

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



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

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Меню завтраков, обедов, полдников для обучающихся 12 лет и старше льготной категории, ОВЗ и за родительскую плату **на 26 ЯНВАРЯ 2026 г**

Рацион: Меню 12 лет и старше 41/1 2025

Неделя: 1

День: понедельник

Рацион: меню 12 лет и старше 4/11/2025								
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Бесплатное двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД (для обучающихся с ОВЗ)							
	Омлет запеченный или паровой	250	25,2	28	8,15	381,6	891	86,00
	Батон	40	2	1	16,66	104,3	693	7,00
	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9	686	12,00
	Печенье детское	60	4,5	6	34	244,2	1 141,09	34,00
Итого за Завтрак		550	31,76	35	73,97	790		139,00
Обед								
	Суп с вермишелью и мясом кур	250	2,42	2	17,43	100,8	1 039,02	47,00
	Биточек куриный	90	16,74	18	4,41	191,7	1 308,02	70,00
	Каша гречневая рассыпчатая	180	11,19	7	58,35	341,5	998	20,00
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62	128,6	705	20,00
	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8	1 148	5,00
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71	897	5,00
Капуста квашеная с маслом и луком	100	1,6	5	8,46	88,2	1 793	15,00	
Итого за Обед		870	37,44	34	149,23	986,6		182,00
ОБЕД за родительскую плату и льготной категории								
Обед								
	Суп с вермишелью и мясом кур	250	2,42	2	17,43	100,8	1 039,02	47,00
	Биточек куриный	90	16,74	18	4,41	191,7	1 308,02	70,00
	Каша гречневая рассыпчатая	180	11,19	7	58,35	341,5	998	20,00
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62	128,6	705	20,00
	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8	1 148	5,00
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71	897	5,00
Капуста квашеная с маслом и луком	100	1,6	5	8,46	88,2	1 793	15,00	
Итого за Обед		870	37,44	34	149,23	986,6		182,00
	Омлет запеченный или паровой	200	20,1	22,4	6,52	305,28	891	64,00
	Батон	40	2	1	16,66	104,3	693	7,00
	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9	686	12,00
	Печенье детское	30	2,25	3	17	244,2	1 141,09	15,00
	Итого за Завтрак		470	24,41	26,4	55,34	713,68	
Полдник	ПОЛДНИК за родительскую плату							
	Булочка ванильная.	100	8,47	9	57,5	342,6	767	18,00
	Кисломолочный продукт	200	5,8	5	8	106	914	30,00
Итого за Полдник		300	14,27	14	65,5	448,6		48,00
Ужин	Дополнительное горячее питание УЖИН							
	Огурцы соленые	30	0,24		0,51	3,9	1 006	12,00
	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	18,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00
	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	33,32	113,6	897	5,00
Итого за Ужин		510	25,42	17	95,49	580,3		83,00
Итого за день		2 230	108,89	100	384,19	2805,5		

Согласовано:

Зам. директора МАОУ "Гимназия № 41"

Н.С. Рыбакова

Утверждаю,

Директор

"Социальное питание"

М.Б. Некрасова



Приложение 8 к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Меню завтраков, обедов, полдников для обучающихся 12 лет и старше льготной категории, ОВЗ и за родительскую плату

