

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 16 марта 2026 г

Рацион: Меню 12 лет и старше 41/1 2025

Неделя: 2

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>Завтрак</b>	<b>Бесплатное двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД (для обучающихся с ОВЗ)</b>							
	Каша Дружба (рис, пшено) молочная с маслом	200	12	9	34,67	212,6	1 139	78,00
	Яйцо отварное шт	50	6	5	0,35	78,5	349,01	44,00
	Чай с молоком	200	1,36	1	16	88,1	854	10,00
	Батон	40	2	1	16,66	104,3	693	7,00
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>490</b>	<b>21,36</b>	<b>16</b>	<b>67,68</b>	<b>483,5</b>		<b>139,00</b>
<b>Обед</b>	<b>ОБЕД за родительскую плату и льготной категории</b>							
	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,7	6	17,8	139,2	1 030	47,00
	Тефтели мясные с луком	100	15,12	11	10,51	239,1	907	54,00
	Макаронные изделия отварные с	180	7,61	5	45,44	262,1	516	20,00
	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
	Слойка с яблоком	90	3,51	28	56,25	288	806,16	41,00
<b>Итого за Обед</b>		<b>860</b>	<b>32,49</b>	<b>51</b>	<b>166,46</b>	<b>1102,4</b>		<b>182,00</b>
<b>Обед</b>	<b>ОБЕД за родительскую плату</b>							
	Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,7	6	17,8	139,2	1 030	47,00
	Тефтели мясные с луком	100	15,12	11	10,51	239,1	907	54,00
	Макаронные изделия отварные с	180	7,61	5	45,44	262,1	516	20,00
	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
	Слойка с яблоком	90	3,51	28	56,25	288	806,16	41,00
<b>Итого за Обед</b>		<b>860</b>	<b>32,49</b>	<b>51</b>	<b>166,46</b>	<b>1102,4</b>		<b>182,00</b>
<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак за родительскую плату</b>							
	Каша Дружба (рис, пшено) молочная	150	7,2	6,75	26	159,45	1 139	37,00
	Яйцо отварное шт	50	6	5	0,35	78,5	349,01	44,00
	Чай с молоком	200	1,36	1	16	88,1	854	10,00
	Батон	20	1	0,5	8,33	52,15	693	7,00
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>420</b>	<b>15,56</b>	<b>13,25</b>	<b>50,68</b>	<b>378,2</b>		<b>98,00</b>
<b>Полдник</b>	<b>ПОЛДНИК за родительскую плату</b>							
	Ватрушка с повидлом	75	4,79	3	50,35	247	938	18,00
	Молоко кипяченое	200	5,8	6	9,4	120	920	30,00
<b>Итого за Полдник</b>		<b>275</b>	<b>10,52</b>	<b>11</b>	<b>59,35</b>	<b>380,3</b>		<b>48,00</b>
<b>Ужин</b>	<b>Дополнительное горячее питание УЖИН</b>							
	Свекла отварная с маслом	100	1,48	8	10,32	115,9	20	13,00
	Жаркое по-домашнему	200	13,22	12	22,74	260	893,01	60,00
	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	33,32	113,6	97	5,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00
<b>Итого за Ужин</b>		<b>540</b>	<b>18,98</b>	<b>22</b>	<b>82,38</b>	<b>553,3</b>		<b>83,00</b>

