

Согласовано  
зам. директора МАОУ "Гимназия № 41"  
Е.В. Куликова

Утверждаю  
Директор ООО "Социальное питание"  
Е.Н. Чижова

## Меню для обучающихся 7 - 11 лет на 2 сентября 2026 г

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

Неделя: 2

День: среда

| Прием пищи                                                                  | Наименование блюда                         | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая | № рецептуры | Цена, руб. |
|-----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------|-------------|------------|
|                                                                             |                                            |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                |             |            |
|                                                                             | Бесплатное горячее питание ЗАВТРАК         |           |                  |       |          |                |             |            |
| Завтрак                                                                     |                                            |           |                  |       |          |                |             |            |
|                                                                             | Каша гречневая молочная с маслом сливочным | 200       | 7,2              | 6,7   | 31,4     | 240,0          | 823         | 55,00      |
|                                                                             | Чай с сахаром                              | 200       |                  |       | 16,0     | 53,8           | 14539,27    | 8,00       |
|                                                                             | Яблоки свежие                              | 100       | 0,4              | 0,4   | 9,8      | 73,3           | 976         | 25,00      |
|                                                                             | Батон                                      | 40        | 2,0              | 1,2   | 16,7     | 104,3          | 693         | 10,00      |
|                                                                             | Сыр (порциями)                             | 20        | 6,4              | 7,6   |          | 72,6           | 97          | 30,00      |
| Итого за Завтрак                                                            |                                            | 560       | 16,0             | 15,8  | 73,9     | 544,0          |             | 128,00     |
| Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД для обучающихся с ОВЗ |                                            |           |                  |       |          |                |             |            |
| Завтрак                                                                     |                                            |           |                  |       |          |                |             |            |
|                                                                             | Каша гречневая молочная с маслом сливочным | 200       | 7,2              | 6,7   | 31,4     | 240,0          | 823         | 55,00      |
|                                                                             | Чай с сахаром                              | 200       |                  |       | 16,0     | 53,8           | 14539,27    | 8,00       |
|                                                                             | Яблоки свежие                              | 100       | 0,4              | 0,4   | 9,8      | 73,3           | 976         | 25,00      |
|                                                                             | Батон                                      | 40        | 2,0              | 1,2   | 16,7     | 104,3          | 693         | 10,00      |
|                                                                             | Сыр (порциями)                             | 20        | 6,4              | 7,6   |          | 72,6           | 97          | 30,00      |
| Итого за Завтрак                                                            |                                            | 560       | 16,0             | 15,8  | 73,9     | 544,0          |             | 128,00     |
| Обед                                                                        |                                            |           |                  |       |          |                |             |            |
|                                                                             | Свекла отварная с маслом                   | 60        | 0,9              | 5,0   | 6,2      | 69,5           | 20          | 15,00      |
|                                                                             | Рассольник ленинградский со сметаной_@     | 200       | 2,2              | 5,1   | 14,2     | 91,3           | 1030,2      | 47,00      |
|                                                                             | Курица в сливочно-сырном                   | 100       | 13,1             | 8,5   | 3,6      | 215,3          | 11024,13    | 48,00      |
|                                                                             | Рис припущенный                            | 150       | 3,6              | 4,0   | 29,6     | 220,4          | 512         | 20,00      |
