

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ООО «Глобус»
Л.П.Браташенко

СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ СОШ № _____

Красноармейский район



МЕНЮ

ДЕНЬ №1 _____

Период: осень 2025; Возрастная категория 7-11 лет.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Стоимость блюда
		белки	жиры	углеводы		
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Каша жидкая молочная из манной крупы	200	8,05	11,36	36,93	289,09	68,20
Печенье	25	1,3	4,99	18,39	129,13	11,20
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	1,92
Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,17	4,44
Хлеб ржаной	20	1,13	0,24	8,37	40,16	2,97
Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	44,00	6,14
Итого:	575	12,66	17,21	92,22	586,35	94,87
ОБЕД						
Огурец свежий в нарезке	60	0,48	0,12	1,5	8,52	19,40
Борщ с картофелем со св. капусты со сметаной	204	2,179	4,196	10,1	88,45	41,90
Макароны отварные с овощами	150	4,7	6,10	34,95	219,80	50,60
Гуляш из говядины	100	16,90	16,40	4,00	232,10	90,03
Какао с молоком и витаминами	200	5,897	4,79	15,40	127,49	25,18
Хлеб пшеничный	45	2,37	0,32	18,36	85,76	6,66
Хлеб ржаной	30	1,70	0,36	12,56	60,26	5,60
Итого:	789	34,22	32,279	96,87	822,38	239,37
ПОЛДНИК						
Чай с молоком и сахаром	180	1,04	0,99	7,88	27,20	17,43
Бутерброд с сыром	40	4,82	4,58	10,2	101,30	16,08
Фрукты свежие (банан)	105	1,8	4,10	22,89	111,39	28,91
Итого:	325	7,66	9,665	40,97	239,89	62,42

Зав.производством _____

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ООО «Глобус»
Л.П.Браташенко

СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ СОШ № _____

Красноармейский район



МЕНЮ

ДЕНЬ №2 _____

Период: осень 2025; Возрастная категория 7-11 лет.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Стоимость блюда
		белки	жиры	углеводы		
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Помидор свежий в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,80	15,40
Плов с говядиной	190	15,09	15,42	38,99	358,19	88,16
Компот из смеси сухофруктов	200	0,40	0,00	19,86	80,77	13,36
Хлеб пшеничный	40	2,10	0,28	16,32	76,22	5,94
Хлеб ржаной	30	1,70	0,36	12,56	60,26	5,60
Итого:	520	19,98	16,16	90,03	588,24	128,46
ОБЕД						
Икра морковная	60	1,2	4,2	6,00	68,00	18,32
Суп с макаронами	200	5,87	3,62	14,82	12,40	16,94
Омлет с птицей	160	11,04	18,41	2,29	324,18	64,20
Кофейный напиток с молоком	200	5,315	4,818	15,18	125,60	19,08
Хлеб пшеничный	50	2,63	0,35	20,4	95,28	7,41
Хлеб ржаной	20	1,13	0,24	8,37	40,16	2,97
Плоды свежие (яблоко)	110	0,44	0,44	10,78	48 40	6,76
Итого:	800	27,63	32,08	77,85	821,98	135,68
ПОЛДНИК						
Кефир (м. д. ж. 2,5%)	180	5,22	4,5	7,2	90,18	23,12
Биточек рисовый с морковью	100	1,72	2,53	21,11	87,87	16,92
Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,16	5,60
Итого:	310	8,52	7,24	40,55	235,21	45,64

Зав.производством _____

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ООО «Глобус»
_____ Л.П.Браташenko

СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ СОШ № _____

Красноармейский район



МЕНЮ

ДЕНЬ №3 _____

Период: осень 2025; Возрастная категория 7-11 лет.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	Стоимость блюда
		белки	жиры	углеводы		
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Огурец свежий в нарезке	60	0,48	0,12	1,5	8,52	19,40
Тефтели рыбные (минтай)	110	11,63	6,95	15,76	203,70	33,86
Картофельное пюре /	120	2,59	5,99	28,48	153,59	22,15
/ Овощи припущенные (Капуста)	30	0,59	1,06	1,43	23,47	15,20
Кисель из яблок	200	0,52	0,12	31,12	99,68	10,08
Хлеб пшеничный	3	1,58	0,21	12,24	57,16	4,44
Хлеб ржаной	20	1,13	0,24	8,37	40,16	2,97
Итого:	570	18,51	14,68	98,90	586,26	108,1
ОБЕД						
Икра свекольная	60	1,30	4,2	7,292	73,3	13,10
Суп из овощей	200	1,83	3,64	19,89	67,41	17,88
Мясо тушёное	100	11,20	17,38	2,56	235,00	81,92
Каша вязкая (ячневая)	150	3,25	3,58	32,93	175,01	25,21
Напиток из шиповника	200	0,60	0,20	15,20	65,30	8,24
Хлеб пшеничный	50	2,63	0,35	20,4	95,28	7,41
Хлеб ржаной	30	1,70	0,36	12,56	60,26	5,60
Плоды свежие (яблоко)	110	0,44	0,44	10,78	48,40	6,76
Итого:	900	22,94	30,15	121,61	819,99	166,12
ПОЛДНИК						
Чай фруктовый	200	0,25	0,04	7,68	32,13	6,32
Котлета рыбная (минтай)	90	10,25	4,69	18,92	151,19	33,02
Хлеб пшеничный	20	1,05	0,14	,16	38,11	2,97
Печенье	15	0,75	0,62	1,01	12,39	6,36
Итого:	325	12,30	5,49	35,77	233,82	48,67