на 27 ЯНВАРЯ 2026 г

Рацион: Меню 12 лет и старше 41/1 2025

Неделя: 1

День: вторник

Рацион: меню 12 лет и старше 4/1/1 2025								
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Бесплатное двухразовое питание ЗАВТРАК и ОБЕД (для обучающихся с ОВЗ)							
	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	250	7,03	7	39,61	244,5	235,05	61,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	7,00
	Бутерброд с маслом сливочным	50	2,63	15	13,6	230	808	30,00
	Фрукты свежие	100	0,4		9,8	47	976,04	41,00
	Итого за Завтрак	600	10,06	22	79,01	585,3		139,00
Обед								
	Суп "Детский"	250	13,09	13	22,51	257,7	1 180,01	47,00
	Суфле из творога	180	16,08	15	20	312,6	1 478	82,00
	Молоко сгущенное	30	2,37	3	14,32	96,3	902	10,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	7,00
	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	33,32	113,6	897	5,00
	Бутерброд с сыром	60	8,38	7	20,57	177,4	810	31,00
Итого за Обед	760	44,2	40	126,72	1021,4		182,00	
Обед	ОБЕД за родительскую плату и льготной категории							
	Суп "Детский"	250	13,09	13	22,51	257,7	1 180,01	47,00
	Суфле из творога	180	16,08	15	20	312,6	1 478	82,00
	Молоко сгущенное	30	2,37	3	14,32	96,3	902	10,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	7,00
	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	33,32	113,6	897	5,00
	Бутерброд с сыром	60	8,38	7	20,57	177,4	810	31,00
Итого за Обед	760	44,2	40	126,72	1021,4		182,00	
Завтрак	Завтрак за родительскую плату							
	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	250	7,03	7	39,61	244,5	235,05	61,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	7,00
	Бутерброд с маслом сливочным	50	2,63	15	13,6	230	808	30,00
Итого за Завтрак	500	9,66	22	69,21	538,3	0	98,00	
Полдник	ПОЛДНИК за родительскую плату							
	Крендель песочный с сахаром	75	5,89	13	56,09	366,1	838	20,00
	Сок натуральный	200			22,4	95	707	28,00
Итого за Полдник	275	5,89	13	78,49	461,1		48,00	
Ужин	Дополнительное горячее питание УЖИН							
	Котлета Полтавская	90	14,76	19	1,58	164,6	1 308,04	48,00
	Каша перловая рассыпчатая	150	4,69	5	33,48	199,9	1 000	15,00
	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9	36	10,00
	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	33,32	113,6	897	10,00
Итого за Ужин	480	23,79	26	83,54	538		83,00	
Итого за день		2 115	83,94	101	367,76	2648,8		

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



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

Приложение 8 к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Меню завтраков, обедов, полдников для обучающихся 12 лет и старше льготной категории, ОВЗ и за родительскую плату **на 28 ЯНВАРЯ 2026 г**

Рацион: Меню 12 лет и старше 41/1 2025

Неделя: 1

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Бесплатное двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД (для обучающихся с ОВЗ)							
	Каша пшенная молочная жидкая с	250	8,99	10	39,74	303,3	883	56,00
	Сырники	60	4,2	4	9,15	90,4	1 066,01	59,00
	Молоко сгущенное	20	1,58	2	9,55	64,2	902	10,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	7,00
	Батон	30	1,5	1	12,5	78,2	693	7,00
Итого за Завтрак		560	16,27	17	86,94	599,9		139,00
Обед								
	Борщ с капустой, картофелем и	250	1,91	7	13,68	124,4	1 021	27,00
	Мясо свинины отварное	10	2,31	3		35,2	1 053,02	20,00
	Жаркое по-домашнему	250	16,53	15	28,43	325	893,01	81,00
	Напиток Ягодка	200	0,22		26,73	110,1	930,1	20,00
	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5	894,01	5,00
	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8	1 147	5,00
	Кекс творожный	60	6,21	6	24,16	259,5	450,18	34,00
Итого за Обед		820	31,34	32	117,33	979,5		192,00
Обед	ОБЕД за родительскую плату и льготной категории							
	Борщ с капустой, картофелем и	250	1,91	7	13,68	124,4	1 021	27,00
	Мясо свинины отварное	10	2,31	3		35,2	1 053,02	20,00
	Жаркое по-домашнему	250	16,53	15	28,43	325	893,01	81,00
	Напиток Ягодка	200	0,22		26,73	110,1	930,1	20,00
	Хлеб пшеничный.	25	2,03		12,2	60,5	894,01	5,00
	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8	1 147	5,00
	Кекс творожный	60	6,21	6	24,16	259,5	450,18	34,00
Итого за Обед		820	31,34	32	117,33	979,5		192,00
Завтрак	Завтрак за родительскую плату							
	Каша пшенная молочная жидкая с	250	8,99	10	39,74	303,3	883	56,00
	джем в индивидуальной упаковке	20	1,58	2	9,55	64,2	902	28,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	7,00
	Батон	30	1,5	1	12,5	78,2	693	7,00
	Итого за Завтрак		500	12,07	13	77,79	509,5	
Полдник	ПОЛДНИК за родительскую плату							
	Слойка с яблоком	90	98,98	180	990,09	226,4	806,16	35,00
	Чай с молоком	200	1,36	1	16	88,1	854	13,00
Итого за Полдник		290	100,34	181	1006,09	314,5		48,00
Ужин	Дополнительное горячее питание УЖИН							
	Тефтели рыбные	100	12,49	6	13,14	155,8	1 107,01	43,00
	Рис припущенный с овощами	150	3,54	8	34,05	225,9	990	20,00
	Чай с лимоном	180	0,08		13,64	71,8	483	10,00
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71	897	5,00
	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8	1 148	5,00
Итого за Ужин		480	20,92	16	93,79	589,3		83,00
Итого за день		2 150	73,4	94	370,31	2544,8		



