



СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ СОШ № _____

Красноармейский район

ДЕНЬ №1_____

Период: осень 2025; Возрастная категория 12-18 лет.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	Стоимость блюда
		белки	жиры	углеводы		
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Каша жидкая молочная из манной крупы	240	8,50	12,21	37,11	295,14	68,28
Печенье	30	1,5	5,367	19,665	136,96	12,72
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	1,92
Хлеб пшеничный	40	2,104	0,28	16,32	76,22	5,94
Хлеб ржаной	40	2,26	0,48	16,74	80,32	5,94
Плоды свежие (яблоко)	140	0,56	0,56	13,72	61,60	8,60
Итого:	690	15,12	18,89	110,06	677,04	103,4
ОБЕД						
Огурец свежий в нарезке	80	0,64	0,1	2	11,30	20,36
Борщ с картофелем со св. капусты со сметаной	255	2,39	4,34	11,64	95,50	41,91
Макароны отварные с овощами	200	6,27	8,13	35,355	241,17	50,88
Гуляш из говядины	100	16,90	16,40	4,00	232,10	90,03
Какао с молоком и витаминами	200	6,00	4,85	18,19	139,54	25,18
Хлеб пшеничный	60	3,16	0,42	24,48	114,34	8,88
Хлеб ржаной	40	2,26	0,48	16,74	80,32	5,94
Итого:	935	37,61	34,72	112,40	914,27	243,18
ПОЛДНИК						
Чай с молоком и сахаром	200	1,60	1,10	8,70	50,90	19,35
Бутерброд с сыром	40	4,82	4,58	10,2	101,30	16,08
Плоды свежие (банан)	110	1,98	4,33	22,89	122,53	30,29
Итого:	350	8,4	10,01	41,79	274,73	65,72

Зав.производством

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ООО «Фабрика»
И.И. Браташенко

СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ СОШ № _____

Красноармейский район



МЕНЮ

ДЕНЬ №2 _____

Период: осень 2025; Возрастная категория 12-18 лет.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	Стоимость блюда
		белки	жиры	углеводы		
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Помидор свежий в нарезке	80	0,934	0,134	3,0667	17,07	20,53
Плов с говядиной	220	20,77	21,29	39,14	431,29	89,30
Компот из смеси сухофруктов	200	0,40	0,00	19,86	80,77	13,36
Хлеб пшеничный	40	2,104	0,28	16,32	76,22	5,94
Хлеб ржаной	40	2,26	0,48	16,74	80,32	5,94
Итого:	580	26,47	22,19	95,13	685,66	135,07
ОБЕД						
Икра морковная	80	1,6	5,6	8	90,6	18,42
Суп с макаронами	250	7,37	4,53	15,94	134,040	16,97
Омлет с птицей	200	12,66	21,40	2,99	336,93	65,83
Кофейный напиток с молоком	200	6,16	4,95	17,35	137,65	19,08
Хлеб пшеничный	60	3,16	0,42	24,48	114,34	8,88
Хлеб ржаной	40	2,26	0,48	16,74	80,32	5,94
Плоды свежие (яблоко)	110	0,44	0,44	10,78	48,40	6,76
Итого:	940	33,64	37,82	96,28	942,28	141,88
ПОЛДНИК						
Кефир (м. д. ж. 2,5%)	200	5,80	5,00	8,00	100,00	25,68
Биточек рисовый с морковью	90 / 30	3,017	2,69	21,07	112,026	20,70
Хлеб ржаной	40	2,26	0,48	16,74	80,32	5,94
Итого:	360	11,08	8,172	45,81	292,346	52,32

