«Согласовано»
Директор _____ /Сидорова СП

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

МЕНЮ на «12» октября 2026 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность ккал
Обед (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Помидоры свежие	60	0,9	0,1	5,3	26
2	Суп картофельный с горохом	200	5,0	5,5	17,8	134
3	Котлеты (из говядины)	90	12,4	14,8	11,8	231
4	Рис с овощами	150	3,5	3,6	33,5	180
5	Чай каркаде с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	58
6	Хлеб из муки пшеничной	40	2,7	0,8	17,6	88
	Итого:	**740**	**24,7**	**24,8**	**101,0**	**717**
	Стоимость рациона, руб.:	**138,85**				
Обед (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Помидоры свежие	100	1,5	0,2	8,8	43
2	Суп картофельный с горохом	250	6,3	5,6	22,3	168
3	Котлеты (из говядины)	100	13,8	16,9	13,1	257
4	Рис с овощами	180	4,2	4,3	40,2	216
5	Чай каркаде с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	58
6	Хлеб из муки пшеничной	40	2,7	0,8	17,6	88
	Итого:	**870**	**28,7**	**27,8**	**117**	**830**
	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 «13» октября 2026 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность ккал
Обед (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Помидоры свежие	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	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	Пмидоры свежие	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	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 С.Г.

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

МЕНЮ на «14» октября 2026 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность ккал
Обед (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Помидоры свежие	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	Помидоры свежие	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 _____ / Сидорова С.Г /

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

МЕНЮ на «15» октября 2026 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность ккал
	Обед (возрастная категория 7-11 лет)					
1	Помидоры свежие	60	3,0	0,2	8,3	44
2	Борщ с капустой и картофелем со сметаной прокипяченой	210	2,1	7,2	11,0	117
3	Биточки рубленые 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	Помидоры свежие	100	5,0	0,3	13,8	72
2	Борщ с капустой и картофелем со сметаной прокипяченой	260	2,6	8,9	13,6	145
3	Биточки рубленые 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 СГ/

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

МЕНЮ на «16» октября 2026 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность ккал
	Обед (возрастная категория 7-11 лет)					
1	Помидоры свежие	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	Помидоры свежие	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 СТ /

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

МЕНЮ на «19» октября 2026 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность ккал
Обед (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Помидоры свежие	60	3,0	0,2	8,3	44
2	Щи «Новгородские» со сметаной прокипяченой	210	2,9	5,4	8,3	91
3	Котлеты (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	Помидоры свежие	100	5,0	0,3	13,8	72
2	Щи «Новгородские» со сметаной прокипяченой	260	3,4	6,7	10,3	113
3	Котлеты (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 _____ / Сизорова С.Г /

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

МЕНЮ на «20» октября 2026 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность ккал
Обед (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Помидоры свежие	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	Помидоры свежие	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 С.Г/

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

МЕНЮ на «21» октября 2026 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность ккал
Обед (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Помидоры свежие	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	Помидоры свежие	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 С.Г/

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

МЕНЮ на «12» октября 2026 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность ккал
	Обед (возрастная категория 7-11 лет)					
1	Помидоры свежие	60	3,0	0,2	8,3	44
2	Суп картофельный с клецками со сметаной прокипяченой	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	Помидоры свежие	100	5,0	0,3	13,8	72
2	Суп картофельный с клецками со сметаной прокипяченой	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 С.Г /

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

МЕНЮ на «13» октября 2026 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность ккал
	Обед (возрастная категория 7-11 лет)					
1	Помидоры свежие	60	3,0	0,2	8,3	44
2	Борщ с капустой и картофелем со сметаной прокипяченой	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	Помидоры свежие	100	5,0	0,3	13,8	72
2	Борщ с капустой и картофелем со сметаной прокипяченой	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_____