

Согласовано

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

Н.С.Рыбакова



Меню для обучающихся 7 - 11 лет на 15 декабря 2025 г

Утверждаю
Директор ООО "Социальное питание"
М.Б.Некрасова

М.Б.Некрасова

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

Неделя: 1

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Бесплатное горячее питание ЗАВТРАК							
	Омлет запеченный или паровой	200	13	12	3,8	305,3	891	79,00
	Батон	40	2	1	16,66	104,3	693	7,00
	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9	686	10,00
	Печенье детское	60	4,1	6	44,64	244,2	1 141,09	20,00
Итого за Завтрак		500	19,16	19	80,26	713,7		116,00
	Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД для обучающихся с ОВЗ							
	Омлет запеченный или паровой	200	13	12	3,8	305,3	891	79,00
	Батон	40	2	1	16,66	104,3	693	7,00
	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9	686	10,00
	Печенье детское	60	4,1	6	44,64	244,2	1 141,09	20,00
Итого за Завтрак		500	19,16	19	80,26	713,7		116,00
Обед	Обед							
	Суп с вермишелью	250	5,42	2,8	17,43	100,8	1 039	23,00
	Мясо свинины отварное	10	2,31	3		35,2	1 053,02	20,00
	Плов со свининой	200	12,76	17	44,8	368	1 018	82,00
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7	928	20,00
	Хлеб ржаной	40	3,4	1	19,4	107,6	1 148	5,00
Итого за Обед		700	24,24	23,8	105,99	713,3		150,00
Обед	Обед за родительскую плату							
	Суп с вермишелью	250	5,42	2,8	17,43	100,8	1 039	23,00
	Мясо свинины отварное	10	2,31	3		35,2	1 053,02	20,00
	Плов со свининой	200	12,76	17	44,8	368	1 018	82,00
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7	928	20,00
	Хлеб ржаной	40	3,4	1	19,4	107,6	1 148	5,00
Итого за Обед		700	24,24	23,8	105,99	713,3		150,00
Полдник	Полдник за родительскую плату							
	Булочка ванильная	100	8,47	9	57,5	342,6	767	15,00
	Кисломолочный продукт	200	5,8	5	8	106	914	30,00
Итого за Полдник		300	14,27	14	65,5	448,6		45,00
Ужин	Дополнительное горячее питание УЖИН							
	Огурцы свежие порционно	30	0,24		0,84	4,5	836	10,00
	Котлета Деревенская	90	14,69	12	8,5	199,9	1 027,13	43,00
	Макаронные изделия отварные	150	6,21	3	37,16	199,1	6,57	20,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00
	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	21,4	113,6	897	5,00
Итого за Ужин		510	25,42	17	83,9	580,9		83,00
Итого за день		2010	83,09	73,8	335,65	2456,5		

Согласовано

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



**Меню для обучающихся 7 - 11 лет
на 16 декабря 2025 г**



Утверждаю

Директор ООО "Социальное питание"

М.Б.Некрасова

(лист 2)

