15.09.2026 (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)		
35	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-9, Углеводы-2	11-27
90	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-188, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-2	58-70
180	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	14-82
200	Чай с лимоном и сахаром бпл	Калорийность-13, Углеводы-3	3-08
32	Батон нарезной бпл	Калорийность-84, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16	3-53
	Итого за Завтрак (1 смена)	Калорийность-574, Белки-26, Жиры-23, Углеводы-66	91-40
	Обед (2 смена)		
60	Огурец в нарезке бпл	Калорийность-8, Углеводы-2	9-49
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	11-83
66/44	Гуляш из свинины бпл пф	Калорийность-352, Белки-13, Жиры-31, Углеводы-4	46-42
180	Булгур отварной бпл	Калорийность-242, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-42	15-86
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-50
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	3-30
	Итого за Обед (2 смена)	Калорийность-817, Белки-25, Жиры-42, Углеводы-83	91-40
	Итого за день	Калорийность-1 391, Белки-51, Жиры-65, Углеводы-149	182-80

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

15.09.2026 (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)		
35	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-9, Углеводы-2	11-27
110	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-230, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-3	71-74
200	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-312, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-48	16-47
200	Чай с лимоном и сахаром бпл	Калорийность-13, Углеводы-3	3-08
22	Батон нарезной бпл	Калорийность-58, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	2-44
	Итого за Завтрак (1 смена)	Калорийность-622, Белки-30, Жиры-26, Углеводы-67	105-00
	Обед (2 смена)		
100	Огурец в нарезке бпл	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-2	15-82
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	14-79
75/50	Гуляш из свинины бпл пф	Калорийность-400, Белки-15, Жиры-36, Углеводы-4	52-76
170	Булгур отварной бпл	Калорийность-228, Белки-8, Жиры-4, Углеводы-39	14-98
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-50
19	Батон нарезной бпл	Калорийность-50, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-10	2-15
	Итого за Обед (2 смена)	Калорийность-854, Белки-27, Жиры-47, Углеводы-79	105-00
	Итого за день	Калорийность-1 476, Белки-57, Жиры-73, Углеводы-146	210-00

Директор _____ Потеряева Л.В.

Шеф-повар _____ Котомчина Т.А.

Калькулятор _____ Брованова Н.В.

15.09.2026 (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	Огурец в нарезке бпл	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-2	15-82
220	Рассольник ленинградский с рисом бпл пф	Калорийность-64, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-11	7-11
90	Курица отварная бпл пф	Калорийность-139, Белки-29, Жиры-2, Углеводы-1	71-82
180	Макароны отварные с растительным маслом бпл	Калорийность-236, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39	4-01
180	Компот из клубники бпл	Калорийность-26, Углеводы-7	4-05
19,5	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-19
	Итого за Обед (2 смена)	Калорийность-519, Белки-38, Жиры-10, Углеводы-68	105-00
	Итого за день	Калорийность-519, Белки-38, Жиры-10, Углеводы-68	105-00

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

15.09.2026 (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	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-15, Белки-1, Углеводы-3	19-32
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	11-83
125	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-262, Белки-19, Жиры-19, Углеводы-3	81-53
180	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	14-82
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-50
23,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-63, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	2-65
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-22
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	Калорийность-796, Белки-35, Жиры-33, Углеводы-89	136-87
	Полдник (1 и 2 смена)		
200	Сок персиковый бпл	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	24-00
220	Банан бпл	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	35-20
	Итого за Полдник (1 и 2 смена)	Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82	59-20
	Итого за день	Калорийность-1 140, Белки-39, Жиры-33, Углеводы-171	196-07

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

15.09.2026 (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	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-26, Белки-1, Углеводы-5	32-20
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	14-79
125	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-262, Белки-19, Жиры-19, Углеводы-3	81-53
230	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-358, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-55	18-94
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-50
34	Батон нарезной бпл	Калорийность-89, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	3-82
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-22
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	Калорийность-937, Белки-39, Жиры-36, Углеводы-112	158-00
	Полдник (1 и 2 смена)		
200	Сок персиковый бпл	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	24-00
220	Банан бпл	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	35-20
	Итого за Полдник (1 и 2 смена)	Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82	59-20
	Итого за день	Калорийность-1 281, Белки-43, Жиры-36, Углеводы-194	217-20

