29.09.2026 (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
80	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-168, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-2	57-63
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
41	Батон нарезной бпл	Калорийность-107, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-21	4-60
	Итого за Завтрак (1 смена)	Калорийность-577, Белки-25, Жиры-21, Углеводы-71	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	48-16
160	Булгур отварной бпл	Калорийность-215, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-37	14-10
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-50
29,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	3-32
	Итого за Обед (2 смена)	Калорийность-790, Белки-24, Жиры-41, Углеводы-78	91-40
	Итого за день	Калорийность-1 367, Белки-49, Жиры-62, Углеводы-149	182-80

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

29.09.2026 (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
100	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-209, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-2	72-05
200	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-312, Белки-11, Жиры-8, Углеводы-48	16-47
180	Чай с лимоном и сахаром бпл	Калорийность-12, Углеводы-3	2-77
22	Батон нарезной бпл	Калорийность-58, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	2-44
	Итого за Завтрак (1 смена)	Калорийность-600, Белки-28, Жиры-25, Углеводы-66	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	14-78
72/48	Гуляш из свинины бпл пф	Калорийность-384, Белки-15, Жиры-34, Углеводы-4	52-54
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
21	Батон нарезной бпл	Калорийность-55, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	2-38
	Итого за Обед (2 смена)	Калорийность-843, Белки-28, Жиры-45, Углеводы-80	105-00
	Итого за день	Калорийность-1 443, Белки-56, Жиры-70, Углеводы-146	210-00

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

29.09.2026 (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.

29.09.2026 (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***
115	***Бефстроганов из отварной говядины бпл пф***	*Калорийность-241, Белки-17, Жиры-18, Углеводы-3*	***82-85***
160	***Каша гречневая рассыпчатая бпл***	*Калорийность-249, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-38*	***13-17***
200	***Компот из клубники бпл***	*Калорийность-29, Углеводы-7*	***4-50***
26,5	***Батон нарезной бпл***	*Калорийность-71, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-14*	***2-98***
20	***Хлеб бородинский бпл***	*Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8*	***2-22***
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	*Калорийность-752, Белки-32, Жиры-31, Углеводы-86*	***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-1 096, Белки-36, Жиры-31, Углеводы-168*	***196-07***

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

29.09.2026 (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	***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***
112,5	***Бефстроганов из отварной говядины бпл пф***	*Калорийность-237, Белки-17, Жиры-18, Углеводы-3*	***81-41***
150	***Каша гречневая рассыпчатая бпл***	*Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36*	***12-35***
200	***Компот из клубники бпл***	*Калорийность-29, Углеводы-7*	***4-50***
27,5	***Батон нарезной бпл***	*Калорийность-73, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-14*	***3-07***
20	***Хлеб бородинский бпл***	*Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8*	***2-22***
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	*Калорийность-735, Белки-31, Жиры-30, Углеводы-84*	***134-70***
	Полдник (1 и 2 смена)		
180	***Сок персиковый бпл***	*Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30*	***21-60***
220	***Банан бпл***	*Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49*	***35-20***
	Итого за Полдник (1 и 2 смена)	*Калорийность-331, Белки-4, Углеводы-79*	***56-80***
	Итого за день	*Калорийность-1 066, Белки-35, Жиры-30, Углеводы-163*	***191-50***

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

29.09.2026 (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	14-78
115	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-241, Белки-17, Жиры-18, Углеводы-3	82-85
220	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-343, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-53	18-12
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-50
29,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	3-33
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-22
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	Калорийность-891, Белки-35, Жиры-34, Углеводы-108	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-1 235, Белки-39, Жиры-34, Углеводы-190	217-20

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

29.09.2026 (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
80	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-168, Белки-12, Жиры-12, Углеводы-2	59-48
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
24,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-65, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13	2-75
	Итого за Завтрак (1 смена)	Калорийность-535, Белки-24, Жиры-21, Углеводы-63	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	48-34
160	Булгур отварной бпл	Калорийность-215, Белки-7, Жиры-4, Углеводы-37	14-10
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-50
28	Батон нарезной бпл	Калорийность-73, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-14	3-14
	Итого за Обед (2 смена)	Калорийность-784, Белки-24, Жиры-41, Углеводы-77	91-40
	Итого за день	Калорийность-1 319, Белки-48, Жиры-62, Углеводы-140	182-80

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

29.09.2026 (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
95	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-199, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-2	70-63
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
31,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-84, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16	3-55
	Итого за Завтрак (1 смена)	Калорийность-617, Белки-27, Жиры-24, Углеводы-71	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
72/48	Гуляш из свинины бпл пф	Калорийность-384, Белки-15, Жиры-34, Углеводы-4	52-74
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
19,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-52, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-10	2-17
	Итого за Обед (2 смена)	Калорийность-840, Белки-27, Жиры-45, Углеводы-79	105-00
	Итого за день	Калорийность-1 457, Белки-54, Жиры-69, Углеводы-150	210-00

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

29.09.2026 (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
110	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-230, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-3	81-78
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
21,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-58, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-11	2-40
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-22
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	Калорийность-759, Белки-33, Жиры-31, Углеводы-88	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-1 103, Белки-37, Жиры-31, Углеводы-170	196-07

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

29.09.2026 (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	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
110	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-230, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-3	81-78
150	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	12-35
200	Компот из клубники бпл	Калорийность-29, Углеводы-7	4-50
24	Батон нарезной бпл	Калорийность-63, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	2-70
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-22
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	Калорийность-718, Белки-31, Жиры-29, Углеводы-82	134-70
	Полдник (1 и 2 смена)		
180	Сок персиковый бпл	Калорийность-121, Белки-1, Углеводы-30	21-60
220	Банан бпл	Калорийность-210, Белки-3, Углеводы-49	35-20
	Итого за Полдник (1 и 2 смена)	Калорийность-331, Белки-4, Углеводы-79	56-80
	Итого за день	Калорийность-1 049, Белки-35, Жиры-29, Углеводы-161	191-50

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

29.09.2026 (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
110	Бефстроганов из отварной говядины бпл пф	Калорийность-230, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-3	81-78
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
32	Батон нарезной бпл	Калорийность-84, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-16	3-57
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-22
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	Калорийность-900, Белки-36, Жиры-34, Углеводы-111	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-1 244, Белки-40, Жиры-34, Углеводы-193	217-20

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