

Утверждаю:

Директор МАУ «Питание+»

В. А. Яковлева В.А. Яковлева

Согласовано:

Николаева И. А. Николаева И.А.

10 дневное меню на 2025-2026 уч. год

Возрастная категория: с 7 – 11 лет.

День 1(Понедельник)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	15	Сыр порциями	25	90	5,75	5,97	0,00	20,25
2.	182	Каша молоч.пшеничная с маслом	155(150/5)	218,12	6,48	7,31	32,06	13,04
3.	379	Кофейный напиток с молоком	200	146,3	3,3	2,73	24,96	10,38
4.		Хлеб пшеничный	20	47,6	1,52	0,16	9,72	2,92
5.	338	Фрукты	100	40	0,8	0,3	8,10	15,34
		Итого	500	542,02	17,52	16,09	74,37	61,93

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	45	Салат из б/к капусты.	60	51,64	0,89	3,05	5,39	5,28
2.	102	Суп картофельный с горохом	200	118,63	4,11	4,27	15,6	4,26
3.	269/331	Котлеты рублен.с томат. соусом	100(50/50)	172,94	8,36	10,46	11,90	46,25
4.	309	Макароны отварные	200	262,49	7,19	6,24	43,19	11,13
5.		Чай с фруктовым соком	200	33	0,54	0,1	8,58	7,10
6.		Хлеб дарницкий	40	98	3,12	0,36	0,00	3,57
		Итого	800	736,7	24,21	24,48	84,66	77,59

Утверждаю:

Согласовано:

Директор МАУ «Питание+»

Директор МАУ «Питание+»
Иванов И. А. Иванков

В. А. Яковлева

10 дневное меню на 2025-2026 уч.год

Возрастная категория: с 7 – 11 лет.

День 2(Вторник)

Завтрак

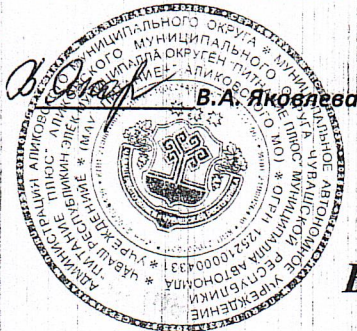
№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	173	Каша молоч.из овсяных хлоп.	10(200/10)	280,9	7,63	13,34	32,51	13,07
2.	382	Какао с молоком	200	143	3,97	3,20	25,81	10,38
3.	2	Бутерброд с повидлом	55	156,7	2,38	4,39	27,11	10,23
4.		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	3,33
5.		Итого	505	675,8	16,84	21,25	104,87	37,01

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	67	Винегрет овощной	60	74,6	0,80	6,06	4,11	4,91
2.	82	Борщ с капуст. картоф. со сметан	205(200/5)	90,04	1,57	4,87	10,71	10,28
3.	279/331	Тефтели рублен. с томат соусом	110(60/50)	139,1	7,47	8,37	8,05	38,18
4.	302	Каша гречневая рассыпч. с масл	155(150/5)	266,46	8,67	6,31	42,64	9,03
5.	349	Компот из смеси сухофруктов	200	126,05	0,57	0,00	32,21	5,70
6.		Хлеб дарницкий	40	98	3,12	0,36	0,00	3,57
		Итого	770	794,25	22,20	25,97	97,72	71,67

Утверждаю:

Директор МАУ «Питание+»



Согласовано:

Директор МАУ «Питание+»
Григорьев И.И. Григорьев

10 дневное меню на 2025-2026 уч.год

Возрастная категория: с 7 – 11 лет.

День 3(Среда)

Завтрак

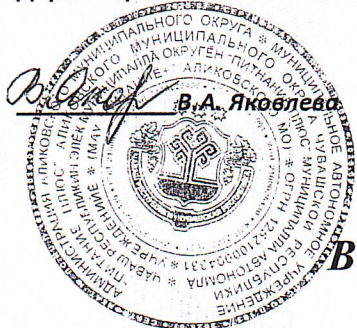
№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	14	Масло сливочное порц.	10	74,8	0,08	8,25	0,08	10,46
2.	223	Запеканка творож. с молоком сгу	150(130/20)	367,83	22,27	16,79	31,71	51,63
3.	377	Чай с лимоном	200/15/7	59,16	0,16	0,03	15,2	3,92
4.		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	3,33
5.	338	Фрукты	100	45	0,4	0,4	9,8	15,34
		Итого	500	641,99	25,95	25,79	76,23	84,68

