

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



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



Меню для обучающихся 7 - 11 лет на 19 января 2026 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			
Завтрак	Бесплатное горячее питание ЗАВТРАК							
	Каша Дружба (рис, пшено) молочная с маслом	150	9	7	26	159,4	1 139	51,00
	Йогурт порционный	125	1,8	3	19,6	121	935	39,00
	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	18,00
Итого за Завтрак		555	18,96	16	78,54	535,6		128,00
	Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД для обучающихся с ОВЗ							
	Каша Дружба (рис, пшено) молочная с маслом	150	9	7	26	159,4	1 139	51,00
	Йогурт порционный	125	1,8	3	19,6	121	935	39,00
	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	18,00
Итого за Завтрак		555	18,96	16	78,54	535,6		128,00
Обед								
	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,69	2	20,78	138,4	1 017	47,00
	Котлета Деревенская	90	14,69	12	28,5	199,9	1 027,13	71,00
	Макаронные изделия отварные с	150	6,34	4	37,87	218,5	516	22,00
	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
Итого за Обед		730	27	19	123,61	734,8		160,00
Обед	Обед за родительскую плату							
	Суп картофельный с рыбными	250	3,69	2	20,78	138,4	1 017	47,00
	Котлета Деревенская	90	14,69	12	28,5	199,9	1 027,13	71,00
	Макаронные изделия отварные с	150	6,34	4	37,87	218,5	516	22,00
	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
Итого за Обед		730	27	19	123,61	734,8		160,00
Полдник	Полдник за родительскую плату							
	Ватрушка с повидлом	75	4,79	3	50,35	247	938	25,00
	Молоко кипяченое	200	5,8	6	9,4	120	920	23,00
Итого за Полдник		275	10,59	9	59,75	367		48,00
Ужин	Дополнительное горячее питание УЖИН							
	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
Итого за Ужин		540	18,98	22	70,46	553,3		83,00
Итого за день		2100	75,53	66	332,36	2190,7		

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



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



Меню для обучающихся 7 - 11 лет на 20 января 2026 г

(лист 2)

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

Неделя: 2

День: вторник

Рацион: меню для детей 7-11 лет (завтрак, обед)								
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Бесплатное горячее питание ЗАВТРАК							
	Каша овсяная Геркулес жидкая	200	8	7	21,51	221,4	850	59,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	7,00
	Блинчик с вишней	90	6,88	11	32,1	254	1 687	55,00
	Батон	30	1,5	1	12,5	78,2	693	7,00
Итого за Завтрак		520	16,38	19	82,11	617,4		128,00
Обед	Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД для обучающихся с ОВЗ							
	Каша овсяная Геркулес жидкая	200	8	7	21,51	221,4	850	59,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	7,00
	Блинчик с вишней	90	6,88	11	32,1	254	1 687	55,00
	Батон	30	1,5	1	12,5	78,2	693	7,00
Итого за Завтрак		520	16,38	19	82,11	617,4		128,00
Обед	Рассольник домашний со сметаной	250	1,82	12,5	11,08	123,8	1 175	47,00
	Плов с мясом птицы	200	18,58	11	38,73	356,2	1 020	89,00
	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
	Итого за Обед		700	24,78	24,5	100,87	715,4	
Обед	Обед за родительскую плату							
	Рассольник домашний со сметаной	250	1,82	12,5	11,08	123,8	1 175	47,00
	Плов с мясом птицы	200	18,58	11	38,73	356,2	1 020	89,00
	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
Итого за Обед		700	24,78	24,5	100,87	715,4		160,00
Полдник	Полдник за родительскую плату							
	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	13,00
Итого за Полдник		260	6,71	6	58,3	371,5		48,00
Ужин	Дополнительное горячее питание УЖИН							
	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
Итого за Ужин		510	27,92	26	88,55	636,9		83,00
Итого за день		1990	75,79	75,5	329,83	2341,2		

Согласовано

Зам.директора МАОУ "Гимназия № 41"

Н.С.Рыбакова

Утверждаю

Директор ООО "Социальное питание"