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 17 марта 2026 г

Рацион: Меню 12 лет и старше 41/1 2025

Неделя: 2

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>Завтрак</b>								
<b>Бесплатное двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД (для обучающихся с ОВЗ)</b>								
	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	250	7,17	8	33,82	237,6	1 111	70,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	7,00
	Блинчик с вишней	90	5,88	11	34,1	254	1 687	55,00
	Батон	30	1,5	1	12,5	78,2	693	7,00
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>570</b>	<b>14,56</b>	<b>20</b>	<b>96,42</b>	<b>633,6</b>		<b>139,00</b>
<b>Обед</b>								
	Суп "Здоровье"	250	7,73	11	12,83	165,5	1 359	47,00
	Запеканка картофельная с мясом.	250	19,87	28	55,14	504	1 100	68,00
	Огурцы соленые	30	0,24		0,51	3,9	1 006	15,00
	Напиток Ягодка	200	0,22		26,73	110,1	930,1	5,00
	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	42,00
<b>Итого за Обед</b>		<b>780</b>	<b>32,22</b>	<b>40</b>	<b>119,54</b>	<b>908,8</b>		<b>182,00</b>
<b>Обед</b>								
<b>ОБЕД за родительскую плату и льготной категории</b>								
	Суп "Здоровье"	250	7,73	11	12,83	165,5	1 359	47,00
	Запеканка картофельная с мясом.	250	19,87	28	55,14	504	1 100	68,00
	Огурцы соленые	30	0,24		0,51	3,9	1 006	15,00
	Напиток Ягодка	200	0,22		26,73	110,1	930,1	5,00
	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	42,00
<b>Итого за Обед</b>		<b>780</b>	<b>32,22</b>	<b>40</b>	<b>119,54</b>	<b>908,8</b>		<b>182,00</b>
<b>Завтрак</b>								
	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	150	4,3	4,8	20,292	142,56	1 111	29,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	7,00
	Блинчик с вишней	60	5,88	11	34,1	254	1 687	55,00
	Батон	30	1,5	1	12,5	78,2	693	7,00
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>440</b>	<b>11,68</b>	<b>16,8</b>	<b>82,892</b>	<b>538,56</b>		<b>98,00</b>
<b>Полдник</b>								
<b>ПОЛДНИК за родительскую плату</b>								
	Кекс творожный	60	6,21	6	24,16	259,5	450,18	33,00
	Компот из апельсинов	200	0,5		34,14	112	1 441	15,00
<b>Итого за Полдник</b>		<b>260</b>	<b>6,71</b>	<b>6</b>	<b>58,3</b>	<b>371,5</b>		<b>48,00</b>
<b>Ужин</b>								
<b>Дополнительное горячее питание УЖИН</b>								
	Биточек куриный	90	16,74	18	4,41	191,7	1 308,02	43,00
	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	5,00
	Хлеб ржаной	35	2,98	1	16,98	90,7	1 148	5,00
<b>Итого за Ужин</b>		<b>510</b>	<b>27,92</b>	<b>26</b>	<b>103,39</b>	<b>633,4</b>		<b>83,00</b>

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



Утверждаю,  
Директор  
ООО "Социальное чтение"  
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 18 марта 2026 г

Рацион: Меню 12 лет и старше 41/1 2025

Неделя: 2

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>Завтрак</b>								
<b>Бесплатное двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД (для обучающихся с ОВЗ)</b>								
	Запеканка из творога@	150	12,56	11	20,73	195,5	1 559,04	75,00
	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
	Фрукты свежие	120	0,48		11,76	56,4	976,04	47,00
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>530</b>	<b>16,91</b>	<b>15</b>	<b>75,31</b>	<b>490,2</b>		<b>139,00</b>
<b>Обед</b>								
	Борщ с капустой и картофелем.	250	1,65	5	12,54	103,6	1 021,15	47,00
	Птица запеченная	100	22,98	39	1,22	378,8	1 237	55,00
	Картофель отварной	180	0,54	1	4,37	269,7	518	30,00
	Компот из кураги	200	0,16		4,52	20,2	932	15,00
	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
	Слойка с клубникой	90	7,52	7	255,71	173,9	1 871	25,00
<b>Итого за Обед</b>		<b>870</b>	<b>37,01</b>	<b>53</b>	<b>302,69</b>	<b>1071,5</b>		<b>182,00</b>
<b>Обед</b>								
<b>ОБЕД за родительскую плату и льготной категории</b>								
	Борщ с капустой и картофелем.	250	1,65	5	12,54	103,6	1 021,15	47,00
	Птица запеченная	100	22,98	39	1,22	378,8	1 237	55,00
	Картофель отварной	180	0,54	1	4,37	269,7	518	30,00
	Компот из кураги	200	0,16		4,52	20,2	932	15,00
	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
	Слойка с клубникой	90	7,52	7	255,71	173,9	1 871	25,00
<b>Итого за Обед</b>		<b>870</b>	<b>37,01</b>	<b>53</b>	<b>302,69</b>	<b>1071,5</b>		<b>182,00</b>
<b>Завтрак</b>								
<b>Завтрак за родительскую плату</b>								
	Запеканка из творога	150	12,56	11	20,73	195,5	1 559,04	74,00
	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
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>410</b>	<b>16,43</b>	<b>15</b>	<b>63,55</b>	<b>433,8</b>		<b>98,00</b>
<b>Полдник</b>								
<b>ПОЛДНИК за родительскую плату</b>								
	Булочка ванильная	100	8,47	9	57,5	342,6	767	23,00
	Сок натуральный	200			22,4	95	707	25,00
<b>Итого за Полдник</b>		<b>300</b>	<b>8,47</b>	<b>9</b>	<b>79,9</b>	<b>437,6</b>		<b>48,00</b>
<b>Ужин</b>								
<b>Дополнительное горячее питание УЖИН</b>								
	Котлета Деревенская	90	14,69	12	8,5	199,9	1 027,13	45,00
	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	77	8,00
	Хлеб ржаной	30	2,55	1	14,55	77,7	1 148	5,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00
<b>Итого за Ужин</b>		<b>500</b>	<b>26,66</b>	<b>17</b>	<b>101,2</b>	<b>625,7</b>		<b>83,00</b>