Обед

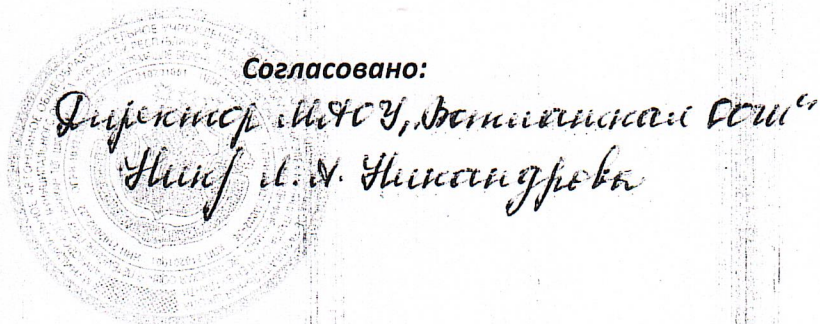
№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	47	Салат из квашеной капусты.	60	50,03	0,96	3	4,61	5,38
2.	103	Суп картофельный макарон.изд	200	97,56	2,25	2,23	16,73	5,90
3.	227/330	Рыба припущ. со сметан. соусом	100(50/50)	65,76	9,29	1,78	3,29	33,54
4.	312	Пюре картофельное	200	220,37	4,24	10,94	26,34	11,58
5.	348	Компот из изюма	200	108,83	0,36		28,06	8,97
6.	209	Яйцо вареное	40	62,8	5,08	4,6	0,28	10,83
7.		Хлеб дарницкий	40	98	2,72	0,52	16,28	3,57
		Итого	840	703,35	25,21	22,85	79,25	79,77

Утверждаю:

Директор МАУ «Питание +»



Согласовано:



10 дневное меню на 2025-2026 уч.год

Возрастная категория: с 7 – 11 лет.

День 4 (Четверг)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	3	Бутерброд с сыром	50	162,8	5,76	7,95	14,62	19,76
2.	175	Каша из риса и пшена с маслом	210(200/10)	259,24	5,97	11,40	33,09	20,32
3.	376	Чай с сахаром	200/15	56,85	0,1	0,03	14,99	3,53
4.		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	3,33
5.		Итого	500	574,09	14,87	19,70	82,14	46,94

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	52	Салат из свеклы отварной	60	53,91	0,81	3,65	4,72	4,63
2.	88	Щи из св, капусты с карт. со сметаной	205(200/5)	79,76	1,5	4,94	6,49	7,09
3.	269/331	Биточки рублен с томат. соусом	100(50/50)	198,72	11,46	11,45	13,81	46,25
5.	309	Макароны отварные	200	262,49	7,19	6,24	43,19	11,13
6.	348	Компот из чернослива	200	92,31	0,34		23,65	13,07
7.		Хлеб дарницкий	40	98	2,72	0,52	16,28	3,57
		Итого	805	745,20	20,67	27,64	102,45	85,74

Утверждаю:

Согласовано:

Директор МАУ «Питание+»



В.А. Яковлева

Директор МАУ «Питание+»
Николаева Л.А. Николаева

10 дневное меню на 2025-2026 уч.год

Возрастная категория: с 7 – 11 лет.

День 5(Пятница)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	302	Каца гречневая рассыпч. с масл	155(150/5)	266,46	8,67	6,31	42,64	9,03
2.	15	Сыр порциями	25	90	5,75	5,97	0,00	20,25
3.	382	Какао с молоком	200	143	3,79	3,20	25,81	10,38
4.	338	Фрукты	100	40	0,8	0,3	8,10	15,34
5.		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	3,33
		Итого	520	634,66	22,05	16,10	95,99	58,33

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	67	Винегрет овощной	60	74,6	0,8	6,06	4,11	4,91
2.	96	Рассольник Ленингр. со сметаной	205(200/5)	109,28	1,81	5,03	13,57	7,97
3.	290/330	Птица, тушен. в сметан. соусе	100(50/50)	113,6	14,42	19,99	2,95	26,71
4.	310	Картофель отварной	200	193,25	3,87	6,31	29,63	10,65
5.	342	Компот из св.яблок	200	108,96	0,16	0,16	27,87	8,06
6.		Хлеб дарницкий	40	75,6	2,92	0,52	14,20	3,57
		Итого	805	675,29	23,98	38,07	92,33	61,87

Утверждаю:

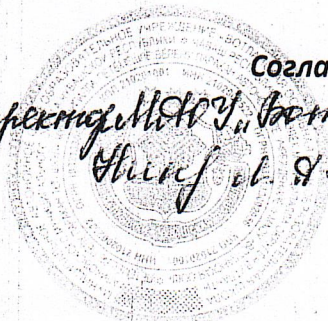
Директор МАУ «Питание+»



В.А. Яковлева

Согласовано:

Директор МБОУ «Ветеринарная станция»
Григорьев А.А. Григорьев



10 дневное меню на 2025-2026 уч.год

Возрастная категория: с 7 – 11 лет.

