

Согласовано

Зам.директора МАОУ "Гимназия №41"  
Н.С.Рыбакова



Утверждаю

Директор ООО "Социальное питание"  
М.Б.Некрасова



## Меню для обучающихся 7 - 11 лет на 10 ноября 2025 г

Рацион: Меню для детей 7-11 лет (завтрак, обед)

Неделя: 2

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.				
			Белки	Жиры	Углеводы							
<b>Завтрак</b>												
	<b>Бесплатное горячее питание ЗАВТРАК</b>											
	Каша Дружба (рис, пшено) молочная с маслом	150	9	7	26	159,4	1 139	49,00				
	Йогурт порционный	125	1,8	3	19,6	121	935	35,00				
	Чай с молоком	200	1,36	1	16	88,1	854	10,00				
	Батон	40	2	1	16,66	104,3	693	10,00				
	Яйцо отварное шт	40	4,8	4	0,28	62,8	349,01	12,00				
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>555</b>	<b>18,96</b>	<b>16</b>	<b>78,54</b>	<b>535,6</b>		<b>116,00</b>				
<b>Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД для обучающихся с ОВЗ</b>												
	Каша Дружба (рис, пшено) молочная с маслом	150	9	7	26	159,4	1 139	49,00				
	Йогурт порционный	125	1,8	3	19,6	121	935	35,00				
	Чай с молоком	200	1,36	1	16	88,1	854	10,00				
	Батон	40	2	1	16,66	104,3	693	10,00				
	Яйцо отварное шт	40	4,8	4	0,28	62,8	349,01	12,00				
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>555</b>	<b>18,96</b>	<b>16</b>	<b>78,54</b>	<b>535,6</b>		<b>116,00</b>				
<b>Обед</b>												
	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,69	2	20,78	138,4	1 017	43,00				
	Котлета Деревенская	90	14,69	12	28,5	199,9	1 027,13	67,00				
	Макаронные изделия отварные с	150	6,34	4	37,87	218,5	516	20,00				
	Компот из ягод	200	0,15		17,06	70,4	917,02	15,00				
	Хлеб ржаной	40	2,13	1	19,4	107,6	1 148	5,00				
<b>Итого за Обед</b>		<b>730</b>	<b>27</b>	<b>19</b>	<b>123,61</b>	<b>734,8</b>		<b>150,00</b>				
<b>Обед за родительскую плату</b>												
	Суп картофельный с рыбными	250	3,69	2	20,78	138,4	1 017	43,00				
	Котлета Деревенская	90	14,69	12	28,5	199,9	1 027,13	67,00				
	Макаронные изделия отварные с	150	6,34	4	37,87	218,5	516	20,00				
	Компот из ягод	200	0,15		17,06	70,4	917,02	15,00				
	Хлеб ржаной	40	2,13	1	19,4	107,6	1 148	5,00				
<b>Итого за Обед</b>		<b>730</b>	<b>27</b>	<b>19</b>	<b>123,61</b>	<b>734,8</b>		<b>150,00</b>				
<b>Полдник</b>												
	<b>Полдник за родительскую плату</b>											
	Ватрушка с повидлом	75	4,79	3	50,35	247	938	25,00				
	Молоко кипяченое	200	5,8	6	9,4	120	920	20,00				
<b>Итого за Полдник</b>		<b>275</b>	<b>10,59</b>	<b>9</b>	<b>59,75</b>	<b>367</b>		<b>45,00</b>				
<b>Ужин</b>												
	<b>Дополнительное горячее питание УЖИН</b>											
	Свекла отварная с маслом	100	1,48	8	10,32	115,9	20	15,00				
	Жаркое по-домашнему	200	13,22	12	22,74	260	893,01	58,00				
	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	21,4	113,6	897	5,00				
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00				
<b>Итого за Ужин</b>		<b>540</b>	<b>18,98</b>	<b>22</b>	<b>70,46</b>	<b>553,3</b>		<b>83,00</b>				
<b>Итого за день</b>		<b>2100</b>	<b>75,53</b>	<b>66</b>	<b>332,36</b>	<b>2190,7</b>						

Согласовано

Зам.директора МАОУ "Гимназия № 41"

Н.С.Рыбакова



Утверждаю

Директор ООО "Социальное питание"

М.Б.Некрасова



## Меню для обучающихся 7 - 11 лет на 11 ноября 2025 г

Рацион: Меню для детей 7-11 лет (завтрак, обед)