|                                                                             | Напиток из плодов шиповника                | 200       | 0,7              | 0,3   | 27,6     | 68,6           | 705         | 20,00      |
|                                                                             | Хлеб пшеничный                             | 30        | 3,2              | 1,4   | 13,1     | 72,6           | 897         | 5,00       |
|                                                                             | Хлеб ржаной                                | 30        | 2,6              | 1,0   | 14,6     | 77,7           | 1148        | 5,00       |
| Итого за Обед                                                               |                                            | 770       | 26,2             | 25,2  | 108,8    | 815,4          |             | 160        |
| Обед                                                                        | Обед за родительскую плату                 |           |                  |       |          |                |             |            |
|                                                                             | Свекла отварная с маслом                   | 60        | 0,9              | 5,0   | 6,2      | 69,5           | 20          | 15,00      |
|                                                                             | Рассольник ленинградский со сметаной_@     | 200       | 2,2              | 5,1   | 14,2     | 91,3           | 1030,2      | 47,00      |
|                                                                             | Курица в сливочно-сырном                   | 100       | 13,1             | 8,5   | 3,6      | 215,3          | 11024,13    | 48,00      |
|                                                                             | Рис припущенный                            | 150       | 3,6              | 4,0   | 29,6     | 220,4          | 512         | 20,00      |
|                                                                             | Напиток из плодов шиповника                | 200       | 0,7              | 0,3   | 27,6     | 68,6           | 705         | 20,00      |
|                                                                             | Хлеб пшеничный                             | 30        | 3,2              | 1,4   | 13,1     | 72,6           | 897         | 5,00       |
|                                                                             | Хлеб ржаной                                | 30        | 2,6              | 1,0   | 14,6     | 77,7           | 1148        | 5,00       |
| Итого за Обед                                                               |                                            | 770       | 26,2             | 25,2  | 108,8    | 815,4          |             | 160        |
| Полдник                                                                     | Полдник за родительскую плату              |           |                  |       |          |                |             |            |
|                                                                             | Слойка с начинкой                          | 85        | 5,85             | 12    | 46,29    | 341,1          | 677,09      | 38,00      |
|                                                                             | Чай с молоком                              | 200       | 1,36             | 1     | 16       | 88,1           | 854         | 10,00      |
| Итого за Полдник                                                            |                                            | 260       | 7,21             | 13    | 62,29    | 429,2          |             | 48,00      |
| Ужин                                                                        | Дополнительное горячее питание УЖИН        |           |                  |       |          |                |             |            |
|                                                                             | Тефтели мясные с соусом томатным           | 100       | 4,15             | 12    | 21,58    | 368            | 1 124       | 43,00      |
|                                                                             | Макаронные изделия отварные с маслом       | 150       | 6,34             | 4,33  | 30,95    | 218,5          | 516         | 20,00      |
|                                                                             | Чай с лимоном                              | 200       | 0,09             |       | 20,26    | 79,8           | 483         | 10,00      |
|                                                                             | Хлеб пшеничный                             | 40        | 4,28             | 2     | 21,4     | 109,6          | 897         | 5,00       |
|                                                                             | Хлеб ржаной                                | 40        | 3,4              | 1     | 19,4     | 103,6          | 1 148       | 5,00       |
| Итого за Ужин                                                               |                                            | 530       | 18,26            | 19,33 | 113,59   | 879,5          |             | 83,00      |

