

«Согласовано»

Директор

Сидорова / Сидорова /

«Утверждено»

Директор ООО «Комбинат питания»

Мухоморова Н.А./

МЕНЮ на «10» марта 2026 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энергет ическая ценность ккал
Обед (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Капуста квашеная (порционно)	60	3,0	0,2	8,3	44
2	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной прокипяченной	210	1,7	6,0	6,6	103
3	Котлеты или биточки рыбные любительские	90	11,7	10,6	8,6	179
4	Картофель отварной	150	3,6	5,8	28,6	176
5	Компот из плодов сухих	200	0,6	0,0	31,4	124
6	Хлеб из муки пшеничной	60	4,0	1,2	26,4	132
	Итого:	770	24,6	23,6	109,9	758
	Стоимость рациона, руб:	138,85				
Обед (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Капуста квашеная (порционно)	100	5,0	0,3	13,8	72
2	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной прокипяченной	260	2,1	7,4	8,2	128
3	Котлеты или биточки рыбные любительские	100	13,3	12,5	4,8	196
4	Картофель отварной	180	4,3	7,0	34,3	211
5	Компот из плодов сухих	200	0,6	0,0	31,4	124
6	Хлеб из муки пшеничной	60	4,0	1,2	26,4	132
	Итого:	900	29,3	28,4	118,9	863
	Стоимость рациона, руб:	138,85				

Зав. производством _____

Экономист по ценам _____

«Согласовано»

Директор

Сидорова / *Сидорова*

«Утверждаю»

Директор ООО «Комбинат питания»

Мундайцева Н.А./

МЕНЮ на «11» марта 2026 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность ккал
Обед (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Свекла вареная (порционно)	60	0,9	0,1	5,3	26
2	Суп томатный с рисом	200	1,4	4,5	13,6	92
3	Фрикассе из курицы	90	11,9	10,8	2,1	131
4	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,7	7,8	42,6	279
5	Компот из плодов сухих	200	0,6	0,0	31,4	124
6	Хлеб из муки пшеничной	30	2,0	0,6	13,2	66
	Итого:	730	25,5	23,8	108,2	718
	Стоимость рациона, руб.:	138,85				
Обед (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Свекла вареная (порционно)	100	1,5	0,2	8,8	43
2	Суп томатный с рисом	250	1,8	5,6	17,0	115
3	Фрикассе из курицы	100	13,2	12,0	2,3	146
4	Каша рассыпчатая гречневая	180	10,4	9,4	51,1	335
5	Компот из плодов сухих	200	0,6	0,0	31,4	124
6	Хлеб из муки пшеничной	40	2,7	0,8	17,6	88
	Итого:	870	30,2	28,0	128,2	851
	Стоимость рациона, руб.:	138,85				

Зав. производством _____

Экономист по ценам _____

«Согласовано»

Директор



«Утверждено»

Директор ООО «Комбинат питания»



МЕНЮ на «17» марта 2026

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность ккал
Обед (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Огурцы соленые (порционно)	60	3,0	0,2	8,3	44
2	Борщ с капустой и картофелем со сметаной прокипяченной	210	2,1	7,2	11,0	117
3	Биточки рубленные куриные	90	14,5	13,6	13,6	236
4	Горох отварной	150	14,1	6,9	33,5	255
5	Компот из плодов сухих	200	0,6	0,0	31,4	124
6	Хлеб из муки пшеничной	30	2,0	0,6	13,2	66
	Итого:	740	36,3	28,5	111,0	842
	Стоимость рациона, руб.:	138,85				
Обед (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Огурцы соленые (порционно)	100	5,0	0,3	13,8	72
2	Борщ с капустой и картофелем со сметаной прокипяченной	260	2,6	8,9	13,6	145
3	Биточки рубленные куриные	100	16,1	15,1	15,1	262
4	Горох отварной	180	16,9	8,3	40,2	306
5	Компот из плодов сухих	200	0,6	0,0	31,4	124
6	Хлеб из муки пшеничной	30	2,0	0,6	13,2	66
	Итого:	870	43,2	33,2	127,3	975
	Стоимость рациона, руб.:	138,85				

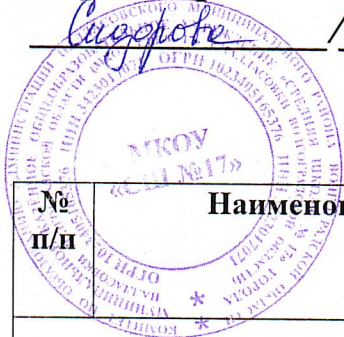
Зав. производством _____

Экономист по ценам _____

«Согласовано»

Директор

Сидорова



Сидорова

«Утверждаю»

Директор ООО «Комбинат питания»

Муромцева Н.А.



