*«Согласовано»*
*Директор*
_____ /Сидорова С.Г./

*«Утверждаю»*
*ИП Чекунков О.А.*
_____ /О.А.Чекунков/

# МЕНЮ на «18» сентября 2026 г.

| № п/п | Наименование блюда | Выход, г | Белки,г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Завтрак (возрастная категория 7-11 лет)** | | | | | | |
| 1 | Бутерброд с сыром | 50 | 6,1 | 8,7 | 14,8 | 162 |
| 2 | Каша «Дружба» | 150 | 6,5 | 8,3 | 25,1 | 211 |
| 3 | Яблоко свежее | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 |
| 4 | Кофейный напиток злаковый на молоке | 200 | 3,0 | 1,8 | 26,0 | 124 |
| | **Итого:** | **500** | **16,0** | **19,2** | **75,7** | **541** |
| | **Стоимость рациона, руб.:** | **138,85** | | | | |
| **Завтрак (возрастная категория 12 лет и старше)** | | | | | | |
| 1 | Бутерброд с сыром | 50 | 6,1 | 8,7 | 14,8 | 162 |
| 2 | Каша «Дружба» | 200 | 8,6 | 11,1 | 33,5 | 281 |
| 3 | Яблоко свежее | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 |
| 4 | Кофейный напиток злаковый на молоке | 200 | 3,0 | 1,8 | 26,0 | 124 |
| | **Итого:** | **550** | **18,1** | **22,0** | **84,1** | **611** |
| | **Стоимость рациона, руб.:** | **138,85** | | | | |

Зав. производством_____

Экономист по ценам_____

*«Согласовано»*
*Директор*
_____ / Сидорова С.Г/

*«Утверждаю»*
*ИП Чекунков О.А.*
_____ /О.А.Чекунков/

# МЕНЮ на «19» сентября 2026 г.

| № п/п | Наименование блюда | Выход, г | Белки,г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Завтрак (возрастная категория 7-11 лет)** | | | | | | |
| 1 | Помидоры свежие | 60 | 0,9 | 0,1 | 5,3 | 26 |
| 2 | Плов из птицы | 200 | 16,4 | 19,9 | 34,8 | 354 |
| 3 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 10,0 | 40 |
| 4 | Хлеб из муки пшеничной | 40 | 2,7 | 0,8 | 17,6 | 88 |
| | **Итого:** | **500** | **20,2** | **20,8** | **67,7** | **508** |
| | **Стоимость рациона, руб:** | **138,85** | | | | |
| **Завтрак (возрастная категория 12 лет и старше)** | | | | | | |
| 1 | Помидоры свежие | 100 | 5,0 | 0,3 | 13,8 | 72 |
| 2 | Плов из птицы | 200 | 16,4 | 19,9 | 34,8 | 354 |
| 3 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 10,0 | 40 |
| 4 | Хлеб из муки пшеничной | 50 | 3,3 | 1,0 | 22,0 | 110 |
| | **Итого:** | **550** | **24,9** | **21,2** | **80,6** | **576** |
| | **Стоимость рациона, руб.:** | **138,85** | | | | |

Зав. производством_____

Экономист по ценам_____

*«Согласовано»*
*Директор*
_____/Сидорова С.Г./

*«Утверждаю»*
*ИП Чекунков О.А.*
_____/О.А.Чекунков

# МЕНЮ на «30» сентября 2026 г.

| № п/п | Наименование блюда | Выход, г | Белки,г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | **Завтрак (возрастная категория 7-11 лет)** | | | | | |
| 1 | Вареники (из полуфабриката промышленного производства) с творогом с соусом молочным | 230 | 23,3 | 15,3 | 45,9 | 368 |
| 2 | Чай фруктовый | 200 | 0,2 | 0,0 | 10,2 | 43 |
| 3 | Кондитерское изделие (печенье) | 30 | 3,8 | 4,1 | 14,0 | 91 |
| 4 | Хлеб из муки пшеничной | 40 | 2,7 | 0,8 | 17,6 | 88 |
| | **Итого:** | **500** | **30,0** | **20,2** | **87,7** | **590** |
| | **Стоимость рациона, руб.:** | **138,85** | | | | |
| | **Завтрак (возрастная категория 12 лет и старше)** | | | | | |
| 1 | Вареники (из полуфабриката промышленного производства) с творогом с соусом молочным | 250 | 25,3 | 16,6 | 49,9 | 400 |
| 2 | Чай фруктовый | 200 | 0,2 | 0,0 | 10,2 | 43 |
| 3 | Кондитерское изделие (печенье) | 50 | 6,3 | 6,8 | 23,3 | 152 |
| 4 | Хлеб из муки пшеничной | 50 | 3,3 | 1,0 | 22,0 | 110 |
| | **Итого:** | **550** | **35,1** | **24,4** | **105,4** | **705** |
| | **Стоимость рациона, руб.:** | **138,85** | | | | |