Согласовано

зам.директора МАОУ "Гимназия № 411"

Е.В.Куликова

Директор ООО "Социальное питание"

Утверждаю

Е.Н.Чижова

# Меню для обучающихся 7 - 11 лет на 3 сентября 2026 г

Рацион: Меню для детей 7-11 лет (завтрак, обед) Неделя: 2

День: четверг

| Прием пищи    | Наименование блюда                                                          | Вес блюда | Пищевые вещества |        |          | Энергетическая | № рецептуры | Цена, руб. |
|---------------|-----------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------|--------|----------|----------------|-------------|------------|
|               |                                                                             |           | Белки            | Жиры   | Углеводы |                |             |            |
|               | Бесплатное горячее питание ЗАВТРАК                                          |           |                  |        |          |                |             |            |
| Завтрак       | Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным                             | 200       | 7,19             | 7,76   | 31,79    | 242,6          | 883         | 45,00      |
|               | Какао с молоком, Хрутка                                                     | 200       | 2,87             | 4      | 23,08    | 143            | 921         | 25,00      |
|               | Сырники                                                                     | 60        | 4,2              | 3,6    | 9,15     | 90,4           | 1 066,01    | 33,00      |
|               | Джем порционный                                                             | 20        | 0,02             | 0,02   | 3,28     | 13,5           | 1 142,03    | 15,00      |
|               | Батон                                                                       | 30        | 1,5              | 0,87   | 12,5     | 78,2           | 693         | 10,00      |
|               | Итого за Завтрак                                                            | 510       | 15,78            | 16,25  | 79,8     | 567,7          |             | 128,00     |
|               | Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД для обучающихся с ОВЗ |           |                  |        |          |                |             |            |
| Завтрак       | Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным                             | 200       | 7,19             | 7,76   | 31,79    | 242,6          | 883         | 45,00      |
|               | Какао с молоком, Хрутка                                                     | 200       | 2,87             | 4      | 23,08    | 143            | 921         | 25,00      |
|               | Сырники                                                                     | 60        | 4,2              | 3,6    | 9,15     | 90,4           | 1 066,01    | 33,00      |
|               | Джем порционный                                                             | 20        | 0,02             | 0,02   | 3,28     | 13,5           | 1 142,03    | 15,00      |
|               | Батон                                                                       | 30        | 1,5              | 0,87   | 12,5     | 78,2           | 693         | 10,00      |
|               | Итого за Завтрак                                                            | 510       | 15,78            | 16,25  | 79,8     | 567,7          |             | 128,00     |
| Обед          | Огурцы свежие порционно                                                     | 60        | 0,48             | 0,06   | 1,68     | 9              | 836         | 15,00      |
|               | Суп-лапша на курином бульоне                                                | 200       | 4,44             | 4,75   | 12,3     | 111,2          | 1 015       | 47,00      |
|               | Фрикадельки в соусе томатном                                                | 110       | 11,43            | 12,27  | 27,31    | 233,8          | 469         | 38,00      |
|               | Пюре картофельное                                                           | 150       | 3,26             | 5,04   | 22,03    | 147            | 995         | 30,00      |
|               | Напиток Ягодка.                                                             | 200       | 0,12             | 0,05   | 14,85    | 61,1           | 930         | 20,00      |
|               | Хлеб пшеничный.                                                             | 30        | 2,43             | 0,3    | 14,64    | 72,6           | 894,01      | 5,00       |
|               | Хлеб ржаной.                                                                | 30        | 2,55             | 0,99   | 14,55    | 77,7           | 1 147       | 5,00       |
| Итого за Обед | 780                                                                         | 24,71     | 23,46            | 107,36 | 712,4    |                | 160,00      |            |
| Обед          | Огурцы свежие порционно                                                     | 60        | 0,48             | 0,06   | 1,68     | 9              | 836         | 15,00      |
|               | Суп-лапша на курином бульоне                                                | 200       | 4,44             | 4,75   | 12,3     | 111,2          | 1 015       | 47,00      |
|               | Фрикадельки в соусе томатном                                                | 110       | 11,43            | 12,27  | 27,31    | 233,8          | 469         | 38,00      |
|               | Пюре картофельное                                                           | 150       | 3,26             | 5,04   | 22,03    | 147            | 995         | 30,00      |
|               | Напиток Ягодка.                                                             | 200       | 0,12             | 0,05   | 14,85    | 61,1           | 930         | 20,00      |
|               | Хлеб пшеничный.                                                             | 30        | 2,43             | 0,3    | 14,64    | 72,6           | 894,01      | 5,00       |
|               | Хлеб ржаной.                                                                | 30        | 2,55             | 0,99   | 14,55    | 77,7           | 1 147       | 5,00       |
| Итого за Обед | 780                                                                         | 24,71     | 23,46            | 107,36 | 712,4    |                | 160,00      |            |
| Полдник       | Ватрушка со сметаной                                                        | 60        | 7                | 11     | 41,23    | 269,4          | 861         | 28,00      |
|               | Компот из свежих плодов                                                     | 200       | 0,16             |        | 23,88    | 99,1           | 390         | 20,00      |
|               | Итого за Полдник                                                            | 260       | 7,16             | 11     | 65,11    | 368,5          |             | 48,00      |
| Ужин          | Рагу из птицы                                                               | 200       | 22,85            | 9      | 23,28    | 261,9          | 1 071       | 58,00      |
|               | Хлеб пшеничный                                                              | 40        | 4,28             | 2      | 21,4     | 109,6          | 897         | 5,00       |
|               | Напиток лимонный                                                            | 200       | 0,14             |        | 19,43    | 93             | 699         | 15,00      |
|               | Хлеб ржаной                                                                 | 40        | 3,4              | 1      | 19,4     | 103,6          | 1 148       | 5,00       |
| Итого за Ужин | 480                                                                         | 30,67     | 12               | 83,51  | 568,1    |                | 83,00       |            |

