

Согласовано

Зам.директора МАОУ "Гимназия № 41"

Н.С.Рыбакова



Утверждаю

Директор ООО "Социальное питание"

М.Б.Некрасова



## Меню для обучающихся 7 - 11 лет на 09 февраля 2026 г

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						
<b>Завтрак</b>											
			<b>Бесплатное горячее питание ЗАВТРАК</b>								
	Омлет запеченный или паровой	200	13,26	15	6,52	273,5	891	85,00			
	Батон	40	2	1	16,66	104,3	693	9,00			
	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9	686	12,00			
	Печенье детское	60	3,5	3	34	144,2	1 141,09	22,00			
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>500</b>	<b>18,82</b>	<b>19</b>	<b>72,34</b>	<b>581,9</b>		<b>128,00</b>			
<b>Обед</b>											
			<b>Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД для обучающихся с ОВЗ</b>								
	Омлет запеченный или паровой	200	13,26	15	6,52	273,5	891	85,00			
	Батон	40	2	1	16,66	104,3	693	9,00			
	Чай с лимоном	200	0,06		15,16	59,9	686	12,00			
	Печенье детское	60	3,5	3	34	144,2	1 141,09	22,00			
<b>Итого за Обед</b>		<b>500</b>	<b>18,82</b>	<b>19</b>	<b>72,34</b>	<b>581,9</b>		<b>128,00</b>			
<b>Полдник</b>											
			<b>Полдник за родительскую плату</b>								
	Суп с вермишелью	250	4,42	4	17,43	100,8	1 039	27,00			
	Мясо свинины отварное	10	2,31	3		35,2	1 053,02	20,00			
	Птица запеченная	90	12	15	1,1	330,9	1 237	60,00			
	Пюре картофельное	150	3,26	4	22,03	147	995	25,00			
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,35		24,36	101,7	928	23,00			
	Хлеб ржаной	40	3,4	1	19,4	103,6	1 148	5,00			
<b>Итого за Обед</b>		<b>590</b>	<b>25,74</b>	<b>27</b>	<b>84,32</b>	<b>819,2</b>		<b>160,00</b>			
<b>Ужин</b>											
			<b>Дополнительное горячее питание УЖИН</b>								
	Огурцы свежие порционно	30	0,24		0,84	4,5	836	10,00			
	Котлета Детская	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	33,32	113,6	897	5,00			
<b>Итого за Ужин</b>		<b>510</b>	<b>25,42</b>	<b>17</b>	<b>95,82</b>	<b>580,9</b>		<b>83,00</b>			
<b>Итого за день</b>		<b>2 050</b>	<b>100,83</b>	<b>110</b>	<b>317,98</b>	<b>2572,4</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 10 февраля 2026 г

(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							
<b>Завтрак</b>												
	<b>Бесплатное горячее питание ЗАВТРАК</b>											
	Котлета Деревенская	90	14,15	10,75	8,5	199,9	1 027,13	82,00				
	Рис припущеный	150	3,6	6	37,05	220,4	512	22,00				
	Капуста квашеная с маслом и луком	40	0,48	2	2,54	26,5	1 793	10,00				
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00				
	Батон	20	1	1	8,33	52,2	693	9,00				
<b>Итого за Завтрак</b>		500	19,23	19,75	72,42	562,8		<b>128,00</b>				
<b>Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД для обучающихся с ОВЗ</b>												
	Котлета Деревенская	90	14,15	10,75	8,5	199,9	1 027,13	82,00				
	Рис припущеный	150	3,6	6	37,05	220,4	512	22,00				
	Капуста квашеная с маслом и луком	40	0,48	2	2,54	26,5	1 793	10,00				
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00				
	Батон	20	1	1	8,33	52,2	693	9,00				
<b>Итого за Завтрак</b>		500	19,23	19,75	72,42	562,8		<b>128,00</b>				
<b>Обед</b>												
	Борщ с капустой и картофелем, мясом, сметаной	250	8,65	8	17,54	123,6	1 021,15	47,00				
	Жаркое по-домашнему	200	13,22	16,6	43,12	420	893,01	86,00				
	Напиток Ягодка.	200	0,12		16,65	61,1	930	21,00				
	Хлеб пшеничный	25	2,03		12,2	60,5	894,01	3,00				
	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8	1147	3,00				
<b>Итого за Обед</b>		700	26,15	25,6	101,64	730		<b>160,00</b>				
<b>Обед за родительскую плату</b>												
	Борщ с капустой и картофелем,	250	8,65	8	17,54	123,6	1 021,15	47,00				
	Жаркое по-домашнему	200	13,22	16,6	43,12	420	893,01	86,00				
	Напиток Ягодка.	200	0,12		16,65	61,1	930	21,00				
	Хлеб пшеничный	25	2,03		12,2	60,5	894,01	3,00				
	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8	1147	3,00				
<b>Итого за Обед</b>		700	26,15	25,6	101,64	730		<b>160,00</b>				
<b>Полдник</b>												
	<b>Полдник за родительскую плату</b>											
	Крендель песочный с сахаром	75	5,89	13	56,09	366,1	838	16,00				
	Сок натуральный	200			22,4	138	707	32,00				
<b>Итого за Полдник</b>		275	5,89	13	78,49	504,1		<b>48,00</b>				
<b>Ужин</b>												
	<b>Дополнительное горячее питание УЖИН</b>											
	Тефтели мясные с луком	90	13,61	10	9,46	215,2	907	53,00				
	Каша перловая рассыпчатая	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	33,32	113,6	897	5,00				
<b>Итого за Ужин</b>		480	24,48	18	85,89	559,5		<b>83,00</b>				
<b>Итого за день</b>		1 935	69,41	71	320,25	2164,7						