Утверждаю,

Директор

ООО "Социальное питание"

М.Б. Некрасова

Приложение 8 к СанПин 2.3/2.4.5590-20

Меню завтраков, обедов, полдников для обучающихся 12 лет и старше льготной категории, ОВЗ и за родительскую плату
на 29 ЯНВАРЯ 2026 г

Рацион: Меню 12 лет и старше 41/1 2025

Неделя: 1

День: четверг

Рацион: меню 12 лет и старше 4/1/2025								
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Бесплатное двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД (для обучающихся с ОВЗ)							
	Каша геркулесовая молочная с малом сливочным	250	7,04	8	37,3	248,2	174,01	54,00
	Бутерброд с сыром	40	5,58	5	13,71	118,3	810	32,00
	Чай с лимоном	200	0,09		15,16	79,8	483	12,00
	Фрукты свежие	150	0,6	1	14,7	70,5	976,04	41,00
Итого за Завтрак		640	13,31	14	80,87	516,8		139,00
Обед								
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	1,9	6	9,14	132,5	124	27,00
	Мясо свинины отварное	10	2,31	3		35,2	1 053,02	20,00
	Суфле Рыбка (минтай)	100	10,17	10	9,85	220,3	1 197	51,00
	Пюре картофельное	180	3,91	6	26,44	176,3	995	20,00
	Компот из свежих яблок	200	0,11		23,88	99,1	912	20,00
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71	897	5,00
	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8	1 148	5,00
	Свекла отварная с маслом	100	1,48	8	10,32	115,9	20	34,00
Итого за Обед		890	24,69	35	112,59	915,1		182,00
Обед	ОБЕД за родительскую плату и льготной категории							
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	1,9	6	9,14	132,5	124	27,00
	Мясо свинины отварное	10	2,31	3		35,2	1 053,02	20,00
	Суфле Рыбка (минтай)	100	10,17	10	9,85	220,3	1 197	51,00
	Пюре картофельное	180	3,91	6	26,44	176,3	995	20,00
	Компот из свежих яблок	200	0,11		23,88	99,1	912	20,00
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71	897	5,00
	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8	1 148	5,00
	Свекла отварная с маслом	100	1,48	8	10,32	115,9	20	34,00
Итого за Обед		890	24,69	35	112,59	915,1		182,00
Завтрак	Завтрак за родительскую плату							
	Каша геркулесовая молочная с малом сливочным	250	7,04	8	37,3	248,2	174,01	54,00
	Бутерброд с сыром	40	5,58	5	13,71	118,3	810	32,00
	Чай с лимоном	200	0,09		15,16	79,8	483	12,00
Итого за Завтрак		490	12,71	13	66,17	446,3		98,00
Полдник	ПОЛДНИК за родительскую плату							
	Ватрушка со сметаной	60	7	11	41,23	269,4	861	28,00
	Компот из свежих плодов	200	0,03		4,78	19,8	390	20,00
Итого за Полдник		260	7,03	11	46,01	289,2		48,00
Ужин	Дополнительное горячее питание УЖИН							
	Рагу из птицы	200	17,93	9	19,3	245,1	1 371	58,00
	Напиток лимонный	200	0,03		3,89	18,6	699	15,00
	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	33,32	113,6	897	5,00
	Хлеб ржаной	40	3,4	1	19,4	103,6	1 148	5,00
Итого за Ужин		480	25,64	12	75,91	480,9		83,00
Итого за день		2 270	71	72	315	2 202		



