22.09.2026 (вторник)

1-4 классы Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак (1 смена)		
30	Горошек зеленый бпл	Калорийность-11, Белки-1, Углеводы-2	9-88
80	Котлета из говядины бпл	Калорийность-236, Белки-15, Жиры-14, Углеводы-13	57-31
180	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-225, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-37	13-40
200	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-16, Углеводы-4	7-51
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	3-30
	Итого за Завтрак (1 смена)	Калорийность-567, Белки-23, Жиры-21, Углеводы-71	91-40
	Обед (2 смена)		
60	Винегрет с растительным маслом бпл пф	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	7-48
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	11-83
200/100	Плов со свининой бпл пф	Калорийность-617, Белки-18, Жиры-35, Углеводы-58	64-31
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-50
29	Батон нарезной бпл	Калорийность-76, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	3-28
	Итого за Обед (2 смена)	Калорийность-896, Белки-23, Жиры-46, Углеводы-97	91-40
	Итого за день	Калорийность-1 463, Белки-46, Жиры-67, Углеводы-168	182-80

Директор _____ Потеряева Л.В. Шеф-повар _____ Котомчина Т.А. Калькулятор _____ Брованова Н.В.

22.09.2026 (вторник)

Многодетные, СВО 1-11 классы Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак (1 смена)		
40	Горошек зеленый бпл	Калорийность-15, Белки-1, Углеводы-2	13-17
90	Котлета из говядины бпл	Калорийность-266, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-15	64-47
200	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-249, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-41	14-89
200	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-16, Углеводы-4	7-51
44	Батон нарезной бпл	Калорийность-115, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-23	4-96
	Итого за Завтрак (1 смена)	Калорийность-661, Белки-26, Жиры-24, Углеводы-85	105-00
	Обед (2 смена)		
100	Винегрет с растительным маслом бпл пф	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	12-46
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	14-79
220/110	Плов со свининой бпл пф	Калорийность-678, Белки-20, Жиры-38, Углеводы-64	70-74
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-50
22,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	2-51
	Итого за Обед (2 смена)	Калорийность-1 012, Белки-25, Жиры-54, Углеводы-107	105-00
	Итого за день	Калорийность-1 673, Белки-51, Жиры-78, Углеводы-192	210-00

Директор _____ Потеряева Л.В. Шеф-повар _____ Котомчина Т.А. Калькулятор _____ Брованова Н.В.

22.09.2026 (вторник)

Многодетные 2 класс / аллергия Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Обед (2 смена)		
100	Винегрет с растительным маслом бпл пф	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	12-46
250	Рассольник ленинградский с рисом бпл пф	Калорийность-73, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-12	8-08
90	Курица отварная бпл пф	Калорийность-139, Белки-29, Жиры-2, Углеводы-1	71-82
150	Рис припущенный с томатом бпл	Калорийность-200, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-36	6-63
180	Компот из клубники бпл	Калорийность-26, Углеводы-7	4-05
17,5	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-36, Белки-1, Углеводы-7	1-96
	Итого за Обед (2 смена)	Калорийность-586, Белки-37, Жиры-17, Углеводы-70	105-00
	Итого за день	Калорийность-586, Белки-37, Жиры-17, Углеводы-70	105-00

Директор _____ Потеряева Л.В. Шеф-повар _____ Котомчина Т.А. Калькулятор _____ Бровановa Н.В.

22.09.2026 (вторник)

ОВЗ и инв. 1-4 класс 7-11 лет Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Комплекс (1 и 2 смена)		
60	Винегрет с растительным маслом бпл пф	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	7-48
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	11-83
220/110	Плов со свининой бпл пф	Калорийность-678, Белки-20, Жиры-38, Углеводы-64	70-74
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-50
33,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-89, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	3-78
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-22
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	Калорийность-1 010, Белки-27, Жиры-49, Углеводы-113	100-55
	Полдник (1 и 2 смена)		
40	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	33-32
200	Какао с молоком сгущенным бпл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	20-43
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	3-37
240	Апельсин бпл	Калорийность-91, Белки-2, Углеводы-19	38-40
	Итого за Полдник (1 и 2 смена)	Калорийность-446, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-56	95-52
	Итого за день	Калорийность-1 456, Белки-43, Жиры-65, Углеводы-169	196-07

Директор _____ Потеряева Л.В. Шеф-повар _____ Котомчина Т.А. Калькулятор _____ Брованова Н.В.