Зав. производством_____

Экономист по ценам_____

*«Согласовано»*
*Директор*
_____ / Сидорова С.Г /

*«Утверждаю»*
*ИП Чекунков О.А.*
_____ /О.А.Чекунков /

# МЕНЮ на «01» октября 2026 г.

| № п/п | Наименование блюда | Выход, г | Белки,г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Завтрак (возрастная категория 7-11 лет)** | | | | | | |
| 1 | Помидоры свежие | 60 | 0,9 | 0,1 | 5,3 | 26 |
| 2 | Котлеты (из говядины) | 90 | 12,4 | 14,8 | 11,8 | 231 |
| 3 | Горох отварной | 150 | 14,1 | 6,9 | 33,5 | 255 |
| 4 | Чай каркаде с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 58 |
| 5 | Хлеб из муки пшеничной | 30 | 2,1 | 0,6 | 13,2 | 66 |
| | **Итого:** | **530** | **29,7** | **22,4** | **78,8** | **636** |
| | **Стоимость рациона, руб.:** | **138,85** | | | | |
| **Завтрак (возрастная категория 12 лет и старше)** | | | | | | |
| 1 | Помидоры свежие | 100 | 5,0 | 0,3 | 13,8 | 72 |
| 2 | Котлеты (из говядины) | 100 | 13,7 | 16,4 | 13,1 | 256 |
| 3 | Горох отварной | 180 | 16,9 | 8,3 | 40,2 | 306 |
| 4 | Чай каркаде с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 58 |
| 5 | Хлеб из муки пшеничной | 30 | 2,1 | 0,6 | 13,2 | 66 |
| | **Итого:** | **610** | **37,9** | **25,6** | **95,3** | **758** |
| | **Стоимость рациона, руб:** | **138,85** | | | | |

Зав. производством_____

Экономист по ценам_____

*«Согласовано»*
*Директор*
_____ / Сидорова С.Г. /

*«Утверждаю»*
*ИП Чекунков О.А.*
_____ /О.А.Чекунков /

# МЕНЮ на «02» октября 2026 г.

| № п/п | Наименование блюда | Выход, г | Белки,г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Завтрак (возрастная категория 7-11 лет)** | | | | | | |
| 1 | Бутерброд с маслом | 40 | 4,5 | 7,5 | 1409 | 136 |
| 2 | Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным | 160 | 7,5 | 8,9 | 28,3 | 217 |
| 3 | Яблоки свежие | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 |
| 4 | Кофейный напиток злаковый на молоке | 200 | 3,0 | 1,8 | 26,0 | 124 |
| | **Итого:** | **500** | **15,4** | **18,6** | **79,0** | **521** |
| | **Стоимость рациона, руб.:** | **138,85** | | | | |
| **Завтрак (возрастная категория 12 лет и старше)** | | | | | | |
| 1 | Бутерброд с маслом | 40 | 4,5 | 7,5 | 1409 | 136 |
| 2 | Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным | 210 | 10,8 | 11,7 | 37,1 | 284 |
| 3 | Яблоки свежие | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 |
| 4 | Кофейный напиток злаковый на молоке | 200 | 3,0 | 1,8 | 26,0 | 124 |
| | **Итого:** | **550** | **18,7** | **21,4** | **87,8** | **588** |
| | **Стоимость рациона, руб.:** | **138,85** | | | | |