Утверждаю,

Директор

ООО "Социальное питание"

М.Б. Некрасова

Приложение 8 к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Меню завтраков, обедов, полдников для обучающихся 12 лет и старше льготной категории, ОВЗ и за родительскую плату
на 30 ЯНВАРЯ 2026 г

Рацион: Меню 12 лет и старше 41/1 2025

Неделя: 1

День: пятница

Рацион: меню 12 лет и старше 4/17/2025								
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Бесплатное двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД (для обучающихся с ОВЗ)							
	Каша пшеничная молочная жидкая с	250	7,51	9	31,53	250,3	1 013	66,00
	Кекс ванильный с изюмом	60	6,88	6	33,72	171,7	450,19	59,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	7,00
	Батон	40	2	1	16,66	104,3	693	7,00
Итого за Завтрак		550	16,39	16	97,91	590,1		139,00
Обед								
	Суп картофельный с бобовыми	250	5,88	6	21,48	166,6	139	27,00
	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
	Филе куриное тушеное в томатном	100	12,94	8	18,91	252,3	1 229	68,00
	Рис припущенный с овощами	180	4,25	10	40,86	271,1	990	20,00
	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8	1 148	5,00
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71	897	5,00
	Компот из ягод	200	0,15		17,06	70,4	917,02	20,00
Крендель песочный с сахаром	75	5,89	13	56,09	366,1	838	12,00	
Итого за Обед		875	37,53	42	195,17	1337,5		182,00
Обед	ОБЕД за родительскую плату и льготной категории							
	Суп картофельный с бобовыми	250	5,88	6	21,48	166,6	139	27,00
	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
	Филе куриное тушеное в томатном	100	12,94	8	18,91	252,3	1 229	68,00
	Рис припущенный с овощами	180	4,25	10	40,86	271,1	990	20,00
	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8	1 148	5,00
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71	897	5,00
	Компот из ягод	200	0,15		17,06	70,4	917,02	20,00
Крендель песочный с сахаром	75	5,89	13	56,09	366,1	838	12,00	
Итого за Обед		875	37,53	42	195,17	1337,5		182,00
Завтрак	Завтрак за родительскую плату							
	Каша пшеничная молочная жидкая с	250	7,51	9	31,53	250,3	1 013	66,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00
	Батон	40	2	1	16,66	104,3	693	27,00
Итого за Завтрак		490	9,51	10	64,19	418,4		98,00
Полдник	ПОЛДНИК за родительскую плату							
	Компот из ягод	200	0,15		17,06	70,4	917,02	20,00
	Крендель песочный с сахаром	75	5,89	13	56,09	366,1	838	28,00
Итого за Полдник		275	6,04	13	73,15	436,5		48,00
Ужин	Дополнительное горячее питание УЖИН							
	Котлета Полтавская	90	14,76	19	1,58	164,6	1 308,04	48,00
	Картофель отварной	150	0,45	1	3,64	224,7	518	25,00
	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	33,32	113,6	897	5,00
	Чай с сахаром	200			10,97	59,9	828	5,00
Итого за Ужин		480	19,49	22	49,51	562,8		83,00
Итого за день		2 195	80,96	87	602,19	2682,9		