Неделя: 2

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Рецептуры	Цена, руб.				
			Белки	Жиры	Углеводы							
<b>Завтрак</b>												
	<b>Бесплатное горячее питание ЗАВТРАК</b>											
	Каша овсяная Геркулес жидккая	200	8	7	21,51	221,4	850	51,00				
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00				
	Блинчик с вишней	90	6,88	11	32,1	254	1 687	55,00				
	Батон	30	1,5	1	12,5	78,2	693	5,00				
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>520</b>	<b>16,38</b>	<b>19</b>	<b>82,11</b>	<b>617,4</b>		<b>116,00</b>				
	<b>Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД для обучающихся с ОВЗ</b>											
	Каша овсяная Геркулес жидккая	200	8	7	21,51	221,4	850	51,00				
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00				
	Блинчик с вишней	90	6,88	11	32,1	254	1 687	55,00				
	Батон	30	1,5	1	12,5	78,2	693	5,00				
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>520</b>	<b>16,38</b>	<b>19</b>	<b>82,11</b>	<b>617,4</b>		<b>116,00</b>				
<b>Обед</b>												
	<b>Обед за родительскую плату</b>											
	Рассольник домашний со сметаной	250	1,82	12,5	11,08	123,8	1 175	43,00				
	Плов с мясом птицы	200	18,58	11	38,73	356,2	1 020	83,00				
	Напиток Ягодка	200	0,22		26,73	110,1	930,1	18,00				
	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5	894,01	3,00				
	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8	1 147	3,00				
<b>Итого за Обед</b>		<b>700</b>	<b>24,78</b>	<b>24,5</b>	<b>100,87</b>	<b>715,4</b>		<b>150,00</b>				
<b>Обед</b>												
	<b>Обед за родительскую плату</b>											
	Рассольник домашний со сметаной	250	1,82	12,5	11,08	123,8	1 175	43,00				
	Плов с мясом птицы	200	18,58	11	38,73	356,2	1 020	83,00				
	Напиток Ягодка	200	0,22		26,73	110,1	930,1	18,00				
	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5	894,01	3,00				
	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8	1 147	3,00				
<b>Итого за Обед</b>		<b>700</b>	<b>24,78</b>	<b>24,5</b>	<b>100,87</b>	<b>715,4</b>		<b>150,00</b>				
<b>Полдник</b>												
	<b>Полдник за родительскую плату</b>											
	Кекс творожный	60	6,21	6	24,16	259,5	450,18	35,00				
	Компот из апельсинов	200	0,5		34,14	112	1 441	10,00				
<b>Итого за Полдник</b>		<b>260</b>	<b>6,71</b>	<b>6</b>	<b>58,3</b>	<b>371,5</b>		<b>45,00</b>				
<b>Ужин</b>												
	<b>Дополнительное горячее питание УЖИН</b>											
	Биточек куриный	90	16,74	18		191,7	1 308,02	45,00				
	Капуста тушеная	150	3,95	5	18,7	139,6	999	15,00				
	Компот из апельсинов	200	0,5		34,14	112	1 441	15,00				
	Хлеб пшеничный	35	3,75	2	18,73	99,4	897	4,00				
	Хлеб ржаной	35	2,98	1	16,98	94,2	1 148	4,00				
<b>Итого за Ужин</b>		<b>510</b>	<b>27,92</b>	<b>26</b>	<b>88,55</b>	<b>636,9</b>		<b>83,00</b>				
<b>Итого за день</b>		<b>1990</b>	<b>75,79</b>	<b>75,5</b>	<b>329,83</b>	<b>2341,2</b>						

Согласовано

Зам.директора МАОУ "Гимназия № 41"

Н.С.Рыбакова



Утверждаю  
Директор ООО "Социальное питание"

М.Б.Некрасова



## Меню для обучающихся 7 - 11 лет на 12 ноября 2025 г

Рацион: Меню для детей 7-11 лет (завтрак, обед)