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

Неделя: 1

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.			
			Белки	Жиры	Углеводы						
Завтрак											
			Бесплатное горячее питание ЗАВТРАК								
	Котлета Московская	90	12	10	10,35	162	1 027,6	76,00			
	Рис припущеный	150	3,6	6	37,05	220,4	512	20,00			
	Огурцы соленые порционно	30	0,24		0,84	4,5	836	10,00			
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00			
	Батон	30	1	1	8,33	52,2	693	5,00			
	Итого за Завтрак	500	16,84	17	72,57	502,9		116,00			
			Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД для обучающихся с ОВЗ								
	Котлета Московская	90	12	10	10,35	162	1 027,6	76,00			
	Рис припущеный	150	3,6	6	37,05	220,4	512	20,00			
	Огурцы соленые порционно	30	0,24		0,84	4,5	836	10,00			
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00			
	Батон	30	1	1	8,33	52,2	693	5,00			
	Итого за Завтрак	500	16,84	17	72,57	502,9		116,00			
Обед											
			Обед за родительскую плату								
	Борщ с капустой и картофелем, мясом, сметаной	250	4,65	9	12,54	123,2	1 021,15	43,00			
	Жаркое по-домашнему	200	13,22	12	42,74	383,4	893,01	79,00			
	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85	61,1	930	20,00			
	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	21,4	71	897	5,00			
	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	67,3	1 147	3,00			
	Итого за Обед	715	24,4	24	103,66	706		150,00			
Обед											
			Обед за родительскую плату								
	Борщ с капустой и картофелем,	250	4,65	9	12,54	123,2	1 021,15	43,00			
	Жаркое по-домашнему	200	13,22	12	42,74	383,4	893,01	79,00			
	Напиток Ягодка	200	0,12		14,85	61,1	930	20,00			
	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	21,4	71	897	5,00			
	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	67,3	1 147	3,00			
	Итого за Обед	715	24,4	24	103,66	706		150,00			
Полдник											
			Полдник за родительскую плату								
	Крендель песочный с сахаром	75	5,89	13	56,09	366,1	838	15,00			
	Сок натуральный	200			22,4	95	707	30,00			
	Итого за Полдник	275	5,89	13	78,49	461,1		45,00			
Ужин											
			Дополнительное горячее питание УЖИН								
	Котлета Полтавская	90	14,77	19	0,16	164,6	1 308,04	53,00			
	Каша гречневая вязкая	150	6,53	6	27,95	170,8	845,03	15,00			
	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9	686	10,00			
	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	21,4	113,6	897	5,00			
	Итого за Ужин	480	25,64	27	64,67	508,9		83,00			
	Итого за день	1970	72,77	81	319,39	2178,9					

Согласовано

Зам.директора МАОУ "Гимназия № 41"

Н.С.Рыбакова

Утверждаю

Директор ООО "Социальное питание"

Б. Некрасова

.DICKENS

1000

Меню для обучающихся 7 - 11 лет на 17 декабря 2025 г



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

Неделя: 1

День: среда

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



Утверждаю
Директор ООО "Социальное питание"
М.Б.Некрасова

Меню для обучающихся 7 - 11 лет на 18 декабря 2025 г

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

Неделя: 1

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
Бесплатное горячее питание ЗАВТРАК								
Завтрак	Суп молочный с вермишелью	200	9,42	7	16,82	198,2	1 284	45,00
	Бутерброд с сыром	40	5,58	9	18,8	162,7	810	25,00
	Чай с лимоном	200	0,09		15,16	79,8	483	10,00
	Фрукты свежие	100	0,4		19,8	86	976,04	36,00
		540	15,49	16	70,58	526,7		116,00
Итого за Завтрак								
Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАКИ ОБЕД для обучающихся с ОВЗ								
Завтрак	Суп молочный с вермишелью	200	9,42	7	16,82	198,2	1 284	45,00
	Бутерброд с сыром	40	5,58	9	18,8	162,7	810	25,00
	Чай с лимоном	200	0,09		15,16	79,8	483	10,00
	Фрукты свежие	100	0,4		19,8	86	976,04	36,00
		540	15,49	16	70,58	526,7		116,00
Итого за Завтрак								
Обед								
	Ши из свежей капусты с картофелем	250	4,21	9,0	9,14	167,7	124	23,00
	Мясо свинины отварное	10	2,31	3,0	4	35,2	1 053,02	20,00
	Котлета рыбная Дружба	90	11,8	8,0	25,46	109,7	830,01	56,00
	Пюре картофельное	150	3,26	5,0	22,03	157,4	995	30,00
	Компот из свежих яблок	200	0,16		23,88	99,1	912	15,00
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1,0	13,38	71	897	3,00
	Хлеб ржаной	25	2,13	1,0	12,13	67,3	1 148	3,00
		750	26,55	27	110,02	707,4		150,00
Итого за Обед								
Обед								
	Ши из свежей капусты с картофелем	250	4,21	9,0	9,14	167,7	124	23,00
	Мясо свинины отварное	10	2,31	3,0	4	35,2	1 053,02	20,00
	Котлета рыбная Дружба	90	11,8	8,0	25,46	109,7	830,01	56,00
	Пюре картофельное	150	3,26	5,0	22,03	157,4	995	30,00
	Компот из свежих яблок	200	0,16		23,88	99,1	912	15,00
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1,0	13,38	71	897	3,00
	Хлеб ржаной	25	2,13	1,0	12,13	67,3	1 148	3,00
		750	26,55	27	110,02	707,4		150,00
Итого за Обед								
Полдник								
	Полдник за родительскую плату							
	Ватрушка со сметаной	60	7	11	41,23	269,4	861	25,00
	Компот из свежих плодов	200	0,16		4,78	19,8	390	20,00
		260	7,16	11	46,01	289,2		45,00
Итого за Полдник								
Ужин								
	Дополнительное горячее питание УЖИН							
	Ragu из птицы	200	17,93	9	19,3	245,1	1 071	58,00
	Напиток лимонный	200	0,03		3,89	18,6	699	15,00
	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	21,4	113,6	897	5,00
	Хлеб ржаной	40	3,4	1	19,4	107,6	1 148	5,00
		480	25,64	12	63,99	484,9		83,00
Итого за Ужин								
Итого за день								
		2030	74,84	66	290,6	2008,2		