МЕНЮ на «13» марта 2026 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энергет ическая ценность ккал
Обед (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Капуста квашеная (порционно)	60	3,0	0,2	8,3	44
2	Суп картофельный с крупой	200	1,6	3,2	9,6	95
3	Рагу из мяса птицы	200	15,1	19,3	24,9	314
4	Компот из плодов сухих	200	0,6	0,0	31,4	124
5	Хлеб из муки пшеничной	60	4,0	1,2	26,4	132
	Итого:	720	24,3	23,9	100,6	709
	Стоимость рациона, руб:	138,85				
Обед (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Капуста квашеная (порционно)	100	5,0	0,3	13,8	72
2	Суп картофельный с крупой	250	2,0	4,0	12,0	119
3	Рагу из мяса птицы	220	18,1	22,1	32,1	372
4	Компот из плодов сухих	200	0,6	0,0	31,4	124
5	Хлеб из муки пшеничной	60	4,0	1,2	26,4	132
	Итого:	830	29,7	27,5	115,	819
	Стоимость рациона, руб:	138,85				

Зав. производством _____

Экономист по ценам _____

«Согласовано»

Директор

Сидорова

«Утверждено»

Директор ООО «Комбинат питания»

Мундашева Н.А.

МЕНЮ на «16» марта 2026 г.

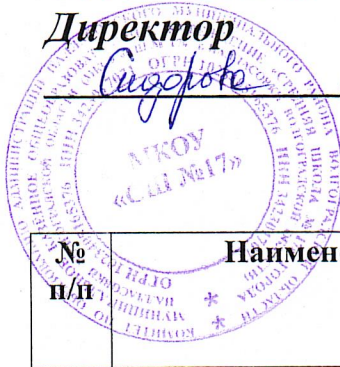
№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность ккал
Обед (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Огурцы соленые (порционно)	60	3,0	0,2	8,3	44
2	Щи «Новгородские» со сметаной прокипяченной	210	2,9	5,4	8,3	91
3	Котлеты, биточки, шницели (из говядины)	90	12,4	14,8	11,8	231
4	Рис с овощами	150	3,5	3,6	33,5	180
5	Компот из плодов сухих	200	0,6	0,0	31,4	124
6	Хлеб из муки пшеничной	40	2,7	0,8	17,6	88
	Итого:	750	25,1	24,8	110,9	758
	Стоимость рациона, руб.:	138,85				
Обед (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Огурцы соленые (порционно)	100	5,0	0,3	13,8	72
2	Щи «Новгородские» со сметаной прокипяченной	260	3,4	6,7	10,3	113
3	Котлеты, биточки, шницели (из говядины)	100	13,8	16,4	13,1	257
4	Рис с овощами	180	4,2	4,3	40,2	216
5	Компот из плодов сухих	200	0,6	0,0	31,4	124
6	Хлеб из муки пшеничной	30	2,0	0,6	13,2	66
	Итого:	870	29,0	28,3	122,0	848
	Стоимость рациона, руб.:	138,85				

Зав. производством _____

Экономист по ценам _____

«Согласовано»

Директор



Сидорова

/ *Сидорова* /

«Утверждено»

Директор ООО «Комбинат питания»



Мундальева Н.А.

МЕНЮ на «14» марта 2026 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность ккал
Обед (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Свекла вареная (порционно)	60	3,0	0,2	8,3	44
2	Суп картофельный с горохом	200	5,0	5,5	17,8	134
3	Голубцы ленивые с соусом сметанным с томатом	110	9,8	12,6	15,0	164
4	Каша вязкая пшеничная	150	4,1	4,2	24,6	153
5	Компот из плодов сухих	200	0,6	0,0	31,4	124
6	Хлеб из муки пшеничной	60	4,0	1,2	26,4	132
	Итого:	780	26,5	23,7	123,5	751
	Стоимость рациона, руб.:	138,85				
Обед (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Свекла вареная (порционно)	100	5,0	0,3	13,8	72
2	Суп картофельный с горохом	250	6,3	7,8	22,3	168
3	Голубцы ленивые с соусом сметанным с томатом	110	9,8	12,6	15,0	164
4	Каша вязкая пшеничная	180	4,9	5,0	29,5	184
5	Компот из плодов сухих	200	0,6	0,0	31,4	124
6	Хлеб из муки пшеничной	60	4,0	1,2	26,4	132
	Итого:	900	30,6	26,9	138,4	844
	Стоимость рациона, руб.:	138,85				

Зав. производством _____

Экономист по ценам _____

«Согласовано»

Директор

Сидорова / Сидорова

«Утверждено»

Директор ООО «Комбинат питания»

Мундашева Н.А.