Неделя: 2

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	рецептуры	Цена, руб.				
			Белки	Жиры	Углеводы							
<b>Завтрак</b>												
	<b>Бесплатное горячее питание ЗАВТРАК</b>											
	Макаронные изделия запеченные с	200	14,37	14,9	36,61	342,9	334	66,00				
	Чай с лимоном	200	0,09		15,16	79,8	483	10,00				
	Батон	40	2	1	16,66	104,3	693	10,00				
	Фрукты свежие	120	0,48		11,76	56,4	976,04	30,00				
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>560</b>	<b>16,94</b>	<b>15,9</b>	<b>80,19</b>	<b>583,4</b>		<b>116,00</b>				
<b>Завтрак</b>												
	<b>Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД для обучающихся с ОВЗ</b>											
	Макаронные изделия запеченные с	200	14,37	14,9	36,61	342,9	334	66,00				
	Чай с лимоном	200	0,09		15,16	79,8	483	10,00				
	Батон	40	2	1	16,66	104,3	693	10,00				
	Фрукты свежие	120	0,48		11,76	56,4	976,04	30,00				
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>560</b>	<b>16,94</b>	<b>15,9</b>	<b>80,19</b>	<b>583,4</b>		<b>116,00</b>				
<b>Обед</b>												
	<b>Обед за родительскую плату</b>											
	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	2,54	6	17,28	136,7	1 058	23,00				
	Мясо свинины отварное	10	2,31	3	3	35,2	1 053,02	20,00				
	Биточек куриный	90	13,74	15	8	191,7	1 308,02	45,00				
	Булгур с овощами	150	1,52		29,77	142,1	1 000,05	36,00				
	Напиток из плодов шиповника	200	0,14		18,2	66	705	20,00				
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71	897	3,00				
	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	67,3	1 148	3,00				
<b>Итого за Обед</b>		<b>750</b>	<b>25,06</b>	<b>26</b>	<b>101,76</b>	<b>710</b>		<b>150,00</b>				
<b>Обед</b>												
	<b>Обед за родительскую плату</b>											
	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	2,54	6	17,28	136,7	1 058	23,00				
	Мясо свинины отварное	10	2,31	3	3	35,2	1 053,02	20,00				
	Биточек куриный	90	13,74	15	8	191,7	1 308,02	45,00				
	Булгур с овощами	150	1,52		29,77	142,1	1 000,05	36,00				
	Напиток из плодов шиповника	200	0,14		18,2	66	705	20,00				
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71	897	3,00				
	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	67,3	1 148	3,00				
<b>Итого за Обед</b>		<b>750</b>	<b>25,06</b>	<b>26</b>	<b>101,76</b>	<b>710</b>		<b>150,00</b>				
<b>Полдник</b>												
	<b>Полдник за родительскую плату</b>											
	Слойка с яблоком	90	98,98	180	990,09	226,4	806,16	40,00				
	Чай с сахаром	200			10,97	59,9	828	5,00				
<b>Итого за Полдник</b>		<b>290</b>	<b>98,98</b>	<b>180</b>	<b>1001,06</b>	<b>286,3</b>		<b>45,00</b>				
<b>Ужин</b>												
	<b>Дополнительное горячее питание УЖИН</b>											
	Котлета Московская	90	12	10	10,35	162	1 027,6	42,00				
	Рис припущеный	180	4,32	7	44,46	264,5	512	18,00				
	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	21,4	113,6	897	5,00				
	Напиток апельсиновый	200	0,14		20,24	82,3	925	18,00				
<b>Итого за Ужин</b>		<b>510</b>	<b>20,74</b>	<b>19</b>	<b>96,45</b>	<b>622,4</b>		<b>83,00</b>				
<b>Итого за день</b>		<b>2110</b>	<b>161,72</b>	<b>240,9</b>	<b>1279,46</b>	<b>2202,1</b>						

Согласовано

Зам.директора МАОУ "Гимназия № 41  
Н.С.Рыбакова

Утверждаю

Директор ООО "Социальное питание"  
М.Б.Некрасова

## Меню для обучающихся 7 - 11 лет на 13 ноября 2025 г

Рацион: Меню для детей 7-11 лет (завтрак, обед)

Неделя: 2

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>Завтрак</b>	Каша пшеничная молочная жидккая с	150	4,3	6	22	162	883	34,00
	Запеканка из творога	120	11,05	9	16,58	176,4	1 559,04	60,00
	Молоко сгущенное	30	2,37	3	14,32	96,3	902	10,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00
	Батон	30	1,5	1	12,5	78,2	693	7,00
<b>Итого за Завтрак</b>		530	19,22	19	81,4	576,7		<b>82,00</b>
<b>Завтрак</b>	<b>Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД для обучающихся с ОВЗ</b>							
	Каша пшеничная молочная жидккая с	150	4,3	6	22	162	883	34,00
	Запеканка из творога	120	11,05	9	16,58	176,4	1 559,04	60,00
	Молоко сгущенное	30	2,37	3	14,32	96,3	902	10,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00
<b>Итого за Завтрак</b>		530	19,22	19	81,4	576,7		<b>116,00</b>
<b>Обед</b>								
	Борщ с капустой, картофелем и	250	1,6	6	15	104,5	1 021	43,00
	Птица запеченная	90	19,75	16	21,44	259,9	1 237	56,00
	Картофель отварной	150	0,45	1	23,64	224,7	518	25,00
	Компот из кураги	200	0,16		19,54	20,2	932	20,00
	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5	894,01	3,00
	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8	1 147	3,00
<b>Итого за Обед</b>		740	26,12	24	103,95	734,6		<b>150,00</b>
<b>Обед</b>	<b>Обед за родительскую плату</b>							
	Борщ с капустой, картофелем и	250	1,6	6	15	104,5	1 021	43,00
	Птица запеченная	90	19,75	16	21,44	259,9	1 237	56,00
	Картофель отварной	150	0,45	1	23,64	224,7	518	25,00
	Компот из кураги	200	0,16		19,54	20,2	932	20,00
	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5	894,01	3,00
	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8	1 147	3,00
<b>Итого за Обед</b>		740	26,12	24	103,95	734,6		<b>150,00</b>
<b>Полдник</b>	<b>Полдник за родительскую плату</b>							
	Булочка ванильная	100	8,47	9	57,5	342,6	767	15,00
	Сок натуральный	200			22,4	95	707	30,00
<b>Итого за Полдник</b>		300	8,47	9	79,9	437,6		<b>45,00</b>
<b>Ужин</b>	<b>Дополнительное горячее питание УЖИН</b>							
	Котлета Деревенская	90	14,69	12	8,5	199,9	1 027,13	52,00
	Макаронные изделия отварные	150	6,21	3	37,16	199,1	6,57	20,00
	Хлеб пшеничный	30	3,21	1	16,05	85,2	897	3,00
	Хлеб ржаной	30	2,55	1	14,55	80,7	1 148	3,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00
<b>Итого за Ужин</b>		500	26,66	17	92,26	628,7		<b>83,00</b>
<b>Итого за день</b>		2070	80,47	69	357,51	2377,6		