Зав.производством _____

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО «Глобус»
Т.П. Браташченко

СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ СОШ № _____

Красноармейский район



МЕНЮ

ДЕНЬ №3 _____

Период: осень 2025; Возрастная категория 12-18 лет.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	Стоимость блюда
		белки	жиры	углеводы		
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Огурец свежий в нарезке	80	0,64	0,1	2	11,30	20,36
Тефтели рыбные (минтай)	120	12,53	7,25	16,90	207,97	34,00
Картофельное пюре овощи припущенные (капуста белокочанная)		2,37	2,74	15,10	94,95	53,24
	180	1,363	1,38	3,34	31,42	
Кисель из яблок	200	0,81	0,12	32,25	133,34	10,08
Хлеб пшеничный	40	2,104	0,28	16,32	76,22	5,94
Хлеб ржаной	40	2,26	0,48	16,74	80,32	5,94
Итого:	660	22,08	12,35	102,65	635,52	129,56
ОБЕД						
Икра свекольная	80	1,7	5,6	9,10	95,20	13,50
Суп из овощей	250	2,29	3,80	10,32	85,54	17,90
Мясо тушёное	100	12,20	17,38	2,56	235,00	81,92
каша вязкая (ячневая)	180	3,74	3,64	33,17	180,19	25,30
Напиток из шиповника	200	0,60	0,20	15,20	65,30	8,24
Хлеб пшеничный	60	3,16	0,42	24,48	114,34	8,88
Хлеб ржаной	40	2,26	0,48	16,74	80,32	5,94
Фрукты свежие (яблоко)	110	0,44	0,44	10,78	48,40	6,76
Итого:	1020	26,39	31,96	122,35	904,29	168,44
ПОЛДНИК						
Чай фруктовый	200	0,25	0,048	7,68	32,13	6,32
Котлета рыбная (минтай)	100	11,39	4,76	14,69	161,32	36,69
Хлеб пшеничный	40	2,104	0,28	16,32	76,22	5,94
Печенье	15	0,75	0,62	1,01	12,39	6,36
Итого:	355	14,49	5,71	39,70	282,06	55,31

Зав.производством _____



Директор МБОУ СОШ № 47
И. Браташенко

СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ СОШ № _____

Красноармейский район



МЕНЮ

ДЕНЬ №4 _____

Период: осень 2025; Возрастная категория 12-18 лет.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	Стоимость блюда
		белки	жиры	углеводы		
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Запеканка из творога с молоком сгущённым	200	25,13	15,23	47,47	466,84	81,02
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	40	2,104	0,28	16,32	76,22	5,94
Плоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	44,00	6,14
Итого:	550	27,92	23,16	80,22	679,95	107,49
ОБЕД						
Огурец свежий в нарезке	80	0,64	0,1	2	11,30	20,36
Суп картофельный с горохом	250	5,53	4,11	27,84	170,416	20,00
Мясо духовое	200	12,51	28,19	19,19	380,03	45,00
Какао с молоком и витаминами	200	6,00	4,85	18,19	139,54	25,18
Сыр твёрдых сортов в нарезке	30	7	8,8	0	107,50	31,42
Хлеб пшеничный	40	2,104	0,28	16,32	76,22	5,94
Хлеб ржаной	40	2,26	0,48	16,74	80,32	5,94
Итого:	840	36,04	46,81	100,28	965,32	153,84
ПОЛДНИК						
Чай без сахара	200	0,20	0,00	0,10	1,40	1,40
Запеканка из творога и моркови с молоком сгущённым	180	8,02	11,12	39,49	290,12	50,17
Итого:	380	8,22	11,12	39,59	291,52	51,57

Зав.производством _____



УТВЕРЖДАЮ:
Директор ООО «Глобус»
И.И. Браташенко

СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ СОШ № _____

Красноармейский район

МЕНЮ

ДЕНЬ №5 _____

Период: осень 2025; Возрастная категория 12-18 лет.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	Стоимость блюда
		белки	жиры	углеводы		
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Салат из квашеной капусты	80	1,37	4,00	6,77	68,56	18,10
Биточки (особые) мясные	100	15,50	7,05	19,15	186,265	102,11
Картофель и овощи тушёные в соусе	180	4,10	8,05	27,60	199,45	51,76
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	20	1,13	0,24	8,37	40,16	2,97
Итого:	620	25,20	19,619	95,13	642,334	190,49
ОБЕД						
Кукуруза сахарная	80	1,6	0,2	8,2	41,80	14,24
Суп картофельный с рыбными фрикадельками	300	2,09	2,94	15,16	95,218	43,20
		10,89	0,86	1,05	55,96	
Сырник из творога запечённый	230	11,65	14,39	49,03	471,52	104,40
Кофейный напиток с молоком	200	6,16	4,95	17,35	137,65	19,08
Хлеб пшеничный	40	2,104	0,28	16,32	76,22	5,94
Хлеб ржаной	40	2,26	0,48	16,74	80,32	5,94
Плоды свежие (апельсин)	105	0,82	0,15	8,55	48,88	17,09
Итого:	995	37,56	24,25	132,40	1007,56	209,89
ПОЛДНИК						
Чай с лимоном и сахаром	200	0,30	0,00	6,70	27,90	5,88
Котлета школьная	100	5,02	11,77	5,92	149,66	56,17
Хлеб пшеничный	60	3,16	0,42	24,48	114,34	8,88
Итого:	360	8,47	12,19	37,10	291,90	70,93

Зав.производством _____

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ООО «Глобус»
Д.А. Враташенко

СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ СОШ № _____

Красноармейский район



МЕНЮ

ДЕНЬ №6 _____

Период: осень 2025; Возрастная категория 12-18 лет.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	Стоимость блюда
		белки	жиры	углеводы		
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Помидор свежий в нарезке	80	0,934	0,134	3,0667	17,07	20,53
Омлет с птицей / овощи припущенные (морковь)	200	10,53	18,52	2,35	299,80	66,36
		0,59	0,20	2,16	12,36	
Кофейный напиток с молоком	200	6,16	4,95	17,35	137,65	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
Плоды свежие (бананы)	100	1,5	3,90	21,80	98,600	27,54
Итого:	640	22,94	28,22	71,41	681,84	142,42
ОБЕД						
Огурец свежий в нарезке	80	0,64	0,1	2	11,30	20,36
Рассольник ленинградский	250	2,70	3,60	25,35	144,305	20,40
Рагу из овощей	180	3,62	21,25	17,75	296,15	24,95
Котлета мясная	100	13,699	11,07	17,87	242,68	45,26
Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	16,92	71,680	9,61
Хлеб пшеничный	60	3,16	0,42	24,48	114,34	8,88
Хлеб ржаной	40	2,26	0,48	16,74	80,32	5,94
Итого:	910	27,08	36,91	121,11	960,78	135,4
ПОЛДНИК						
Кофейный напиток с молоком	200	6,16	4,95	17,35	137,65	19,08
Макароны запечённые с яйцом	180	3,82	7,63	22,47	132,84	26,36
Итого:	380	9,98	12,58	39,82	270,49	45,44

Зав.производством _____



УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО «Елобус»
Д.П. Браташенко

СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ СОШ № _____

Красноармейский район

МЕНЮ



ДЕНЬ №7 _____

Период: осень 2025; Возрастная категория 12-18 лет.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	Стоимость блюда
		белки	жиры	углеводы		
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Огурец свежий в нарезке	80	0,64	0,1	2	11,30	20,36
Бефстроганов	100	13,52	13,99	6,04	212,18	171,03
Макароны отварные с овощами	180	5,87	4,65	35,22	206,63	13,10
Компот из смеси сухофруктов	200	0,40	0,00	19,86	80,77	13,36
Хлеб пшеничный	20	1,05	0,14	8,16	38,11	2,97
Хлеб ржаной	40	2,26	0,48	16,74	80,32	5,94
Итого:	620	23,75	19,36	88,03	629,31	226,76
ОБЕД						
Салат из белокочанной капусты с морковью	80	1,30	8,10	7,70	108,70	8,23
Суп с крупой (пшено)	250	2,90	3,45	23,90	138,01	12,68
Рыба запечённая	100	10,16	7,120	3,76	149,848	64,75
Картофель тушёный	180	3,023	7,120	17,635	146,315	38,78
Сок фруктовый (абрикосовый)	200	1,00	0,00	25,40	105,60	9,61
Хлеб пшеничный	60	3,16	0,42	24,48	114,34	8,88
Хлеб ржаной	40	2,26	0,48	16,74	80,32	5,94
Фрукты свежие (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	56,40	7,37
Итого:	1030	24,28	27,17	131,38	899,53	156,24
ПОЛДНИК						
Кисель витаминный	200	0,60	0,20	23,68	98,99	8,08
Наггетсы	120	8,61	6,546	19,09	169,71	53,85
Хлеб ржаной	40	2,26	0,48	16,74	80,32	5,94
Итого:	360	11,47	7,226	59,51	349,02	67,87

Зав.производством _____



Директор ООО «Тобус»
Т.П. Браташенко

СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ СОШ № _____

Красноармейский район

МЕНЮ

ДЕНЬ №8 _____

Период: осень 2025; Возрастная категория 12-18 лет.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	Стоимость блюда
		белки	жиры	углеводы		
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Помидор свежий в нарезке	80	0,934	0,134	3,0667	17,07	20,53
Шницель рыбный натуральный (минтай)	120	12,25	11,998	9,98	204,93	54,73
Картофельное пюре / Капуста тушёная (сложный гарнир)	180	2,37	2,74	15,10	94,95	36,59
		1,646	2,501	6,53	55,55	
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	40	2,26	0,48	16,74	80,32	5,94
Итого:	660	22,57	18,13	84,66	600,72	133,34
ОБЕД						
Огурец свежий в нарезке	80	0,64	0,1	2	11,30	20,36
Борщ с картофелем	250	2,16	3,727	12,03	90,38	17,38
Плов с говядиной	200	17,967	19,76	47,11	438,36	88,00
Кисель из яблок	200	0,81	0,12	32,25	133,34	10,08
Хлеб пшеничный	60	3,16	0,42	24,48	114,34	8,88
Хлеб ржаной	40	2,26	0,48	16,74	80,32	5,94
Плоды свежие (яблоко)	110	0,44	0,44	10,78	48,40	6,76
Итого:	940	27,43	25,05	145,39	916,44	157,4
ПОЛДНИК						
Чай с лимоном и сахаром	200	0,30	0,00	6,70	27,90	5,88
Зразы картофельные	110	3,61	6,14	22,22	160,70	13,06
Хлеб пшеничный	40	2,26	0,48	16,74	80,32	5,94
Итого:	350	6,17	6,62	45,66	268,92	24,88