МЕНЮ на «18» марта 2026 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность ккал
Обед (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Огурцы соленые (порционно)	60	0,9	0,1	5,3	26
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,3	2,0	16,8	96
3	Плов из птицы	200	16,4	19,9	34,8	354
4	Компот из плодов сухих	200	0,6	0,0	31,4	124
5	Хлеб из муки пшеничной	50	3,4	1,0	22,0	110
	Итого:	710	23,6	23,0	110,3	710
	Стоимость рациона, руб.:	138,85				
Обед (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Огурцы соленые (порционно)	100	1,5	0,2	8,8	43
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,9	2,5	21,0	120
3	Плов из птицы	220	20,4	24,1	45,9	454
4	Компот из плодов сухих	200	0,6	0,0	31,4	124
5	Хлеб из муки пшеничной	40	2,7	0,8	17,6	88
	Итого:	810	28,1	27,6	124,7	829
	Стоимость рациона, руб.:	138,85				

Зав. производством _____

Экономист по ценам _____

«Согласовано»

Директор



Сидорова

Сидорова

«Утверждаю»

Директор ООО «Комбинат питания»



Муношьева Н.А./

МЕНЮ на «19» марта 2026 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность ккал
Обед (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Капуста квашеная (порционно)	60	3,0	0,2	8,3	44
2	Суп картофельный с клецками со сметаной прокипяченной	210	2,0	5,8	10,4	104
3	Гуляш из мяса птицы	100	8,4	10,3	9,4	126
4	Макаронные изделия отварные	150	5,3	6,2	35,3	221
5	Компот из плодов сухих	200	0,6	0,0	31,4	124
6	Хлеб из пшеничной муки	60	4,0	1,2	26,4	132
	Итого:	780	23,3	23,7	121,2	751
	Стоимость рациона, руб.:	138,85				
Обед (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Капуста квашеная (порционно)	100	5,0	0,3	13,8	72
2	Суп картофельный с клецками со сметаной прокипяченной	260	5,5	9,2	12,9	139
3	Гуляш из мяса птицы	100	8,4	10,3	9,4	126
4	Макаронные изделия отварные	180	6,4	7,4	42,4	265
5	Компот из плодов сухих	200	0,6	0,0	31,4	124
6	Хлеб из пшеничной муки	60	4,0	1,2	26,4	132
	Итого:	900	29,9	28,4	136,3	858
	Стоимость рациона, руб.:	138,85				

Зав. производством _____

Экономист по ценам _____

«Согласовано»

Директор

Сидорова / Сидорова /

«Утверждаю»

Директор ООО «Комбинат питания»

Мундашева Н.А./

МЕНЮ на «20» марта 2026 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность ккал
Обед (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Огурцы соленые (порционно)	60	3,0	0,2	8,3	44
2	Борщ с капустой и картофелем со сметаной прокипяченной	210	2,1	7,2	11,0	117
3	Пельмени мясные отварные со сметаной	200	16,8	18,6	35,3	376
4	Компот из плодов сухих	200	0,6	0,0	31,4	124
5	Хлеб из муки пшеничной	50	3,4	1,0	22,0	110
	Итого:	720	25,9	27,0	108,0	771
	Стоимость рациона, руб.:	138,85				
Обед (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Огурцы соленые (порционно)	100	5,0	0,3	13,8	72
2	Борщ с капустой и картофелем со сметаной прокипяченной	260	2,6	8,9	13,6	145
3	Пельмени мясные отварные со сметаной	200	16,8	18,6	35,3	376
4	Компот из плодов сухих	200	0,6	0,0	31,4	124
5	Хлеб из муки пшеничной	50	3,4	1,0	22,0	110
	Итого:	810	28,4	28,8	116,1	817
	Стоимость рациона, руб.:	138,85				

Зав. производством _____

Экономист по ценам _____