



МЕНЮ

По столовой 16,03-20,03,2026Г



Вариант 1

Завтрак			Обед		
Наименование блюд	Выход, г	Ккал.	Наименование блюд	Выход, г	Ккал.
Понедельник 16,03					
КАША МОЛОЧНАЯ ГЕРКУЛЕС С МАСЛОМ	200/5	153,8	ТУШЕНАЯ МОРКОВЬ С СЫРОМ	60	70,7
БАТОН	60	157,2	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	116
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	6	21,8	ПЕЧЕНЬ ПО СТРОГАНОВСКИ	90/20	193
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	74,8	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150/5	131,4
ПЕЧЕНЬЕ	20	83,4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	87,1
КАКАО С МОЛОКОМ	200	89,8	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	48	95
Итого:	501	580,8	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ЯБЛОК	200	58,5
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)			Итого:	795	751,7
Молоко цельное питьевое	200	116,0			

Стоимость рациона: 177,00

Вторник 17,03					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ ИЛИ МЕДОМ	200/20	250,0	ЗЕЛЕННЫЙ ГОРОШЕК	60	23,3
БАТОН	60	157,2	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	137
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	36,4	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ	90	238,5
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	74,8	ОВОЩНОЕ РАГУ	150	118,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	79,7	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	87,1
			ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	48	95
Итого:	500	598,1	КИСЕЛЬ	200	106,7
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)			Итого:	768	806,2
Молоко цельное питьевое	200	116,0			

Стоимость рациона: 177,00

Среда 18,03					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200/20	240,0	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	7,8
БАТОН	60	157,2	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	122
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	36,4	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	90	205
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	74,8	ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ (ГОРОХ)	150/5	190
ЧАЙ С САХАРОМ	200	26,1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	87,1
			ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	48	95
Итого:	500	534,5	КОМПОТ ИЗ ЯГОД Б/З	200	100,6
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)			Итого:	783	807,5
Напиток кисломолочный "Снежок"	200	148,0			

Стоимость рациона: 177,00

Четверг 19,03					
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200/5	190,0	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	23,3
БАТОН	60	157,2	СВЕКОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	126
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	6	21,8	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАН.СОУСОМ	240	341,5
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	74,8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	87,1
ЧАЙ С САХАРОМ	200	26,1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	48	95
ПЕЧЕНЬЕ	20	83,4	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	34,8
Итого:	501	553,3	Итого:	778	707,7
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116,0			

Стоимость рациона: 177,00

Пятница 20,03					
ЗЕЛЕННЫЙ ГОРОШЕК	60	23,3	ИКРА ИЗ БАКЛАЖАНОВ КОНСЕРВИРОВАН.	60	88,8
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	90	221,1	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	79,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150/5	131,4	БЕДРО КУРИННОЕ	90	183,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	142,1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ	150/5	139,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	79,7	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	87,1
			ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	48	95
Итого:	565	597,6	КОМПОТ ИЗ ