зав. производством _____

Экономист по ценам _____ *8*

«Согласовано»

Директор

Видорова



МЕКУ на «09» Октября 2025 г.

«Утверждаю»

Директор ООО «Комбинат питания»

Мундашева

/Мундашева Н.А./

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энергет ическая ценность ккал
Завтрак (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Вареники с картофелем со сметаной	180/20	11,8	12,9	40,9	327
2	Фрукт свежий	100	0,4	0,4	9,8	47
3	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,7	16,0	101
4	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	15,0	70
	Итого:	530	17,7	16,3	81,6	545
	Стоимость рациона, руб.:	124,32				
Завтрак (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Вареники с картофелем со сметаной	200/20	13,1	14,4	45,4	363
2	Фрукт свежий	100	0,4	0,4	9,8	47
3	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,7	16,0	101
4	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	15,0	70
	Итого:	550	19,0	17,8	86,1	581
	Стоимость рациона, руб.:	124,32				

Зав. производством _____

Экономист по ценам *Е* _____

«Согласовано»

Директор

Сидорова



МЕНЮ

«Утверждаю»

Директор ООО «Комбинат питания»

Мундашева Н.А.

«10» октября 2025 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энергет ическая ценность ккал
Завтрак (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Горошек консервированный	60	1,7	0,1	3,5	22
2	Тефтели с соусом томатным	100/20	10,6	14,3	3,4	185
3	Макаронные изделия отварные	150	5,4	4,9	32,8	197
4	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	19,8	81
5	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	19,3	94
	Итого:	570	21,3	19,7	78,9	578
	Стоимость рациона, руб. :	124,32				
Завтрак (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Горошек консервированный	100	2,8	0,2	5,8	37
2	Тефтели с соусом томатным	100/20	10,6	14,3	3,4	185
3	Макаронные изделия отварные	180	6,5	5,9	39,4	236
4	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	19,8	81
5	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	19,3	94
	Итого:	640	23,5	20,7	87,7	633
	Стоимость рациона, руб.:	124,32				

Зав. производством _____

Экономист по ценам _____

9

«Согласовано»

Директор

Сидорова



«Утверждаю»

Директор ООО «Комбинат питания»

Мундашева Н.А.

МЕНЮ на «06» октября 2025 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энергет ическая ценность ккал
Завтрак (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Бутерброд с сыром	15/5/40	6,7	8,4	19,4	180
2	Каша молочная жидкая пшеничная с сахаром и маслом сливочным	200	7,8	10,8	37,1	273
3	Фрукт свежий (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
4	Чай с молоком с сахаром	200	1,6	1,1	12,6	67
5	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	15,0	70
	Итого:	590	18,9	21,0	93,8	637
	Стоимость рациона, руб.:	124,32				
Завтрак (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Бутерброд с сыром	15/5/40	6,7	8,4	19,4	180
2	Каша молочная жидкая пшеничная с сахаром и маслом сливочным	250	9,8	12,0	41,0	311
3	Фрукт свежий (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
4	Чай с молоком с сахаром	200	1,6	1,1	12,6	67
5	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	19,3	94
	Итого:	650	21,6	22,3	102,0	698
	Стоимость рациона, руб.:	124,32				

Зав. производством _____

Экономист по ценам *9* _____