

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



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



Меню для обучающихся 7 - 11 лет на 16 марта 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	49,00
	Йогурт порционный	125	1,8	3	19,6	121	935	47,00
	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
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	49,00
	Йогурт порционный	125	1,8	3	19,6	121	935	47,00
	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
Итого за Завтрак		555	18,96	16	78,54	535,6		128,00
Обед								
	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,69	4	20,78	138,4	1 017	47,00
	Котлета Деревенская	90	12,69	14,3	8,5	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	3,4	1	19,4	103,6	1 148	5,00
Итого за Обед		730	26,27	23,3	103,61	730,8		160,00
Обед	Обед за родительскую плату							
	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,69	4	20,78	138,4	1 017	47,00
	Котлета Деревенская	90	12,69	14,3	8,5	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	3,4	1	19,4	103,6	1 148	5,00
Итого за Обед		730	26,27	23,3	103,61	730,8		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	33,32	113,6	897	5,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00
Итого за Ужин		540	18,98	22	82,38	553,3		83,00
Итого за день		2100	74,8	70,3	324,28	2186,7		

Согласовано

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

Утверждаю

Директор ООО "Социальное питание"
М.Б.Некрасова

Меню для обучающихся 7 - 11 лет на 17 марта 2026 г



(лист 2)

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			
Завтрак	Бесплатное горячее питание ЗАВТРАК							
	Суфле Рыбка (минтай)	50	5,09	5	4,93	110,1	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	57,00
Итого за Завтрак		500	16,56	17	78,75	680,8		128,00
	Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД для обучающихся с ОВЗ							
	Суфле Рыбка (минтай)	50	5,09	5	4,93	110,1	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	57,00
Итого за Завтрак		500	16,56	17	78,75	680,8		128,00
Обед								
	Суп "Здоровье"	250	5,73	9	12,83	165,5	1 359	47,00
	Гуляш из мяса свинины	90	7,06	9,8	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		3,68	15,3	1 802	18,00
	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	
Итого за Обед		740	26,96	26,8	101,34	813,9		160,00
Обед	Обед за родительскую плату							
	Суп "Здоровье"	250	5,73	9	12,83	165,5	1 359	47,00
	Гуляш из мяса свинины	90	7,06	9,8	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		3,68	15,3	1 802	18,00
	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	
Итого за Обед		740	26,96	26,8	101,34	813,9		160,00
Полдник	Полдник за родительскую плату							
	Пицца с курицей и консерв огурцами	100	12,62	11	26,8	393,5	14 506	43,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00
Итого за Полдник		300	12,62	11	42,8	457,3		48,00
Ужин	Дополнительное горячее питание УЖИН							
	Птица запеченная	90	20,68	35	1,1	340,9	1 237	53,00
	Каша перловая рассыпчатая	180	5,63	6	40,17	239,9	1 000	20,00
	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	33,32	113,6	897	5,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00
Итого за Ужин		510	30,59	43	90,59	758,2		83,00
Итого за день		2050	86,73	97,8	313,48	2710,2		

Согласовано

Зам.директора МАОУ "Гимназия № 41"
Н.С.РыбаковаУтверждаю
Директор ООО "Социальное питание"
М.Б.Некрасова

Меню для обучающихся 7 - 11 лет на 18 марта 2026 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			
Завтрак	Бесплатное горячее питание ЗАВТРАК							
	Каша гречневая жидкая молочная с	200	8,73	9	23,79	201,4	845	59,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00
	Блинчик с вишней @	90	5,88	7	31,1	244	1 687	55,00
	Батон	30	1,5	1	12,5	78,2	693	9,00
Итого за Завтрак		520	16,11	17	83,39	587,4		128,00
Завтрак	Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД для обучающихся с ОВЗ							
	Каша гречневая жидкая молочная с	200	8,73	9	23,79	201,4	845	59,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00
	Блинчик с вишней @	90	5,88	7	31,1	244	1 687	55,00
	Батон	30	1,5	1	12,5	78,2	693	9,00
Итого за Завтрак		520	16,11	17	83,39	587,4		128,00
Обед								
	Рассольник домашний со сметаной	250	2,27	6	13,85	120,9	1 175	47,00
	Плов с мясом птицы	200	16,58	17	38,73	349,5	1 020	87,00
	Напиток Ягодка	200	0,22		26,73	110,1	930,1	20,00
	Хлеб пшеничный.	25	2,03	1	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	23,23	25	103,64	705,8		160,00
Обед	Обед за родительскую плату							
	Рассольник домашний со сметаной	250	2,27	6	13,85	120,9	1 175	47,00
	Плов с мясом птицы	200	16,58	17	38,73	349,5	1 020	87,00
	Напиток Ягодка	200	0,22		26,73	110,1	930,1	20,00
	Хлеб пшеничный.	25	2,03	1	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	23,23	25	103,64	705,8		160,00
Полдник	Полдник за родительскую плату							
	Кекс творожный @	60	6,21	6	24,16	259,5	450,18	38,00
	Компот из апельсинов	200	0,5		34,14	112	1 441	10,00
Итого за Полдник		260	6,71	6	58,3	371,5		48,00
Ужин	Дополнительное горячее питание УЖИН							
	Фрикадельки мясные (без соуса)	90	16,74	18	4,41	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	29,16	99,4	897	4,00
	Хлеб ржаной	35	2,98	1	16,98	90,7	1 148	4,00
Итого за Ужин		510	27,92	26	103,39	633,4		83,00
Итого за день		1 990	67,97	72	356,72	2288,1		