Зав.производством _____

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

СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ СОШ № _____

Красноармейский район



МЕНЮ

ДЕНЬ № 9 _____

Период: осень 2025; Возрастная категория 12-18 лет.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	Стоимость блюда
		белки	жиры	углеводы		
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Каша жидкая молочная (рисовая)	210	5,32	9,26	32,28	234,54	51,72
Масло порциями	10	0,08	7,25	0,13	66,00	12,47
Сыр твёрдых сортов в нарезке	25	5,84	7,34	0	89,59	25,86
Какао с молоком и витаминами	200	6,00	4,85	18,19	139,54	25,18
Хлеб пшеничный	60	3,16	0,42	24,48	114,34	8,88
Плоды свежие (яблоко)	110	0,44	0,44	10,78	48,40	6,76
Итого:	615	20,84	29,56	85,86	692,41	130,87
ОБЕД						
Горошек зелёный (консервированный)	80	2,267	0,134	4,667	29,47	18,52
Печенье	30	1,5	5,367	19,665	136,96	12,72
Суп с лапшой	250	3,297	4,01	12,92	100,79	15,75
Котлета рубленая из птицы	100	12,00	7,48	24,237	222,37	42,27
Картофель отварной и / Соус сметанный	180	3,03	4,20	23,02	142,34	38,85
		0,45	0,99	1,68	17,462	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	13,36
Хлеб пшеничный	60	3,16	0,42	24,48	114,34	8,88
Хлеб ржаной	40	2,26	0,48	16,74	80,32	5,94
Итого:	940	28,46	23,09	147,21	925,04	156,29
ПОЛДНИК						
Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	16,92	71,68	9,61
Голубцы ленивые	130	13,43	7,85	9,50	162,44	73,77
Хлеб ржаной	20	1,13	0,24	8,37	40,160	2,97
Итого:	350	15,56	8,09	34,79	274,28	86,35

Зав.производством _____



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

СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ СОШ № _____

Красноармейский район

МЕНЮ



ДЕНЬ №10

Период: осень 2025; Возрастная категория 12-18 лет.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	Стоимость блюда
		белки	жиры	углеводы		
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Огурец свежий в нарезке	80	0,64	0,1	2	11,30	20,36
Жаркое по - домашнему	210	14,26	35,78	20,30	462,63	41,81
чай с лимоном и сахаром	200	0,30	0,00	6,70	27,90	5,88
Хлеб пшеничный	50	2,63	0,35	20,4	95,28	7,41
Хлеб ржаной	40	2,26	0,48	16,74	80,32	5,94
Итого:	580	20,09	36,71	66,14	677,43	81,4
ОБЕД						
Помидор свежий в нарезке	80	0,934	0,134	3,0667	17,07	20,53
Щи из свежей. капусты с картофелем	250	2,33	3,72	8,32	75,91	18,82
Биточек рыбный (минтай)	110	15,25	6,88	16,30	188,10	102,79
Каша вязкая (пшённая)	180	4,78	5,55	36,44	214,92	24,41
Сок фруктовый (персиковый)	200	1,6	0,2	18,2	81,00	9,61
Печенье	30	1,5	5,367	19,665	136,96	12,72
Хлеб пшеничный	60	3,16	0,42	24,48	114,34	10,38
Хлеб ржаной	40	2,26	0,48	16,74	80,32	5,94
Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	44,00	6,14
Итого:	940	32,20	23,145	153,01	952,615	211,34
ПОЛДНИК						
Чай фруктовый	200	0,25	0,048	7,68	32,13	6,32
Запеканка овощная	180	6,61	7,39	25,46	194,80	65,21
Хлеб ржаной	20	1,13	0,24	8,37	40,160	2,97
Итого:	400	7,99	7,68	41,51	267,09	74,5

Зав.производством _____