Зав.производством _____

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ООО «Глобус»
Л.П.Браташенко

СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ СОШ № _____

Красноармейский район



МЕНЮ

ДЕНЬ №4 _____

Период: осень 2025; Возрастная категория 7-11 лет.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Стоимость блюда
		белки	жиры	углеводы		
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
запеканка из творога с молоком сгущённым	150	16,94	14,62	47,12	363,74	80,10
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	1,92
Масло порциями	10	0,08	7,25	0,13	66,09	12,47
Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,17	4,44
Фрукты свежие (яблоко)	150	0,62	0,62	15,19	70,50	9,22
Итого:	540	19,42	22,70	81,18	584,30	108,15
ОБЕД						
огурец свежий в нарезке	60	0,48	0,12	1,5	8,52	19,40
Суп картофельный с горохом	200	4,235	3,27	23,86	101,79	19,80
Мясо духовое	195	10,02	2,96	39,96	355,24	45,08
Какао с молоком и витаминами	200	5,897	4,79	15,40	127,49	25,18
Сыр твёрдых сортов в нарезке (полутвёрдый)	20	4,67	5,87	0,00	71,47	22,28
Хлеб пшеничный	50	2,63	0,35	20,4	95,28	7,41
Хлеб ржаной	30	1,70	0,36	12,56	60,26	5,60
Итого	755	29,62	27,71	113,68	820,04	144,75
ПОЛДНИК						
Чай без сахара	180	0,18	0	0,09	1,26	1,26
запеканка из творога и моркови с с молоком сгущённым	150	7,68	7,79	33,05	233,04	41,82
Итого:	330	7,86	7,79	33,14	34,29	43,08

Зав.производством _____

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ООО «Глобус»
Л.П.Браташенко

СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ СОШ № _____

Красноармейский район



МЕНЮ

ДЕНЬ №5 _____

Период: осень 2025; Возрастная категория 7-11 лет.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	Стоимость блюда
		белки	жиры	углеводы		
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Салат из квашеной капусты	60	1,03	3,00	5,08	51,42	17,33
Биточки (осо ые) мясные	90	10,20	7,03	18,94	175,05	101,79
Картофель и овощи тушёные в соусе	160	4,61	7,93	27,32	189,25	51,74
Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	16,92	71,680	9,61
Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,17	4,44
Хлеб ржаной	20	1,13	0,24	8,37	40, 6	2,97
Итого:	560	19,54	18,42	88,86	584,73	187,88
ОБЕД						
Кукуруза сахарная	60	1,2	0,15	6,15	31,35	14,16
Суп картофельный с рыбными фрикадельками	240	1,82	2,55	14,99	82,800	43,18
		5,22	0,69	1,00	31,98	
Сырник из творога запечённый	190	7,62	14,08	48,50	366,200	104,20
Кофейный напиток с молоком	200	5,315	4,818	15,18	125,60	19,08
Хлеб пшеничный	40	2,104	0,28	16,32	76,22	5,94
Хлеб ржаной	30	1,70	0,36	12,56	60,26	5,60
Плоды свежие (апельсин)	105	0,82	0,15	8,55	48,88	17,09
Итого:	850	25,80	3,09	123,26	823,29	209,25
ПОЛДНИК						
Чай с лимоном и сахаром	200	0,20	0,00	6,65	27,20	5,88
Котлета школьная	90	4,05	10,82	19,16	171,15	50,56
Хлеб пшеничный	20	1,13	0,24	8,37	40,16	2,97
Итого:	310	5,38	11,06	34,18	238,5	59,41

Зав.производством _____

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ООО «Глобус»

СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ СОШ № _____

Л.П.Браташенко

Красноармейский район



МЕНЮ

ДЕНЬ №6 _____

Период: осень 2025; Возрастная категория 7-11 лет.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	Стоимость блюда
		белки	жиры	углеводы		
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Помидор свежий в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,80	15,40
Омлет с птицей	155	10,11	17,63	2,29	228,91	60,32
Кофейный напиток с молоком	200	5,315	4,818	15,18	125,60	19,08
Хлеб пшеничный	40	2,104	0,28	16,32	76,22	5,94
Хлеб ржаной	20	1,13	0,24	8,37	40,16	2,97
Фрукты свежие (бананы)	100	1,575	3,94	20,51	103,53	27,54
Итого:	575	20,93	27,01	64,97	587,22	131,25
ОБЕД						
Огурец свежий в нарезке	60	0,48	0,12	1,5	8,52	19,40
Рассольник ленинградский	200	2,16	2,88	23,28	115,14	20,38
Рагу из овощей	180	3,62	21,25	17,75	296,15	24,95
Котлета мясная	90	12,33	9,96	16,08	194,71	44,35
Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	16,92	71,680	9,61
Хлеб пшеничный	40	2,104	0,28	16,32	76,22	5,94
Хлеб ржаной	30	1,70	0,36	12,56	60,26	5,60
Итого:	800	23,39	34,84	104,41	822,68	130,23
ПОЛДНИК						
Кофейный напиток с молоком	200	5,315	4,818	15,18	125,60	19,08
Макароны запечённые с яйцом	135 / 15	3,48	5,06	22,33	108,76	21,97
Итого:	350	8,79	9,877	37,51	234,36	41,05

Зав.производством _____

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «Глобус»
Л.П.Браташенко

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ СОШ № _____

Красноармейский район



МЕНЮ

ДЕНЬ №7 _____

Период: осень 2025; Возрастная категория 7-11 лет.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	Стоимость блюда
		белки	жиры	углеводы		
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Огурец свежий в нарезке	60	0,48	0,12	1,5	8,52	19,40
Макароны отварные с овощами	150	5,59	6,22	34,95	188,89	12,20
Бефстроганов	100	13,52	13,99	6,048	212,18	171,03
Компот из смеси сухофруктов	200	0,40	0,00	19,86	80,77	13,36
Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,17	4,44
Хлеб ржаной	20	1,13	0,24	8,37	40,16	2,97
Итого:	550	22,70	20,78	82,96	587,68	223,4
ОБЕД						
Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1,30	6,10	6,70	92,76	8,16
Суп с крупой (пшено)	200	2,83	3,18	23,26	133,10	12,66
Рыба запечённая	90	9,95	6,408	3,39	134,86	64,70
Картофель тушёный	180	3,023	7,120	17,635	146,31	38,79
Сок фруктовый (абрикосовый)	200	1	0	25,4	105,60	9,61
Хлеб пшеничный	50	2,63	0,35	20,4	95,28	7,41
Хлеб ржаной	30	1,70	0,36	12,56	60,26	5,60
Плоды свежие (яблоко)	115	0,46	0,46	11,27	54,05	7,07
Итого:	925	22,88	23,98	120,61	822,23	154
ПОЛДНИК						
Напиток из шиповника	200	0,60	0,20	15,20	65,30	8,24
Наггетсы	90	7,958	5,91	14,32	129,28	40,39
Хлеб ржаной	20	1,13	0,24	8,37	40,16	2,97
Итого:	310	9,69	6,35	37,89	234,74	51,6

Зав.производством _____

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ООО «Глобус»
Л.П.Браташенко

СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ СОШ № _____

Красноармейский район



МЕНЮ

ДЕНЬ №8 _____

Период: осень 2025; Возрастная категория 7-11 лет.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	Стоимость блюда
		белки	жиры	углеводы		
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Помидор свежий в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,80	15,40
Шницель рыбный натуральный (минтай)	110	11,96	7,68	13,96	201,80	49,40
Картофель пюре / Капуста Тушёная (комбинация сложного гарнира)	150	2,48	7,34	27,40	185,58	42,40
		0,61	1,1	12,37	21,82	
Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	16,92	71,68	9,61
Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,17	4,44
Хлеб ржаной	20	1,13	0,24	8,37	40,16	2,97
Итого:	570	19,46	16,674	93,56	591,01	124,22
ОБЕД						
Огурец свежий в нарезке	60	0,48	0,12	1,5	8,52	19,40
Борщ с картофелем	204	2,10	3,61	11,80	89,94	24,84
Плов с говядиной	180	17,16	19,27	45,86	414,48	83,52
Кисель из яблок	200	0,52	0,12	31,12	99,68	10,08
Хлеб пшеничный	50	2,63	0,35	20,4	95,28	7,41
Хлеб ржаной	30	1,70	0,36	12,56	60,26	5,60
Плоды свежие (яблоко)	105	0,42	0,42	10,29	49,35	6,44
Итого:	829	25,01	24,26	133,54	817,51	157,29
ПОЛДНИК						
Чай с лимоном и сахаром	200	0,20	0,00	6,65	27,20	5,88
Зразы картофельные	110	3,61	6,14	22,22	160,70	13,06
Хлеб пшеничный	30	1,58	0,21	12,24	57,17	4,44
Итого:	340	5,39	6,35	41,11	245,07	23,38