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

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



Меню для обучающихся 7 - 11 лет на 19 марта 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	Макаронные изделия запеченные с	200	13,37	16	38,61	342,9	334	68,00
	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	40,00
Итого за Завтрак		560	15,94	17	82,19	583,4		128,00
Завтрак	Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД для обучающихся с ОВЗ							
	Макаронные изделия запеченные с	200	13,37	16	38,61	342,9	334	68,00
	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	40,00
Итого за Завтрак		560	15,94	17	82,19	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		35,2	1 053,02	20,00
	Биточек куриный	90	7,74	14	4,41	191,7	1 308,02	47,00
	Булгур с овощами	150	9,38	2	31,84	81,1	1 000,05	40,00
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62	128,6	705	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
	Итого за Обед	750	27,46	27	114,11	709,1		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		35,2	1 053,02	20,00
	Биточек куриный	90	7,74	14	4,41	191,7	1 308,02	47,00
	Булгур с овощами	150	9,38	2	31,84	81,1	1 000,05	40,00
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62	128,6	705	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
Итого за Обед		750	27,46	27	114,11	709,1		160,00
Полдник	Полдник за родительскую плату							
	Слойка с яблоком	90	3,51	28	56,25	288	806,16	43,00
	Чай с сахаром	200			10,97	59,9	828	5,00
Итого за Полдник		290	3,51	28	67,22	347,9		48,00
Ужин	Дополнительное горячее питание УЖИН							
	Гуляш из мяса свинины	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	33,32	113,6	897	5,00
	Напиток апельсиновый или	200	0,14		20,24	82,3	925	18,00
Итого за Ужин		510	20,74	19	108,37	622,4		83,00
Итого за день		2110	67,65	91	371,89	2262,8		

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 марта 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							
	Каша пшенинная молочная жидкая с маслом сливочным	150	5	6	23,84	182	883	44,00
	Запеканка из творога	120	10,05	9	16,58	156,4	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	9,00
Итого за Завтрак		530	18,92	19	83,24	576,7		128,00
Завтрак	Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД для обучающихся с ОВЗ							
	Каша пшенинная молочная жидкая с маслом сливочным	150	5	6	23,84	182	883	44,00
	Запеканка из творога	120	10,05	9	16,58	156,4	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	9,00
Итого за Завтрак		0	18,92	19	83,24	576,7		128,00
Обед								
	Борщ с капустой и картофелем,	250	1,65	5	12,54	103,6	1 021,15	47,00
	Птица запеченная	90	18	17	1,1	330,9	1 237	57,00
	Картофель отварной	150	0,45	1	39,4	224,7	518	30,00
	Компот из кураги	200	0,16		24,52	20,2	932	20,00
	Хлеб пшеничный.	25	2,03	1	12,2	60,5	894,01	3,00
Итого за Обед	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8	1 147	3,00
		740	24,42	25	101,89	804,7		160,00
Обед	Обед за родительскую плату							
	Борщ с капустой и картофелем,	250	1,65	5	12,54	103,6	1 021,15	47,00
	Птица запеченная	90	18	17	1,1	330,9	1 237	57,00
	Картофель отварной	150	0,45	1	39,4	224,7	518	30,00
	Компот из кураги	200	0,16		24,52	20,2	932	20,00
	Хлеб пшеничный.	25	2,03	1	12,2	60,5	894,01	3,00
Итого за Обед	Хлеб ржаной.	25	2,13	1	12,13	64,8	1 147	3,00
		740	24,42	25	101,89	804,7		160,00
Полдник	Полдник за родительскую плату							
	Булочка ванильная	100	8,47	9	57,5	342,6	767	18,00
Итого за Полдник	Сок натуральный	200			22,4	138	707	30,00
		300	8,47	9	79,9	480,6		48,00
Ужин	Дополнительное горячее питание УЖИН							
	Котлета Домашняя	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	24,99	85,2	897	3,00
	Хлеб ржаной	30	2,55	1	14,55	77,7	1 148	3,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00
Итого за Ужин		500	26,66	17	101,2	625,7		83,00
Итого за день		2 070	81,54	87	310,47	2497,7		