30.09.2026 (среда)

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)		
20	Кукуруза сахарная бпл	Калорийность-10, Углеводы-2	8-66
55	Котлета рыбная (кета) бпл	Калорийность-84, Белки-9, Жиры-3, Углеводы-5	45-36
25	Соус белый основной бпл пф	Калорийность-12, Жиры-1, Углеводы-1	3-99
180	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-249, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-34	22-87
200	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-85
32,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-17	3-67
	Итого за Завтрак (1 смена)	Калорийность-506, Белки-21, Жиры-13, Углеводы-74	91-40
	Обед (2 смена)		
60	Салат из свежих помидоров и огурцов бпл пф	Калорийность-39, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	10-72
200	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-116, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	5-81
95	Печень говяжья по-строгановски бпл	Калорийность-225, Белки-16, Жиры-15, Углеводы-6	54-33
180	Рис отварной бпл	Калорийность-244, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-44	14-92
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-12, Углеводы-3	1-24
39	Батон нарезной бпл	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20	4-38
	Итого за Обед (2 смена)	Калорийность-738, Белки-28, Жиры-29, Углеводы-91	91-40
	Итого за день	Калорийность-1 244, Белки-49, Жиры-42, Углеводы-165	182-80

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

30.09.2026 (среда)

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	Кукуруза сахарная бпл	Калорийность-21, Белки-1, Углеводы-4	17-32
55	Котлета рыбная (кета) бпл	Калорийность-84, Белки-9, Жиры-3, Углеводы-5	45-36
30	Соус белый основной бпл пф	Калорийность-14, Жиры-1, Углеводы-1	4-79
210	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-291, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-40	26-68
200	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-85
35,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-94, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-19	4-00
	Итого за Завтрак (1 смена)	Калорийность-569, Белки-25, Жиры-15, Углеводы-84	105-00
	Обед (2 смена)		
60	Салат из свежих помидоров и огурцов бпл пф	Калорийность-39, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	10-72
250	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	7-27
115	Печень говяжья по-строгановски бпл	Калорийность-272, Белки-19, Жиры-18, Углеводы-8	65-76
190	Рис отварной бпл	Калорийность-258, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-46	15-75
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-12, Углеводы-3	1-24
38	Батон нарезной бпл	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20	4-26
	Итого за Обед (2 смена)	Калорийность-826, Белки-33, Жиры-33, Углеводы-99	105-00
	Итого за день	Калорийность-1 395, Белки-58, Жиры-48, Углеводы-183	210-00

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

30.09.2026 (среда)

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)		
60	Салат из свежих помидоров и огурцов бпл пф	Калорийность-39, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	10-72
250	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	7-27
90	Рыба тушеная в томате с овощами (кета) бпл пф	Калорийность-172, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-6	73-97
200	Рис припущенный с томатом бпл	Калорийность-267, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-48	8-85
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-12, Углеводы-3	1-24
26,5	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-53, Белки-2, Углеводы-11	2-95
	Итого за Обед (2 смена)	Калорийность-689, Белки-28, Жиры-24, Углеводы-90	105-00
	Итого за день	Калорийность-689, Белки-28, Жиры-24, Углеводы-90	105-00

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

30.09.2026 (среда)

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	Салат из свежих помидоров и огурцов бпл пф	Калорийность-39, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	10-72
200	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-116, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	5-82
110	Котлета рыбная (кета) бпл	Калорийность-169, Белки-18, Жиры-7, Углеводы-9	90-72
180	Рис отварной бпл	Калорийность-244, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-44	14-92
200	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-85
24	Батон нарезной бпл	Калорийность-63, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	2-69
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-22
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	Калорийность-736, Белки-31, Жиры-21, Углеводы-106	133-94
	Полдник (1 и 2 смена)		
100	Сырники бпл	Калорийность-213, Белки-20, Жиры-6, Углеводы-21	47-21
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-12, Углеводы-3	1-24
40	Молоко сгущенное с сахаром бпл	Калорийность-131, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	13-68
	Итого за Полдник (1 и 2 смена)	Калорийность-356, Белки-23, Жиры-9, Углеводы-46	62-13
	Итого за день	Калорийность-1 092, Белки-54, Жиры-30, Углеводы-152	196-07