Зав.производством _____

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ООО «Глобус»
Л.П.Браташенко

СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ СОШ № _____

Красноармейский район



МЕНЮ

ДЕНЬ № 9

Период: осень 2025; Возрастная категория 7-11 лет.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	Стоимость блюда
		белки	жиры	углеводы		
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Каша жидкая молочная (рисовая)	200	5,07	8,81	31,74	180,37	49,30
Масло порциями	10	0,08	7,25	0,13	66,00	12,47
Сыр твёрдых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,80	16,72
Какао с молоком и витаминами	200	5,897	4,79	15,40	127,49	25,18
Хлеб пшеничный	40	2,104	0,28	16,32	76,22	5,94
Хлеб ржаной	20	1,13	0,24	8,37	40,16	2,97
Плоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	44,00	6,14
Итого:	585	18,18	26,17	81,76	588,03	118,72
ОБЕД						
Горошек зелёный (консервированный)	60	1,7	0,1	3,5	22,10	18,40
Печенье	15	1,45	7,10	9,10	118,08	6,36
Суп с лапшой	200	3,091	3,06	11,64	95,76	15,72
Котлета рубленая из птицы	90	11,98	6,74	21,81	210,13	42,16
Картофель отварной / и соус сметанный	180	3,03	4,20	23,02	142,34	38,86
		0,45	0,99	1,68	17,462	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,80	81,00	13,36
Хлеб пшеничный	50	2,63	0,35	20,4	95,28	7,41
Хлеб ржаной	20	1,13	0,24	8,37	40,16	2,97
Итого:	810	25,96	22,78	119,32	822,31	145,24
ПОЛДНИК						
Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	16,92	71,68	9,61
Голубцы ленивые	90	6,42	7,12	8,3	122,96	50,04
Хлеб ржаной	20	1,13	0,24	8,37	40,16	2,97
Итого:	310	8,55	7,360	33,59	234,80	62,62

Зав.производством _____

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ООО «Глобус»
Л.П.Браташенко

СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ СОШ № _____

Красноармейский район



МЕНЮ

ДЕНЬ №10

Период: осень 2025; Возрастная категория 7-11 лет.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети - ческая ценность	Стоимость блюда
		белк и	жир ы	углевод ы		
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Огурец свежий в нарезке	60	0,48	0,12	1,5	8,52	19,40
Жаркое по - домашнему	190	14,18	21,16	19,65	413,40	39,42
Чай с лимоном и сахаром	200	0,20	0,00	6,65	27,20	5,88
Хлеб пшеничный	40	2,104	0,28	16,32	76,22	5,94
Хлеб ржаной	30	1,70	0,36	12,56	60,26	5,60
Итого:	520	18,66	21,92	56,68	585,60	76,24
ОБЕД						
Помидор свежий в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,80	15,40
Щи из свежей. капусты с картофелем	200	2,162	2,977	6,66	60,73	18,79
Биточек рыбный (минтай)	80 / 20	14,99	5,99	15,12	185,68	102,60
Каша вязкая (пшённая)	150	4,38	4,62	32,20	179,22	24,32
Сок фруктовый (персиковый)	200	1,6	0,2	18,2	81,00	9,61
Печенье	15	1,45	7,10	9,10	118,08	6,36
Хлеб пшеничный	40	2,104	0,28	16,32	76,22	5,94
Хлеб ржаной	30	1,70	0,36	12,56	60,26	5,60
Плоды свежие (яблоко)	110	0,44	0,44	10,78	48,40	6,76
Итого:	905	29,52	22,07	123,24	822,39	195,38
ПОЛДНИК						
Чай фруктовый	200	0,25	0,048	7,68	32,13	6,32
Запеканка овощная	120 /30	5,95	5,60	25,17	162,85	52,84
Хлеб ржаной	20	1,13	0,24	8,37	40,16	2,97
Итого:	370	7,33	5,89	41,22	235,14	62,13

Зав.производством _____