Согласовано:

Зам. директора МАОУ "Гимназия № 41"

Н.С. Рыбакова



Утверждаю,

Директор

ОО "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 19 марта 2026 г

Рацион: Меню 12 лет и старше 41/1 2025

Неделя: 2

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>Завтрак</b>	<b>Бесплатное двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД (для обучающихся с ОВЗ)</b>							
	Каша пшеничная молочная жидкая с	250	8,99	10	39,74	303,3	883	79,00
	Чай с лимоном	200	0,09		15,16	79,8	483	12,00
	Батон	40	2	1	16,66	104,3	693	7,00
	Фрукты свежие	120	0,48		11,76	56,4	976,04	41,00
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>610</b>	<b>11,56</b>	<b>11</b>	<b>83,32</b>	<b>543,8</b>		<b>139,00</b>
<b>Обед</b>	<b>ОБЕД за родительскую плату и льготной категории</b>							
	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	2,54	6	17,28	136,7	1 058	29,00
	Мясо свинины отварное	10	2,31	3		35,2	1 053,02	18,00
	Биточек куриный	100	18,6	20	4,9	213	1 308,02	55,00
	Булгур с овощами	180	11,26	2	50,21	97,3	1 000,05	25,00
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62	128,6	705	15,00
	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
	Слойка с вишней	90	4,5	12	46,8	297	1 870	30,00
<b>Итого за Обед</b>		<b>880</b>	<b>44,7</b>	<b>45</b>	<b>179,77</b>	<b>1043,6</b>		<b>182,00</b>
<b>Обед</b>	<b>ОБЕД за родительскую плату и льготной категории</b>							
	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	2,54	6	17,28	136,7	1 058	29,00
	Мясо свинины отварное	10	2,31	3		35,2	1 053,02	18,00
	Биточек куриный	100	18,6	20	4,9	213	1 308,02	55,00
	Булгур с овощами	180	11,26	2	50,21	97,3	1 000,05	25,00
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68		27,62	128,6	705	15,00
	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
	Слойка с вишней	90	4,5	12	46,8	297	1 870	30,00
<b>Итого за Обед</b>		<b>880</b>	<b>44,7</b>	<b>45</b>	<b>179,77</b>	<b>1043,6</b>		<b>182,00</b>
<b>Завтрак</b>	<b>Завтрак за родительскую плату</b>							
	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным	250	8,99	10	39,74	303,3	883	79,00
	Чай с лимоном	200	0,09		15,16	79,8	483	12,00
	Батон	40	2	1	16,66	104,3	693	7,00
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>490</b>	<b>11,08</b>	<b>11</b>	<b>71,56</b>	<b>487,4</b>		<b>98,00</b>
<b>Полдник</b>	<b>ПОЛДНИК за родительскую плату</b>							
	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
<b>Итого за Полдник</b>		<b>290</b>	<b>98,98</b>	<b>180</b>	<b>1001,06</b>	<b>286,3</b>		<b>48,00</b>
<b>Ужин</b>	<b>Дополнительное горячее питание УЖИН</b>							
	Котлета Московская	90	12	10	10,35	162	1 027,6	43,00
	Рис припущенный	180	4,32	7	44,46	264,5	12	20,00
	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	33,32	113,6	897	5,00
	Напиток апельсиновый или	200	0,14		20,24	82,3	925	15,00
<b>Итого за Ужин</b>		<b>510</b>	<b>20,74</b>	<b>19</b>	<b>108,37</b>	<b>622,4</b>		<b>83,00</b>