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

30.09.2026 (среда)

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	Салат из свежих помидоров и огурцов бпл пф	Калорийность-39, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	10-72
200	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-116, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	5-82
110	Котлета рыбная (кета) бпл	Калорийность-169, Белки-18, Жиры-7, Углеводы-9	90-72
180	Рис отварной бпл	Калорийность-244, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-44	14-92
180	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-59, Белки-1, Углеводы-14	6-17
19,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-52, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-10	2-22
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-22
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	Калорийность-719, Белки-30, Жиры-21, Углеводы-103	132-79
	Полдник (1 и 2 смена)		
100	Сырники бпл	Калорийность-213, Белки-20, Жиры-6, Углеводы-21	47-21
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-12, Углеводы-3	1-24
30	Молоко сгущенное с сахаром бпл	Калорийность-98, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-17	10-26
	Итого за Полдник (1 и 2 смена)	Калорийность-323, Белки-22, Жиры-9, Углеводы-41	58-71
	Итого за день	Калорийность-1 042, Белки-52, Жиры-30, Углеводы-144	191-50

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

30.09.2026 (среда)

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	Салат из свежих помидоров и огурцов бпл пф	Калорийность-65, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	17-87
250	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	7-27
110	Котлета рыбная (кета) бпл	Калорийность-169, Белки-18, Жиры-7, Углеводы-9	90-72
230	Рис отварной бпл	Калорийность-312, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-56	19-06
200	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-85
48,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-128, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-25	5-44
40	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	4-44
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	Калорийность-964, Белки-38, Жиры-26, Углеводы-145	151-65
	Полдник (1 и 2 смена)		
100	Сырники бпл	Калорийность-213, Белки-20, Жиры-6, Углеводы-21	47-21
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-12, Углеводы-3	1-24
50	Молоко сгущенное с сахаром бпл	Калорийность-164, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-28	17-10
	Итого за Полдник (1 и 2 смена)	Калорийность-389, Белки-24, Жиры-10, Углеводы-52	65-55
	Итого за день	Калорийность-1 353, Белки-62, Жиры-36, Углеводы-197	217-20

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

30.09.2026 (среда)

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)		
20	Кукуруза сахарная бпл	Калорийность-10, Углеводы-2	8-66
55	Котлета рыбная (кета) бпл	Калорийность-84, Белки-9, Жиры-3, Углеводы-5	45-36
25	Соус белый основной бпл пф	Калорийность-12, Жиры-1, Углеводы-1	4-02
180	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-249, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-34	22-87
200	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-85
32,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-17	3-64
	Итого за Завтрак (1 смена)	Калорийность-506, Белки-21, Жиры-13, Углеводы-74	91-40
	Обед (2 смена)		
60	Салат из свежих помидоров и огурцов бпл пф	Калорийность-39, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	10-72
200	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-116, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	5-82
95	Печень говяжья по-строгановски бпл	Калорийность-225, Белки-16, Жиры-15, Углеводы-6	54-32
180	Рис отварной бпл	Калорийность-244, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-44	14-92
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-12, Углеводы-3	1-24
39	Батон нарезной бпл	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20	4-38
	Итого за Обед (2 смена)	Калорийность-738, Белки-28, Жиры-29, Углеводы-91	91-40
	Итого за день	Калорийность-1 244, Белки-49, Жиры-42, Углеводы-165	182-80

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

30.09.2026 (среда)