День 6 (Понедельник)

Завтрак

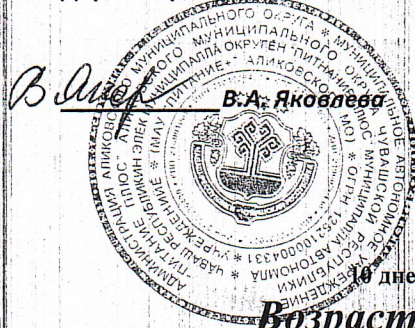
№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	3	Бутерброд с сыром	50	162,8	5,76	7,95	14,62	19,76
2.	174	Каша молоч.рисовая с маслом	155(150/5)	191,33	4,41	6,31	28,85	17,98
3.	382	Какао с молоком	200	143	3,97	3,20	25,81	10,38
4.		Хлеб пшеничный	20	47,6	1,52	0,16	9,72	2,92
5.	338	Фрукты	100	45	0,4	0,4	9,8	15,34
		Итого	525	589,73	15,88	18,02	88,80	66,38

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	52	Салат из свеклы	60	53,91	0,81	3,65	4,72	4,63
2.	102	Суп картофельный с горохом	200	118,63	4,11	4,27	15,6	4,26
3.	291	Плов из дыпленка	200	216	11,60	10,73	36,45	46,25
4.	348	Компот из кураги	200	124,18	1,08		31,33	29,72
5.		Хлеб дарницкий	40	98	3,12	0,36	0,00	10,38
		Итого	700	610,72	20,72	19,01	88,1	98,81

Утверждаю:

Директор МАУ «Питание+»



В.А. Яковлева

Согласовано:

Директор МАУ «Питание+»
Татьяна И. Яковлева

10 дневное меню на 2025-2026 уч.год

Возрастная категория: с 7 – 11 лет.

День 7 (Вторник)

Завтрак

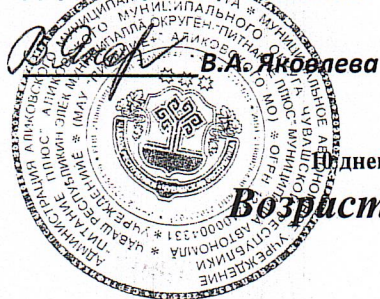
№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	330/223	Запеканка творож. сметан. соу	155(130/25)	304,22	21,41	16,32	17,31	51,63
2.	376	Чай с сахаром	200/15	56,85	0,1	0,03	14,99	3,53
3.	2	Бутерброд с повидлом	55	156,7	2,38	4,39	27,11	10,23
4.		Хлеб пшеничный	50	119	3,80	0,4	24,30	3,33
5.	209	Яйцо вареное	40	62,8	5,08	4,6	0,28	10,83
		Итого :	500	699,57	32,77	25,74	83,99	79,55

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	67	Винегрет овощной.	60	74,6	0,8	6,06	4,11	4,91
2.	82	Борщ с капустой, карт. с сметан	205(200/5)	90,04	1,57	4,87	10,71	10,28
3.	294/331	Котлеты из птицы рублен. с тома	110(50/50)	110,05	9,79	10,39	10,80	33,88
4.	304	Рис отварной	200	259,4	4,88	7,31	47,82	17,18
5.	349	Компот из сухофруктов	200	126,05	0,57	0,00	32,21	5,70
6.		Хлеб дарницкий	40	98	3,12	0,36	0,00	3,57
		Итого	805	758,16	20,73	28,99	105,65	75,52

Утверждаю:

Директор МАУ «Питание +»



В. А. Яковлева

Согласовано:

Директор МДОУ «Воспитанка»
00.06.2025
Желез. Л. И. Никандрова

Пятидневное меню на 2025-2026 уч.год

Возрастная категория: с 7 – 11 лет .