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

15.09.2026 (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)		
35	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-9, Углеводы-2	11-27
90	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-188, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-2	58-70
180	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	14-82
200	Чай с лимоном и сахаром бпл	Калорийность-13, Углеводы-3	3-08
32	Батон нарезной бпл	Калорийность-84, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16	3-53
	Итого за Завтрак (1 смена)	Калорийность-574, Белки-26, Жиры-23, Углеводы-66	91-40
	Обед (2 смена)		
60	Огурец в нарезке бпл	Калорийность-8, Углеводы-2	9-49
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	11-83
66/44	Гуляш из свинины бпл пф	Калорийность-352, Белки-13, Жиры-31, Углеводы-4	46-42
180	Булгур отварной бпл	Калорийность-242, Белки-8, Жиры-5, Углеводы-42	15-86
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-50
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	3-30
	Итого за Обед (2 смена)	Калорийность-817, Белки-25, Жиры-42, Углеводы-83	91-40
	Итого за день	Калорийность-1 391, Белки-51, Жиры-65, Углеводы-149	182-80

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

15.09.2026 (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)		
35	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-9, Углеводы-2	11-27
110	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-230, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-3	71-74
200	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-312, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-48	16-47
200	Чай с лимоном и сахаром бпл	Калорийность-13, Углеводы-3	3-08
22	Батон нарезной бпл	Калорийность-58, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	2-44
	Итого за Завтрак (1 смена)	Калорийность-622, Белки-30, Жиры-26, Углеводы-67	105-00
	Обед (2 смена)		
100	Огурец в нарезке бпл	Калорийность-14, Белки-1, Углеводы-2	15-82
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	14-79
75/50	Гуляш из свинины бпл пф	Калорийность-400, Белки-15, Жиры-36, Углеводы-4	52-76
170	Булгур отварной бпл	Калорийность-228, Белки-8, Жиры-4, Углеводы-39	14-98
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-50
19	Батон нарезной бпл	Калорийность-50, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-10	2-15
	Итого за Обед (2 смена)	Калорийность-854, Белки-27, Жиры-47, Углеводы-79	105-00
	Итого за день	Калорийность-1 476, Белки-57, Жиры-73, Углеводы-146	210-00

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

15.09.2026 (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	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-15, Белки-1, Углеводы-3	19-32
200	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-107, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13	11-83
125	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-262, Белки-19, Жиры-19, Углеводы-3	81-53
180	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	14-82
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-50
23,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-63, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	2-65
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-22
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	Калорийность-796, Белки-35, Жиры-33, Углеводы-89	136-87
	Полдник (1 и 2 смена)		
200	Сок персиковый бпл	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	24-00
220	Банан бпл	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	35-20
	Итого за Полдник (1 и 2 смена)	Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82	59-20
	Итого за день	Калорийность-1 140, Белки-39, Жиры-33, Углеводы-171	196-07

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

15.09.2026 (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	Перец болгарский в нарезке бпл	Калорийность-26, Белки-1, Углеводы-5	32-20
250	Рассольник ленинградский со сметаной бпл пф	Калорийность-133, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-17	14-79
125	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-262, Белки-19, Жиры-19, Углеводы-3	81-53
230	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-358, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-55	18-94
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-50
34	Батон нарезной бпл	Калорийность-89, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-17	3-82
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-22
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	Калорийность-937, Белки-39, Жиры-36, Углеводы-112	158-00
	Полдник (1 и 2 смена)		
200	Сок персиковый бпл	Калорийность-134, Белки-1, Углеводы-33	24-00
220	Банан бпл	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	35-20
	Итого за Полдник (1 и 2 смена)	Калорийность-344, Белки-4, Углеводы-82	59-20
	Итого за день	Калорийность-1 281, Белки-43, Жиры-36, Углеводы-194	217-20

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