Зав. производством_____

Экономист по ценам_____

*«Согласовано»*
*Директор*
_____ / Сидорова С.Г /

*«Утверждаю»*
*ИП Чекунков О.А.*
_____ /О.А.Чекунков/

# МЕНЮ на «05» октября 2026 г.

| № п/п | Наименование блюда | Выход, г | Белки,г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | **Завтрак (возрастная категория 7-11 лет)** | | | | | |
| 1 | Пельмени мясные отварные со сметаной | 200 | 16,8 | 18,6 | 35,3 | 376 |
| 2 | Яблоки свежие | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 |
| 3 | Чай с лимоном | 200 | 0,1 | 0,0 | 15,2 | 62 |
| 5 | Хлеб из муки пшеничной | 30 | 2,1 | 0,6 | 13,2 | 66 |
| | **Итого:** | **530** | **19,4** | **19,6** | **73,5** | **548** |
| | **Стоимость рациона, руб.:** | **138,85** | | | | |
| | **Завтрак (возрастная категория 12 лет и старше)** | | | | | |
| 1 | Пельмени мясные отварные со сметаной | 200 | 16,8 | 18,6 | 35,3 | 376 |
| 2 | Яблоки свежие | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44 |
| 3 | Чай с лимоном | 200 | 0,1 | 0,0 | 15,2 | 62 |
| 5 | Хлеб из муки пшеничной | 50 | 3,3 | 1,0 | 22,0 | 110 |
| | **Итого:** | **550** | **20,6** | **20,0** | **82,3** | **592** |
| | **Стоимость рациона, руб.:** | **138,85** | | | | |

Зав. производством_____

Экономист по ценам_____

*«Согласовано»*
*Директор*
_____ / Сидорова С.Г. /

*«Утверждаю»*
*ИП Чекунков О.А.*
_____ /О.А.Чекунков/

# МЕНЮ на «06» октября 2026 г.

| № п/п | Наименование блюда | Выход, г | Белки,г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Завтрак (возрастная категория 7-11 лет)** | | | | | | |
| 1 | Помидоры свежие | 60 | 0,9 | 0,1 | 5,3 | 26 |
| 2 | Биточки рыбные любительские | 90 | 11,7 | 10,6 | 8,6 | 179 |
| 3 | Картофель отварной | 150 | 3,6 | 5,8 | 28,6 | 176 |
| 4 | Чай каркаде с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 58 |
| 5 | Хлеб из муки пшеничной | 30 | 2,1 | 0,6 | 13,2 | 66 |
| | **Итого:** | **530** | **18,5** | **17,1** | **70,7** | **505** |
| | **Стоимость рациона, руб.:** | **138,85** | | | | |
| **Завтрак (возрастная категория 12 лет и старше)** | | | | | | |
| 1 | Помидоры свежие | 100 | 5,0 | 0,3 | 13,8 | 72 |
| 2 | Биточки рыбные любительские | 100 | 13,3 | 12,5 | 4,8 | 196 |
| 3 | Картофель отварной | 180 | 4,3 | 7,0 | 35,0 | 211 |
| 4 | Чай каркаде с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 58 |
| 5 | Хлеб из муки пшеничной | 30 | 2,1 | 0,6 | 13,2 | 66 |
| | **Итого:** | **610** | **24,9** | **20,4** | **81,8** | **603** |
| | **Стоимость рациона, руб.:** | **138,85** | | | | |

Зав. производством_____

Экономист по ценам_____

*«Согласовано»*
*Директор*
_____ / Сидорова С.Г /

*«Утверждаю»*
*ИП Чекунков О.А.*
_____ /О.А.Чекунков/

# МЕНЮ на «07» октября 2026 г.

| № п/п | Наименование блюда | Выход, г | Белки,г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Завтрак (возрастная категория 7-11 лет)** | | | | | | |
| 1 | Помидоры свежие | 60 | 0,9 | 0,1 | 5,3 | 26 |
| 2 | Шницель рубленный куриный | 90 | 11,7 | 11,2 | 14,6 | 189 |
| 3 | Рис с овощами | 150 | 3,5 | 4,6 | 33,5 | 180 |
| 4 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 10,0 | 40 |
| 5 | Хлеб из муки пшеничной | 30 | 2,1 | 0,6 | 13,2 | 66 |
| | **Итого:** | **530** | **18,4** | **16,5** | **76,6** | **501** |
| | **Стоимость рациона, руб:** | **138,85** | | | | |
| **Завтрак (возрастная категория 12 лет и старше)** | | | | | | |
| 1 | Помидоры свежие | 100 | 5,0 | 0,3 | 13,8 | 72 |
| 2 | Шницель рубленный куриный | 100 | 13,0 | 12,4 | 16,2 | 210 |
| 3 | Рис с овощами | 180 | 4,2 | 5,3 | 40,2 | 216 |
| 4 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 10,0 | 40 |
| 5 | Хлеб из муки пшеничной | 30 | 2,1 | 0,6 | 13,2 | 66 |
| | **Итого:** | **610** | **24,5** | **18,6** | **93,4** | **604** |
| | **Стоимость рациона, руб:** | **138,85** | | | | |