Согласовано

Зам.директора МАОУ "Гимназия № 41"

Н.С.Рыбакова

114

Утверждаю

Директор ООО "Социальное питание"

М.Б.Некрасова

Меню для обучающихся 7 - 11 лет

на 19 декабря 2025 г

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

Неделя: 1

День: пятница 111667

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Бесплатное горячее питание ЗАВТРАК							
	Каша пшеничная молочная жидккая с маслом сливочным	200	7,9	9	20,23	200,2	1 013	51,00
	Кекс ванильный с изюмом	60	6,21	6	30,16	259,5	450,19	50,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00
	Батон	40	2	1	16,66	104,3	693	10,00
Итого за Завтрак		500	16,11	16	83,05	627,8		116,00
Завтрак	Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД для обучающихся с ОВЗ							
	Каша пшеничная молочная жидккая с маслом сливочным	200	7,9	9	20,23	200,2	1 013	51,00
	Кекс ванильный с изюмом	60	6,21	6	30,16	259,5	450,19	50,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00
	Батон	40	2	1	16,66	104,3	693	10,00
Итого за Завтрак		500	16,11	16	83,05	627,8		116,00
Обед								
	Суп картофельный с бобовыми	250	5,88	6	21,48	166,6	139	18,00
	Мясо свинины отварное	10	2,31	3		35,2	1 053,02	20,00
	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40	943	5,00
	Фрикадельки из мяса птицы с соусом	90	9,6	5	2,98	119	1 023	66,00
	Рис припущеный с овощами	150	2,54	8	34,05	225,9	990	20,00
	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
Итого за Обед		200	0,15		17,06	70,4	917,02	15,00
Обед	Обед за родительскую плату							
	Суп картофельный с бобовыми	250	5,88	6	21,48	166,6	139	18,00
	Мясо свинины отварное	10	2,31	3		35,2	1 053,02	20,00
	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40	943	5,00
	Фрикадельки из мяса птицы с соусом	90	9,6	5	2,98	119	1 023	66,00
	Рис припущеный с овощами	150	2,54	8	34,05	225,9	990	20,00
	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
Итого за Обед		200	0,15		17,06	70,4	917,02	15,00
Полдник								
	Полдник за родительскую плату							
	Слойка с клубникой	90	7,52	7	255,71	173,9	1 871	30,00
Итого за Полдник		200	0,03		3,89	18,6	699	15,00
Ужин								
	Дополнительное горячее питание УЖИН							
	Котлета Полтавская	90	14,77	19	0,16	164,6	1 308,04	48,00
	Картофель отварной	150	3,54	8	34,05	225,9	990	25,00
	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	21,4	113,6	897	5,00
Итого за Ужин		200			10,97	59,9	828	5,00
Итого за день		480	22,59	29	66,58	564		83,00
		2030	72,84	76	518,12	2179,7		