

Согласовано

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

Утверждаю

Директор ООО "Социальное питание"  
М.Б.Некрасова

## Меню для обучающихся 7 - 11 лет на 18 мая 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			
Завтрак	<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>		500	18,82	19	72,34	581,9		<b>128,00</b>
Завтрак	<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 Завтрак</b>		500	18,82	19	72,34	581,9		<b>128,00</b>
Обед	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>		740	25,74	27	84,32	819,2	
Обед	<b>Обед 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>		590	25,74	27	84,32	819,2		<b>160,00</b>
Полдник	<b>Полдник за родительскую плату</b>							
	Булочка ванильная	100	8,47	9	57,5	342,6	767	16,00
	Кисломолочный продукт	200	5,8	5	8	106	914	32,00
<b>Итого за Полдник</b>		300	14,27	14	65,5	448,6		<b>48,00</b>
Ужин	<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>		510	25,42	17	95,82	580,9		<b>83,00</b>
<b>Итого за день</b>		2 050	100,83	110	317,98	2572,4		

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



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



## Меню для обучающихся 7 - 11 лет на 19 мая 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 припущенный	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>Завтрак</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 припущенный	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>	<b>Обед за родительскую плату</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</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 № 4"  
Н.С.Рыбакова



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



## Меню для обучающихся 7 - 11 лет на 20 мая 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 пшеничная молочная жидкая 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 пшеничная молочная жидкая 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
	Рагу 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 21 мая 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>		540	15,49	15,9	67,49	482,3		<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>		540	15,49	15,9	67,49	482,3		<b>128,00</b>
<b>Обед</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>		750	24,19	25	103,47	709,3		<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>		750	24,19	25	103,47	709,3		<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>		260	7,03	11	46,01	289,2		<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>		480	25,64	12	75,91	480,9		<b>83,00</b>
<b>Итого за день</b>		2 030	72,35	54	270,88	1872,7		

Согласовано  
Зам.директора МАОУ "Гимназия №1"  
Н.С.Рыбакова



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



## Меню для обучающихся 7 - 11 лет на 22 мая 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>		<b>500</b>	<b>17,89</b>	<b>17</b>	<b>81,61</b>	<b>540</b>		<b>128,00</b>
<b>Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД для обучающихся с ОВЗ</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>		<b>500</b>	<b>17,89</b>	<b>17</b>	<b>81,61</b>	<b>540</b>		<b>128,00</b>
Обед	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 припущенный 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>		<b>760</b>	<b>26,59</b>	<b>24</b>	<b>116,34</b>	<b>792,9</b>		<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 припущенный 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>		<b>760</b>	<b>26,59</b>	<b>24</b>	<b>116,34</b>	<b>792,9</b>		<b>160,00</b>
Полдник	<b>Полдник за родительскую плату</b>							
	Слойка с клубничкой	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>		<b>290</b>	<b>7,55</b>	<b>7</b>	<b>259,6</b>	<b>192,5</b>		<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>		<b>480</b>	<b>16,92</b>	<b>19</b>	<b>61,41</b>	<b>650,1</b>		<b>83,00</b>
<b>Итого за день</b>		<b>2 030</b>	<b>72,95</b>	<b>64</b>	<b>528,96</b>	<b>2175,5</b>		