Зав. производством_____

Экономист по ценам_____

*«Согласовано»*
*Директор* _____ /Сидорова С.Г./

*«Утверждаю»*
*ИП Чекунков О.А.*
_____ /О.А.Чекунков/

# МЕНЮ на «08» октября 2026 г.

| № п/п | Наименование блюда | Выход, г | Белки,г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Завтрак (возрастная категория 7-11 лет)** | | | | | | |
| 1 | Бутерброд с повидлом | 55 | 4,4 | 5,9 | 27,8 | 156 |
| 2 | Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом сливочным | 150 | 6,7 | 7,6 | 24,4 | 156 |
| 3 | Яблоки свежие | 100 | 1,5 | 0,5 | 21,0 | 96 |
| 4 | Кофейный напиток злаковый на молоке | 200 | 3,0 | 1,8 | 26,0 | 124 |
| | **Итого:** | **505** | **15,6** | **15,8** | **99,2** | **532** |
| | **Стоимость рациона, руб.:** | **138,85** | | | | |
| **Завтрак (возрастная категория 12 лет и старше)** | | | | | | |
| 1 | Бутерброд с повидлом | 55 | 4,4 | 5,9 | 27,8 | 156 |
| 2 | Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом сливочным | 200 | 9,1 | 10,3 | 32,5 | 208 |
| 3 | Яблоки свежие | 100 | 1,5 | 0,5 | 21,0 | 96 |
| 4 | Кофейный напиток злаковый на молоке | 200 | 3,0 | 1,8 | 26,0 | 124 |
| | **Итого:** | **555** | **18,0** | **18,5** | **107,3** | **584** |
| | **Стоимость рациона, руб.:** | **138,85** | | | | |

Зав. производством_____

Экономист по ценам_____

*«Согласовано»*
*Директор*
_____ /Сидорова С.Г./

*«Утверждаю»*
*ИП Чекунков О.А.*
_____ /О.А. Чекунков/

# МЕНЮ на «09» октября 2026 г.

| № п/п | Наименование блюда | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Завтрак (возрастная категория 7-11 лет)** | | | | | | |
| 1 | Помидоры свежие | 60 | 0,9 | 0,1 | 5,3 | 26 |
| 2 | Тефтели (2 вариант) из говядины с соусом сметанным с томатом | 90 | 10,0 | 14,1 | 21,6 | 223 |
| 3 | Каша вязкая гречневая | 150 | 4,7 | 5,0 | 22,3 | 169 |
| 4 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 10,0 | 40 |
| 5 | Хлеб из муки пшеничной | 30 | 2,0 | 0,6 | 11,2 | 66 |
| | **Итого:** | **530** | **17,8** | **19,8** | **72,4** | **524** |
| | **Стоимость рациона, руб.:** | **138,85** | | | | |
| **Завтрак (возрастная категория 12 лет и старше)** | | | | | | |
| 1 | Помидоры свежие | 100 | 5,0 | 0,3 | 13,8 | 72 |
| 2 | Тефтели (2 вариант) из говядины с соусом сметанным с томатом | 90 | 10,0 | 14,1 | 21,6 | 223 |
| 3 | Каша вязкая гречневая | 180 | 5,6 | 6,0 | 24,7 | 203 |
| 4 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,0 | 10,0 | 40 |
| 5 | Хлеб из муки пшеничной | 30 | 2,0 | 0,6 | 11,2 | 66 |
| | **Итого:** | **600** | **22,9** | **21,0** | **83,3** | **604** |
| | **Стоимость рациона, руб.:** | **138,85** | | | | |

Зав. производством_____

Экономист по ценам_____