Согласовано

Зам.директора МАОУ "Гимназия № 41"

Н.С.Рыбакова



Утверждаю

Директор ООО "Социальное питание"

М.Б.Некрасова



## Меню для обучающихся 7 - 11 лет на 14 ноября 2025 г

Рацион: Меню для детей 7-11 лет (завтрак, обед)

Неделя: 2

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.				
			Белки	Жиры	Углеводы							
<b>Завтрак</b>												
	<b>Бесплатное горячее питание ЗАВТРАК</b>											
	Суфле Рыбка (минтай)	50	7,63	7	7,39	165,2	1 197	35,00				
	Пюре картофельное	150	3,26	5	22,03	147	995	21,00				
	Чай с сахаром	200			10,97	59,9	828	5,00				
	Батон	40	2	1	16,66	104,3	693	10,00				
	Кекс творожный	60	6,21	6	24,16	259,5	450,18	45,00				
<b>Итого за Завтрак</b>		500	19,1	19	81,21	735,9		<b>116,00</b>				
<b>Завтрак</b>												
	<b>Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД для обучающихся с ОВЗ</b>											
	Суфле Рыбка (минтай)	50	7,63	7	7,39	165,2	1 197	35,00				
	Пюре картофельное	150	3,26	5	22,03	147	995	21,00				
	Чай с сахаром	200			10,97	59,9	828	5,00				
	Батон	40	2	1	16,66	104,3	693	10,00				
	Кекс творожный	60	6,21	6	24,16	259,5	450,18	45,00				
<b>Итого за Завтрак</b>		500	19,1	19	81,21	735,9		<b>116,00</b>				
<b>Обед</b>												
	<b>Обед за родительскую плату</b>											
	Суп-лапша на курином бульоне	250	4,48	6	15,3	137,6	1 015	43,00				
	Гуляш из мяса свинины	90	8,06	13	3,25	212,7	437,06	63,00				
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,32	6	48,62	284,6	998	20,00				
	Компот из яблок и ягод	200	0,04		13,68	15,3	1 802	18,00				
	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	67,3	1 148	3,00				
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71	897	3,00				
<b>Итого за Обед</b>		740	26,71	27	106,36	788,5		<b>150,00</b>				
<b>Обед</b>												
	<b>Обед за родительскую плату</b>											
	Суп-лапша на курином бульоне	250	4,48	6	15,3	137,6	1 015	43,00				
	Гуляш из мяса свинины	90	8,06	13	3,25	212,7	437,06	63,00				
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,32	6	48,62	284,6	998	20,00				
	Компот из яблок и ягод	200	0,04		13,68	15,3	1 802	18,00				
	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	67,3	1 148	3,00				
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71	897	3,00				
<b>Итого за Обед</b>		740	26,71	27	106,36	788,5		<b>150,00</b>				
<b>Полдник</b>												
	<b>Полдник за родительскую плату</b>											
	Пицца с курицей и консерв огурцами	100	12,62	11	26,8	393,5	14 506	40,00				
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00				
<b>Итого за Полдник</b>		300	12,62	11	42,8	457,3		<b>45,00</b>				
<b>Ужин</b>												
	<b>Дополнительное горячее питание УЖИН</b>											
	Котлета Полтавская	90	14,77	19	0,16	164,6	1 308,04	53,00				
	Рагу из овощей	180	3,85	8	25,46	188,7	959	20,00				
	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	21,4	113,6	897	5,00				
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00				
<b>Итого за Ужин</b>		510	22,9	29	63,02	530,7		<b>83,00</b>				
<b>Итого за день</b>		2050	81,33	86	293,39	2512,4						