День 8 (Среда)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	14	Масло сл.порциями	10	74,80	0,05	8,25	0,08	10,46
2.	173	Каша молоч.пшениная с маслом	155(150/5)	218,12	6,33	7,15	31,86	13,04
3.		Чай с фруктовым соком	200	33	0,54	0,1	8,58	7,10
4.		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	3,33
5.	338	Фрукты	100	42	0,4	0,4	9,8	15,34
		Итого	505	463,12	10,36	16,12	69,46	49,27

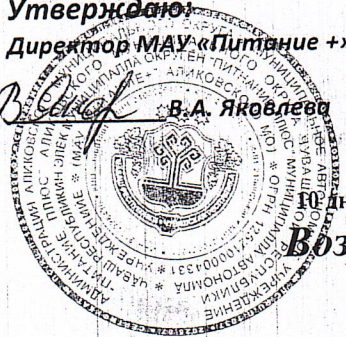
Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	47	Салат из квашеной капусты.	60	83,39	1,6	4,99	7,68	5,38
2.	111	Суп с макарон. изд.	200	94,41	1,83	4,01	12,53	5,90
3.	234/330	Котлеты рыбные со сметан. соус	100(50/50)	118,76	7,21	5,00	10,92	33,54
4.	312	Пюре картофельное	200	220,37	4,15	10,88	26,28	11,58
5.	348	Компот из чернослива	200	92,81	0,34	0,00	23,65	13,07
6.		Хлеб дарницкий	40	75,60	2,92	0,52	14,20	3,57
		Итого	840	685,34	18,05	25,40	95,26	73,04

Утверждаю:

Директор МАУ «Питание +»

В.А. Яковлева



Согласовано:

Директор МАУ «Ветеринария +»
Ирина А. Александрова

ГОДОВОЕ меню на 2025-2026 уч.год

Возрастная категория: с 7 – 11 лет .

День 9 (Четверг)

Завтрак

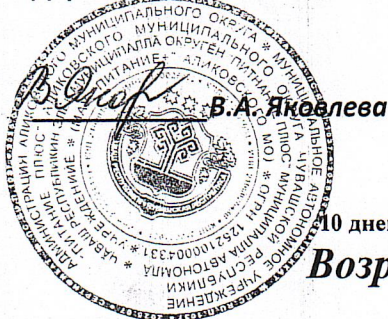
№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	1	Бутерброд с маслом сливочным	40	146,2	2,33	8,49	14,66	10,66
2.	204	Макароны отварные с сыром	155(150/5)	233,83	9,70	9,22	27,69	28,93
3.	382	Какао с молоком	200	143	3,79	3,20	25,81	10,38
4.		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	3,33
5.	209	Яйцо вареное	40	62,84	5,08	4,6	0,28	10,83
	338	Яблоки св.порциями	100	45	0,4	0,4	9,8	15,34
		Итого	575	726,07	24,34	26,23	97,68	79,47

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	43	Салат из белокочанной капусты	60	51,64	0,89	3,05	5,39	5,28
2.	98	Суп крестьян.с крупой со смет.	200	87,8	1,51	3,98	11,42	5,02
3.	280/331	Фрикадельки мясные в томат. со	100(50/50)	161,44	8,37	9,52	11,52	41,26
4.	303	Каша пшеничная вязкая	200	213,71	5,65	6,08	33,51	9,54
5.	348	Компот из изюма	200	108,83	0,36	0,00	28,06	8,97
6.		Хлеб дарницкий	40	98	3,12	0,36	0,00	3,57
		Итого	800	721,42	19,9	22,99	89,90	73,64

Утверждаю:

Директор МАУ «Питание +»



Согласовано:

Директор МАУ «Питание +»
Иванов А.А. Иванова

10 дневное меню на 2025-2026 уч.год

Возрастная категория: с 7 – 11 лет.

День 10 (Пятница)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	182	Каша полбяная молочная с масл	210(200/10)	295,71	9,19	11,73	36,83	19,79
2.	379	Кофейный напиток с молоком	200	146,3	3,12	2,51	24,69	10,38
3.		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	3,33
4.	338	Фрукты	100	40	0,8	0,3	8,10	15,34
		Итого	550	577,21	16,15	14,86	89,06	48,84

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	52	Салат из свеклы	60	53,91	0,81	3,65	4,72	4,63
2.	103	Суп картофельный с макарон. из	200	97,56	2,25	2,23	16,73	5,90
3.	290/330	Птица тушен. в сметан. соусе	100(50/50)	113,6	14,42	19,99	2,95	26,71
4.	302	Каша гречневая рассыпч.с масло	200	343,82	11,18	8,14	55,02	12,03
5.	342	Компот из св.яблок	200	108,96	0,16	0,16	27,87	8,06
		Хлеб дарницкий	40	75,60	2,92	0,52	14,20	3,57
6.		Итого	800	910,54	46,96	34,54	148,89	60,90