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 20 марта 2026 г

Рацион: Меню 12 лет и старше 41/1 2025

Неделя: 2

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена, руб.
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>Завтрак</b>								
<b>Бесплатное двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД (для обучающихся с ОВЗ)</b>								
	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	250	7,03	7	39,61	244,5	235,05	75,00
	Чай с сахаром	200			10,97	59,9	828	7,00
	Батон	40	2	1	16,66	104,3	693	7,00
	Кекс творожный	60	6,21	6	24,16	259,5	450,18	50,00
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>550</b>	<b>15,24</b>	<b>14</b>	<b>91,4</b>	<b>668,2</b>		<b>139,00</b>
<b>Обед</b>								
	Суп-лапша на курином бульоне	250	5,48	6	15,3	137,6	1 015	47,00
	Гуляш из мяса свинины @	100	11,17	28	3,61	236,3	437,06	60,00
	Каша гречневая рассыпчатая	180	11,19	7	58,35	341,5	998	20,00
	Компот из яблок и ягод	200	0,04		3,68	15,3	1 802	15,00
	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
	Блинчик с клубникой	80	4,34	10	30,31	225,8	1 687,03	30,00
<b>Итого за Обед</b>		<b>860</b>	<b>37,03</b>	<b>53</b>	<b>144,21</b>	<b>1092,3</b>		<b>182,00</b>
<b>Обед</b>								
<b>Обед за родительскую плату и льготной категории</b>								
	Суп-лапша на курином бульоне	250	5,48	6	15,3	137,6	1 015	47,00
	Гуляш из мяса свинины @	100	11,17	28	3,61	236,3	437,06	60,00
	Каша гречневая рассыпчатая	180	11,19	7	58,35	341,5	998	20,00
	Компот из яблок и ягод	200	0,04		3,68	15,3	1 802	15,00
	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
	Блинчик с клубникой	80	4,34	10	30,31	225,8	1 687,03	30,00
<b>Итого за Обед</b>		<b>860</b>	<b>37,03</b>	<b>53</b>	<b>144,21</b>	<b>1092,3</b>		<b>182,00</b>
<b>Завтрак</b>								
<b>Завтрак за родительскую плату</b>								
	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	250	7,03	7	39,61	244,5	235,05	84,00
	Чай с сахаром	200			10,97	59,9	828	7,00
	Батон	40	2	1	16,66	104,3	693	7,00
<b>Итого за Завтрак</b>		<b>490</b>	<b>9,03</b>	<b>8</b>	<b>67,24</b>	<b>408,7</b>		<b>98,00</b>
<b>Полдник</b>								
<b>ПОЛДНИК за родительскую плату</b>								
	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
<b>Итого за Полдник</b>		<b>300</b>	<b>12,62</b>	<b>11</b>	<b>42,8</b>	<b>457,3</b>		<b>48,00</b>
<b>Ужин</b>								
<b>Дополнительное горячее питание УЖИН</b>								
	Котлета Полтавская	90	14,76	19	1,58	164,6	1 308,04	46,00
	Рагу из овощей	180	3,85	8	25,46	188,7	959	27,00
	Хлеб пшеничный	40	4,28	2	33,32	113,6	897	5,00
	Чай с сахаром	200			16	63,8	1 188	5,00
<b>Итого за Ужин</b>		<b>510</b>	<b>22,89</b>	<b>29</b>	<b>76,36</b>	<b>530,7</b>		<b>83,00</b>