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	Кукуруза сахарная бпл	Калорийность-21, Белки-1, Углеводы-4	17-32
55	Котлета рыбная (кета) бпл	Калорийность-84, Белки-9, Жиры-3, Углеводы-5	45-36
30	Соус белый основной бпл пф	Калорийность-14, Жиры-1, Углеводы-1	4-82
210	Макароны отварные с сыром бпл	Калорийность-291, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-40	26-68
200	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-85
35,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-94, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-19	3-97
	Итого за Завтрак (1 смена)	Калорийность-569, Белки-25, Жиры-15, Углеводы-84	105-00
	Обед (2 смена)		
60	Салат из свежих помидоров и огурцов бпл пф	Калорийность-39, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	10-72
250	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	7-27
115	Печень говяжья по-строгановски бпл	Калорийность-272, Белки-19, Жиры-18, Углеводы-8	65-76
190	Рис отварной бпл	Калорийность-258, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-46	15-75
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-12, Углеводы-3	1-24
38	Батон нарезной бпл	Калорийность-99, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-20	4-26
	Итого за Обед (2 смена)	Калорийность-826, Белки-33, Жиры-33, Углеводы-99	105-00
	Итого за день	Калорийность-1 395, Белки-58, Жиры-48, Углеводы-183	210-00

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

30.09.2026 (среда)

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	Салат из свежих помидоров и огурцов бпл пф	Калорийность-39, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	10-72
200	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-116, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	5-82
110	Котлета рыбная (кета) бпл	Калорийность-169, Белки-18, Жиры-7, Углеводы-9	90-72
180	Рис отварной бпл	Калорийность-244, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-44	14-92
200	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-85
24	Батон нарезной бпл	Калорийность-63, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12	2-69
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-22
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	Калорийность-736, Белки-31, Жиры-21, Углеводы-106	133-94
	Полдник (1 и 2 смена)		
100	Сырники бпл	Калорийность-213, Белки-20, Жиры-6, Углеводы-21	47-21
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-12, Углеводы-3	1-24
40	Молоко сгущенное с сахаром бпл	Калорийность-131, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	13-68
	Итого за Полдник (1 и 2 смена)	Калорийность-356, Белки-23, Жиры-9, Углеводы-46	62-13
	Итого за день	Калорийность-1 092, Белки-54, Жиры-30, Углеводы-152	196-07

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

30.09.2026 (среда)

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	Салат из свежих помидоров и огурцов бпл пф	Калорийность-39, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	10-72
200	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-116, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16	5-82
110	Котлета рыбная (кета) бпл	Калорийность-169, Белки-18, Жиры-7, Углеводы-9	90-72
180	Рис отварной бпл	Калорийность-244, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-44	14-92
180	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-59, Белки-1, Углеводы-14	6-17
19,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-52, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-10	2-22
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-22
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	Калорийность-719, Белки-30, Жиры-21, Углеводы-103	132-79
	Полдник (1 и 2 смена)		
100	Сырники бпл	Калорийность-213, Белки-20, Жиры-6, Углеводы-21	47-21
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-12, Углеводы-3	1-24
30	Молоко сгущенное с сахаром бпл	Калорийность-98, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-17	10-26
	Итого за Полдник (1 и 2 смена)	Калорийность-323, Белки-22, Жиры-9, Углеводы-41	58-71
	Итого за день	Калорийность-1 042, Белки-52, Жиры-30, Углеводы-144	191-50

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

30.09.2026 (среда)

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	Салат из свежих помидоров и огурцов бпл пф	Калорийность-65, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	17-87
250	Суп гороховый бпл пф	Калорийность-146, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-20	7-27
110	Котлета рыбная (кета) бпл	Калорийность-169, Белки-18, Жиры-7, Углеводы-9	90-72
230	Рис отварной бпл	Калорийность-312, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-56	19-06
200	Напиток из шиповника бпл	Калорийность-65, Белки-1, Углеводы-15	6-85
48,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-128, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-25	5-44
40	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	4-44
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	Калорийность-964, Белки-38, Жиры-26, Углеводы-145	151-65
	Полдник (1 и 2 смена)		
100	Сырники бпл	Калорийность-213, Белки-20, Жиры-6, Углеводы-21	47-21
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-12, Углеводы-3	1-24
50	Молоко сгущенное с сахаром бпл	Калорийность-164, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-28	17-10
	Итого за Полдник (1 и 2 смена)	Калорийность-389, Белки-24, Жиры-10, Углеводы-52	65-55
	Итого за день	Калорийность-1 353, Белки-62, Жиры-36, Углеводы-197	217-20

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