М.Б.Некрасова



Меню для обучающихся 7 - 11 лет на 21 января 2026 г



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

Неделя: 2

День: среда

Рацион: меню для детей 7-11 лет (завтрак, обед)								
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Бесплатное горячее питание ЗАВТРАК							
	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	12,00
	Батон	40	2	1	16,66	104,3	693	10,00
	Фрукты свежие	120	0,48		11,76	56,4	976,04	40,00
Итого за Завтрак		560	16,94	15,9	80,19	583,4		128,00
Завтрак	Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД для обучающихся с ОВЗ							
	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	12,00
	Батон	40	2	1	16,66	104,3	693	10,00
	Фрукты свежие	120	0,48		11,76	56,4	976,04	40,00
Итого за Завтрак		560	16,94	15,9	80,19	583,4		128,00
Обед								
	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	2,54	6	17,28	136,7	1 058	27,00
	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	42,00
	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
Итого за Обед		750	25,06	26	101,76	710		160,00
Обед	Обед за родительскую плату							
	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	2,54	6	17,28	136,7	1 058	27,00
	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	42,00
	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
Итого за Обед		750	25,06	26	101,76	710		160,00
Полдник	Полдник за родительскую плату							
	Слойка с яблоком	90	98,98	180	990,09	226,4	806,16	41,00
	Чай с сахаром	200			10,97	59,9	828	7,00
Итого за Полдник		290	98,98	180	1001,06	286,3		48,00
Ужин	Дополнительное горячее питание УЖИН							
	Котлета Московская	90	12	10	10,35	162	1 027,6	42,00
	Рис припущенный	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
Итого за Ужин		510	20,74	19	96,45	622,4		83,00
Итого за день		2110	161,72	240,9	1279,46	2202,1		

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



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



Меню для обучающихся 7 - 11 лет на 22 января 2026 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			
Завтрак	Каша пшенная молочная жидкая с	150	4,3	6	22	162	883	44,00
	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	7,00
	Батон	30	1,5	1	12,5	78,2	693	7,00
Итого за Завтрак		530	19,22	19	81,4	576,7		128,00
Завтрак Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД для обучающихся с ОВЗ								
Завтрак	Каша пшенная молочная жидкая с	150	4,3	6	22	162	883	44,00
	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	7,00
	Батон	30	1,5	1	12,5	78,2	693	7,00
Итого за Завтрак		530	19,22	19	81,4	576,7		128,00
Обед	Борщ с капустой, картофелем и	250	1,6	6	15	104,5	1 021	47,00
	Птица запеченная	90	19,75	16	21,44	259,9	1 237	62,00
	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
	Итого за Обед	740	26,12	24	103,95	734,6		160,00
Обед	Обед за родительскую плату							
	Борщ с капустой, картофелем и	250	1,6	6	15	104,5	1 021	47,00
	Птица запеченная	90	19,75	16	21,44	259,9	1 237	62,00
	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
Итого за Обед		740	26,12	24	103,95	734,6		160,00
Полдник	Полдник за родительскую плату							
	Булочка ванильная	100	8,47	9	57,5	342,6	767	18,00
	Сок натуральный	200			22,4	95	707	30,00
Итого за Полдник		300	8,47	9	79,9	437,6		48,00
Ужин	Дополнительное горячее питание УЖИН							
	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
Итого за Ужин		500	26,66	17	92,26	628,7		83,00
Итого за день		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 23 января 2026 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				
Завтрак	Бесплатное горячее питание ЗАВТРАК								
	Суфле Рыбка (минтай)	50	7,63	7	7,39	165,2	1 197	45,00	
	Пюре картофельное	150	3,26	5	22,03	147	995	21,00	
	Чай с сахаром	200			10,97	59,9	828	7,00	
	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	
Итого за Завтрак		500	19,1	19	81,21	735,9		128,00	
Завтрак	Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД для обучающихся с ОВЗ								
	Суфле Рыбка (минтай)	50	7,63	7	7,39	165,2	1 197	45,00	
	Пюре картофельное	150	3,26	5	22,03	147	995	21,00	
	Чай с сахаром	200			10,97	59,9	828	7,00	
	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	
Итого за Завтрак		500	19,1	19	81,21	735,9		128,00	
Обед									
	Суп-лапша на курином бульоне	250	4,48	6	15,3	137,6	1 015	47,00	
	Гуляш из мяса свинины	90	8,06	13	3,25	212,7	437,06	69,00	
	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	
Обед									
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71	897	3,00	
	Итого за Обед		740	26,71	27	106,36	788,5		160,00
	Обед	Обед за родительскую плату							
		Суп-лапша на курином бульоне	250	4,48	6	15,3	137,6	1 015	47,00
		Гуляш из мяса свинины	90	8,06	13	3,25	212,7	437,06	69,00
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	
Обед									
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	13,38	71	897	3,00	
	Итого за Обед		740	26,71	27	106,36	788,5		160,00
	Полдник	Полдник за родительскую плату							
		Пицца с курицей и консерв огурцами	100	12,62	11	26,8	393,5	14 506	41,00
		Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	7,00
Итого за Полдник		300	12,62	11	42,8	457,3		48,00	
Ужин	Дополнительное горячее питание УЖИН								
	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	
Итого за Ужин		510	22,9	29	63,02	530,7		83,00	
Итого за день		2050	81,33	86	293,39	2512,4			