22.09.2026 (вторник)

ОВЗ и инв. 5-11 классы 7-11 лет Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Комплекс (1 и 2 смена)		
60	Винегрет с растительным маслом бпл пф	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	7-48
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	11-83
210/105	Плов со свининой бпл пф	Калорийность-647, Белки-19, Жиры-37, Углеводы-61	67-52
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-50
21,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-58, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	2-43
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-22
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	Калорийность-948, Белки-25, Жиры-48, Углеводы-104	95-98
	Полдник (1 и 2 смена)		
40	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	33-32
200	Какао с молоком сгущенным бпл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	20-43
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	3-37
240	Апельсин бпл	Калорийность-91, Белки-2, Углеводы-19	38-40
	Итого за Полдник (1 и 2 смена)	Калорийность-446, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-56	95-52
	Итого за день	Калорийность-1 394, Белки-41, Жиры-64, Углеводы-160	191-50

Директор _____ Потеряева Л.В. Шеф-повар _____ Котомчина Т.А. Калькулятор _____ Брованова Н.В.

22.09.2026 (вторник)

ОВЗ и инв. 5-11 классы от 12 лет Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Комплекс (1 и 2 смена)		
100	Винегрет с растительным маслом бпл пф	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	12-46
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	14-79
240/120	Плов со свининой бпл пф	Калорийность-740, Белки-22, Жиры-42, Углеводы-69	77-17
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-50
35,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-94, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-19	3-99
40	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	4-44
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	Калорийность-1 187, Белки-31, Жиры-59, Углеводы-135	117-35
	Полдник (1 и 2 смена)		
40	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	33-32
200	Какао с молоком сгущенным бпл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	20-43
40	Батон нарезной бпл	Калорийность-105, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	4-50
260	Апельсин бпл	Калорийность-98, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-21	41-60
	Итого за Полдник (1 и 2 смена)	Калорийность-479, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-64	99-85
	Итого за день	Калорийность-1 666, Белки-48, Жиры-76, Углеводы-199	217-20

Директор _____ Потеряева Л.В. Шеф-повар _____ Котомчина Т.А. Калькулятор _____ Брованова Н.В.

22.09.2026 (вторник)

1-4 классы Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак (1 смена)		
30	Горошек зеленый бпл	Калорийность-11, Белки-1, Углеводы-2	9-88
80	Котлета из говядины бпл	Калорийность-236, Белки-15, Жиры-14, Углеводы-13	57-31
180	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-225, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-37	13-40
200	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-16, Углеводы-4	7-51
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	3-30
	Итого за Завтрак (1 смена)	Калорийность-567, Белки-23, Жиры-21, Углеводы-71	91-40
	Обед (2 смена)		
60	Винегрет с растительным маслом бпл пф	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	7-48
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	11-83
200/100	Плов со свининой бпл пф	Калорийность-617, Белки-18, Жиры-35, Углеводы-58	64-31
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-50
29	Батон нарезной бпл	Калорийность-76, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	3-28
	Итого за Обед (2 смена)	Калорийность-896, Белки-23, Жиры-46, Углеводы-97	91-40
	Итого за день	Калорийность-1 463, Белки-46, Жиры-67, Углеводы-168	182-80

Директор _____ Потеряева Л.В. Шеф-повар _____ Шаланова Е.Е. Калькулятор _____ Брованова Н.В.