Согласовано  
зам. директора МАОУ "Гимназия № 41"  
Е.В.Куликова

Утверждаю  
Директор ООО "Социальное питание"  
Е.Н.Чижова

## Меню для обучающихся 7 - 11 лет на 4 сентября 2026 г

Рацион: Меню для детей 7-11 лет (завтрак, обед, ужин) Неделя: 2

День: пятница

| Рацион: Меню для детей 7-11 лет (завтрак, обед, ужин)                       |                                               |           |                  |      |          |                |             |            |
|-----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|----------------|-------------|------------|
| Прием пищи                                                                  | Наименование блюда                            | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая | № рецептуры | Цена, руб. |
|                                                                             |                                               |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                |             |            |
| Бесплатное горячее питание ЗАВТРАК                                          |                                               |           |                  |      |          |                |             |            |
| Завтрак                                                                     | Курица по-мексикански                         | 110       | 7,3              | 10,1 | 4,0      | 200,9          | 1024,14     | 63,00      |
|                                                                             | Макаронные изделия отварные с                 | 130       | 5,5              | 3,8  | 26,8     | 189,3          | 516         | 20,00      |
|                                                                             | Яблоки свежие                                 | 100       | 0,4              | 0,4  | 9,8      | 73,3           | 976         | 25,00      |
|                                                                             | Чай с лимоном                                 | 200       | 0,1              | 0,0  | 15,2     | 59,9           | 686         | 10,00      |
|                                                                             | Хлеб пшеничный                                | 30        | 3,2              | 1,4  | 13,1     | 72,6           | 897         | 5,00       |
|                                                                             | Хлеб ржаной                                   | 30        | 2,6              | 1,0  | 14,6     | 77,7           | 1148        | 5,00       |
|                                                                             | Итого за Завтрак                              | 600       | 19,0             | 16,6 | 83,3     | 673,7          |             | 128        |
| Бесплатное горячее двухразовое питание ЗАВТРАК И ОБЕД для обучающихся с ОВЗ |                                               |           |                  |      |          |                |             |            |
| Завтрак                                                                     | Курица по-мексикански                         | 110       | 7,3              | 10,1 | 4,0      | 200,9          | 1 024,14    | 63,00      |
|                                                                             | Макаронные изделия отварные с                 | 130       | 5,5              | 3,8  | 26,8     | 189,3          | 516         | 20,00      |
|                                                                             | Яблоки свежие                                 | 100       | 0,4              | 0,4  | 9,8      | 73,3           | 976         | 25,00      |
|                                                                             | Чай с лимоном                                 | 200       | 0,1              | 0,0  | 15,2     | 59,9           | 686         | 10,00      |
|                                                                             | Хлеб пшеничный                                | 30        | 3,2              | 1,4  | 13,1     | 72,6           | 897         | 5,00       |
|                                                                             | Хлеб ржаной                                   | 30        | 2,6              | 1,0  | 14,6     | 77,7           | 1 148       | 5,00       |
|                                                                             | Итого за Завтрак                              | 600       | 19,0             | 16,6 | 83,3     | 673,7          |             | 128        |
| Обед                                                                        | Борщ с капустой и картофелем, мясом, сметаной | 200       | 1,3              | 4,2  | 10,0     | 82,9           | 1021,15     | 47,00      |
|                                                                             | Плов со свининой                              | 240       | 19,3             | 20,2 | 50,5     | 413,8          | 1018        | 78,00      |
|                                                                             | Морс ягодный                                  | 200       | 0,2              | 0,1  | 27,7     | 114,3          | 1242        | 25,00      |
|                                                                             | Хлеб пшеничный                                | 30        | 3,2              | 1,4  | 13,1     | 72,6           | 897         | 5,00       |
|                                                                             | Хлеб ржаной                                   | 30        | 2,6              | 1,0  | 14,6     | 77,7           | 1148        | 5,00       |
|                                                                             | Итого за Обед                                 | 700       | 26,6             | 26,8 | 115,9    | 761,3          |             | 160,00     |
| Обед                                                                        | Борщ с капустой и картофелем, мясом, сметаной | 200       | 1,3              | 4,2  | 10,0     | 82,9           | 1021,15     | 47,00      |
|                                                                             | Плов со свининой                              | 240       | 19,3             | 20,2 | 50,5     | 413,8          | 1018        | 78,00      |
|                                                                             | Морс ягодный                                  | 200       | 0,2              | 0,1  | 27,7     | 114,3          | 1242        | 25,00      |
|                                                                             | Хлеб пшеничный                                | 30        | 3,2              | 1,4  | 13,1     | 72,6           | 897         | 5,00       |
|                                                                             | Хлеб ржаной                                   | 30        | 2,6              | 1,0  | 14,6     | 77,7           | 1148        | 5,00       |
|                                                                             | Итого за Обед                                 | 700       | 26,6             | 26,8 | 115,9    | 761,3          |             | 160,00     |
| Полдник                                                                     | Полдник за родительскую плату                 |           |                  |      |          |                |             |            |
|                                                                             | Завитушка с корицей                           | 100       | 0,59             | 1    | 19,89    | 88,1           | 677,06      | 33,00      |
|                                                                             | Напиток лимонный                              | 200       | 0,14             |      | 19,43    | 93             | 699         | 15,00      |
| Итого за Полдник                                                            |                                               | 300       | 0,73             | 1    | 39,32    | 181,1          |             | 48,00      |
| Ужин                                                                        | Дополнительное горячее питание УЖИН           |           |                  |      |          |                |             |            |
|                                                                             | Фрикадельки мясные                            | 75        | 11,81            | 10   | 0,46     | 140,1          | 112         | 48,00      |
|                                                                             | Рис припущенный с овощами                     | 150       | 3,54             | 9    | 34,05    | 227,3          | 990         | 20,00      |
|                                                                             | Хлеб пшеничный                                | 40        | 4,28             | 2    | 21,4     | 109,6          | 897         | 5,00       |
|                                                                             | Чай с сахаром                                 | 200       |                  |      | 16       | 63,8           | 1 188       | 10,00      |
| Итого за Ужин                                                               |                                               | 465       | 19,63            | 21   | 71,91    | 540,8          |             | 83,00      |

Составил \_\_\_\_\_ Смекалина

Утвердил \_\_\_\_\_