Согласовано

Зам.директора МАОУ "Гимназия № 41"

Н.С.Рыбакова



Утверждаю

Директор ООО "Социальное питание"

М.Б.Некрасова



## Меню для обучающихся 7 - 11 лет на 11 февраля 2026 г

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

Неделя: 1

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>											
	Каша пшенная молочная жидккая с	200	7,19	8	31,79	242,6	883	39,00				
	Суфле из творога	60	5,36	5	6,67	104,2	1 478	65,00				
	Молоко сгущенное	20	1,58	2	9,55	64,2	902	10,00				
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00				
	Батон	30	1,5	1	12,5	78,2	693	9,00				
<b>Итого за Завтрак</b>		510	15,63	16	76,51	553		<b>128,00</b>				
<b>Завтрак</b>												
	<b>Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД для обучающихся с ОВЗ</b>											
	Каша пшенная молочная жидккая с	200	7,19	8	31,79	242,6	883	39,00				
	Суфле из творога	60	5,36	5	6,67	104,2	1 478	65,00				
	Молоко сгущенное	20	1,58	2	9,55	64,2	902	10,00				
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00				
	Батон	30	1,5	1	12,5	78,2	693	9,00				
<b>Итого за Завтрак</b>		510	15,63	16	76,51	553		<b>128,00</b>				
<b>Обед</b>												
	Суп "Детский"	250	6,09	7	20,51	257,7	1 180,01	47,00				
	Биточек куриный	90	10,74	13	4,41	191,7	1 308,02	62,00				
	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,32	6	38,62	284,6	998	25,00				
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62	128,6	705	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	26,99	27	115,49	987,9		<b>160,00</b>				
<b>Обед</b>												
	Суп "Детский"	250	6,09	7	20,51	257,7	1 180,01	47,00				
	Биточек куриный	90	10,74	13	4,41	191,7	1 308,02	62,00				
	Каша гречневая рассыпчатая	150	5,32	6	38,62	284,6	998	25,00				
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62	128,6	705	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	26,99	27	115,49	987,9		<b>160,00</b>				
<b>Полдник</b>												
	<b>Полдник за родительскую плату</b>											
	Слойка с яблоком	90	3,51	28	56,25	288	806,16	32,00				
	Чай с молоком	200	1,36	1	16	88,1	854	16,00				
<b>Итого за Полдник</b>		290	4,87	29	72,25	376,1		<b>48,00</b>				
<b>Ужин</b>												
	<b>Дополнительное горячее питание УЖИН</b>											
	Суфле Рыбка (минтай)	100	10,17	10	9,85	220,3	1 197	52,00				
	Ragu из овощей	150	6,34	4	37,87	218,5	516	15,00				
	Чай с лимоном	180	0,08		13,64	71,8	483	10,00				
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71	897	3,00				
	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8	1 148	3,00				
<b>Итого за Ужин</b>		480	21,4	16	94,32	646,4		<b>83,00</b>				
<b>Итого за день</b>		2 020	85,89	99	370,57	2563,4						

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 февраля 2026 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			
<b>Завтрак</b>								
			<b>Бесплатное горячее питание ЗАВТРАК</b>					
	Суп молочный с вермишелью	200	9,42	10,9	26,82	198,2	1 284	47,00
	Бутерброд с сыром	40	5,58	5	15,71	148,3	810	35,00
	Чай с лимоном	200	0,09		15,16	79,8	483	10,00
	Фрукты свежие	100	0,4		9,8	56	976,04	36,00
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>540</b>	<b>15,49</b>	<b>15,9</b>	<b>67,49</b>	<b>482,3</b>		<b>128,00</b>
<b>Завтрак</b>								
			<b>Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД для обучающихся с ОВЗ</b>					
	Суп молочный с вермишелью	200	9,42	10,9	26,82	198,2	1 284	47,00
	Бутерброд с сыром	40	5,58	5	15,71	148,3	810	35,00
	Чай с лимоном	200	0,09		15,16	79,8	483	10,00
	Фрукты свежие	100	0,4		9,8	56	976,04	36,00
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>540</b>	<b>15,49</b>	<b>15,9</b>	<b>67,49</b>	<b>482,3</b>		<b>128,00</b>
<b>Обед</b>								
			<b>Обед за родительскую плату</b>					
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,9	6	9,14	132,5	124	25,00
	Мясо свинины отварное	10	2,31	3		35,2	1 053,02	22,00
	Котлета рыбная Дружба	90	11,8	9	5,46	159,7	830,01	57,00
	Пюре картофельное	150	3,26	5	32,03	147	995	30,00
	Компот из свежих яблок	200	0,11		23,88	99,1	912	20,00
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71	897	3,00
	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8	1 148	3,00
<b>Итого за Обед</b>		<b>750</b>	<b>24,19</b>	<b>25</b>	<b>103,47</b>	<b>709,3</b>		<b>160,00</b>
<b>Обед</b>								
			<b>Обед за родительскую плату</b>					
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,9	6	9,14	132,5	124	25,00
	Мясо свинины отварное	10	2,31	3		35,2	1 053,02	22,00
	Котлета рыбная Дружба	90	11,8	9	5,46	159,7	830,01	57,00
	Пюре картофельное	150	3,26	5	32,03	147	995	30,00
	Компот из свежих яблок	200	0,11		23,88	99,1	912	20,00
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71	897	3,00
	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8	1 148	3,00
<b>Итого за Обед</b>		<b>750</b>	<b>24,19</b>	<b>25</b>	<b>103,47</b>	<b>709,3</b>		<b>160,00</b>
<b>Полдник</b>								
			<b>Полдник за родительскую плату</b>					
	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
<b>Итого за Полдник</b>		<b>260</b>	<b>7,03</b>	<b>11</b>	<b>46,01</b>	<b>289,2</b>		<b>48,00</b>
<b>Ужин</b>								
			<b>Дополнительное горячее питание УЖИН</b>					
	Рагу 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	33,32	113,6	897	5,00
	Хлеб ржаной	40	3,4	1	19,4	103,6	1 148	5,00
<b>Итого за Ужин</b>		<b>480</b>	<b>25,64</b>	<b>12</b>	<b>75,91</b>	<b>480,9</b>		<b>83,00</b>
<b>Итого за день</b>		<b>2 030</b>	<b>72,35</b>	<b>54</b>	<b>270,88</b>	<b>1872,7</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 13 февраля 2026 г

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

Неделя: 1

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>Бесплатное горячее питание ЗАВТРАК</b>								
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	200	6,01	8	25,23	200,2	1 013	53,00
	Кекс ванильный с изюмом	60	9,88	8	23,72	171,7	450,19	60,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00
	Батон	40	2	1	16,66	104,3	693	10,00
<b>Итого за Завтрак</b>		500	17,89	17	81,61	540		<b>128,00</b>
Завтрак	<b>Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД для обучающихся с ОВЗ</b>							
	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	200	6,01	8	25,23	200,2	1 013	53,00
	Кекс ванильный с изюмом	60	9,88	8	23,72	171,7	450,19	60,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00
	Батон	40	2	1	16,66	104,3	693	10,00
<b>Итого за Завтрак</b>		500	17,89	17	81,61	540		<b>128,00</b>
Обед	<b>Обед за родительскую плату</b>							
	Суп картофельный с бобовыми	250	5,88	6	21,48	166,6	139	20,00
	Мясо свинины отварное	10	2,31	3		35,2	1 053,02	22,00
	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40	943	5,00
	Филе куриное, тушеное в томатном	90	8,6	5	2,98	119	1229	67,00
	Рис припущеный с овощами	150	3,54	8	34,05	225,9	990	20,00
	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8	1 148	3,00
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71	897	3,00
	Компот из ягод	200	0,15		17,06	70,4	917,02	20,00
<b>Итого за Обед</b>		760	26,59	24	116,34	792,9		<b>160,00</b>
Обед	<b>Обед за родительскую плату</b>							
	Суп картофельный с бобовыми	250	5,88	6	21,48	166,6	139	20,00
	Мясо свинины отварное	10	2,31	3		35,2	1 053,02	22,00
	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40	943	5,00
	Филе куриное, тушеное в томатном	90	8,6	5	2,98	119	1229	67,00
	Рис припущеный с овощами	150	3,54	8	34,05	225,9	990	20,00
	Хлеб ржаной	25	2,13	1	12,13	64,8	1 148	3,00
	Хлеб пшеничный	25	2,68	1	20,83	71	897	3,00
	Компот из ягод	200	0,15		17,06	70,4	917,02	20,00
<b>Итого за Обед</b>		760	26,59	24	116,34	792,9		<b>160,00</b>
Полдник	<b>Полдник за родительскую плату</b>							
	Слойка с клубникой	90	7,52	7	255,71	173,9	1 871	33,00
	Напиток лимонный	200	0,03		3,89	18,6	699	15,00
<b>Итого за Полдник</b>		290	7,55	7	259,6	192,5		<b>48,00</b>
Ужин	<b>Дополнительное горячее питание УЖИН</b>							
	Фрикадельки мясные (без соуса)	90	12,19	16	13,48	251,9	471,05	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
<b>Итого за Ужин</b>		480	16,92	19	61,41	650,1		<b>83,00</b>
<b>Итого за день</b>		2 030	72,95	64	528,96	2175,5		