22.09.2026 (вторник)

Многодетные, СВО 1-11 классы Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак (1 смена)		
40	Горошек зеленый бпл	Калорийность-15, Белки-1, Углеводы-2	13-17
90	Котлета из говядины бпл	Калорийность-266, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-15	64-47
200	Каша перловая рассыпчатая бпл	Калорийность-249, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-41	14-89
200	Чай со смородиной и сахаром бпл	Калорийность-16, Углеводы-4	7-51
44	Батон нарезной бпл	Калорийность-115, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-23	4-96
	Итого за Завтрак (1 смена)	Калорийность-661, Белки-26, Жиры-24, Углеводы-85	105-00
	Обед (2 смена)		
100	Винегрет с растительным маслом бпл пф	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	12-46
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	14-79
220/110	Плов со свининой бпл пф	Калорийность-678, Белки-20, Жиры-38, Углеводы-64	70-74
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-50
22,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-60, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	2-51
	Итого за Обед (2 смена)	Калорийность-1 012, Белки-25, Жиры-54, Углеводы-107	105-00
	Итого за день	Калорийность-1 673, Белки-51, Жиры-78, Углеводы-192	210-00

Директор _____ Потеряева Л.В. Шеф-повар _____ Шаланова Е.Е. Калькулятор _____ Брованова Н.В.

22.09.2026 (вторник)

ОВЗ и инв. 1-4 классы 7-11 лет Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Комплекс (1 и 2 смена)		
60	Винегрет с растительным маслом бпл пф	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	7-48
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	11-83
220/110	Плов со свининой бпл пф	Калорийность-678, Белки-20, Жиры-38, Углеводы-64	70-74
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-50
33,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-89, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	3-78
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-22
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	Калорийность-1 010, Белки-27, Жиры-49, Углеводы-113	100-55
	Полдник (1 и 2 смена)		
40	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	33-32
200	Какао с молоком сгущенным бпл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	20-43
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	3-37
240	Апельсин бпл	Калорийность-91, Белки-2, Углеводы-19	38-40
	Итого за Полдник (1 и 2 смена)	Калорийность-446, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-56	95-52
	Итого за день	Калорийность-1 456, Белки-43, Жиры-65, Углеводы-169	196-07

Директор _____ Потеряева Л.В. Шеф-повар _____ Шаланова Е.Е. Калькулятор _____ Брованова Н.В.

22.09.2026 (вторник)

ОВЗ и инв. 5-11 классы 7-11 лет Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Комплекс (1 и 2 смена)		
60	Винегрет с растительным маслом бпл пф	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	7-48
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	11-83
210/105	Плов со свининой бпл пф	Калорийность-647, Белки-19, Жиры-37, Углеводы-61	67-52
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-50
21,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-58, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	2-43
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-22
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	Калорийность-948, Белки-25, Жиры-48, Углеводы-104	95-98
	Полдник (1 и 2 смена)		
40	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	33-32
200	Какао с молоком сгущенным бпл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	20-43
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	3-37
240	Апельсин бпл	Калорийность-91, Белки-2, Углеводы-19	38-40
	Итого за Полдник (1 и 2 смена)	Калорийность-446, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-56	95-52
	Итого за день	Калорийность-1 394, Белки-41, Жиры-64, Углеводы-160	191-50

Директор _____ Потеряева Л.В. Шеф-повар _____ Шаланова Е.Е. Калькулятор _____ Брованова Н.В.

22.09.2026 (вторник)

ОВЗ и инв. 5-11 классы от 12 лет Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Комплекс (1 и 2 смена)		
100	Винегрет с растительным маслом бпл пф	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-9, Углеводы-7	12-46
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	14-79
240/120	Плов со свининой бпл пф	Калорийность-740, Белки-22, Жиры-42, Углеводы-69	77-17
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-50
35,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-94, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-19	3-99
40	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	4-44
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	Калорийность-1 187, Белки-31, Жиры-59, Углеводы-135	117-35
	Полдник (1 и 2 смена)		
40	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-143, Белки-9, Жиры-12	33-32
200	Какао с молоком сгущенным бпл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	20-43
40	Батон нарезной бпл	Калорийность-105, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	4-50
260	Апельсин бпл	Калорийность-98, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-21	41-60
	Итого за Полдник (1 и 2 смена)	Калорийность-479, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-64	99-85
	Итого за день	Калорийность-1 666, Белки-48, Жиры-76, Углеводы-199	217-20

Директор _____ Потеряева Л.В. Шеф-повар _____ Шаланова Е.Е. Калькулятор _____ Брованова Н.В.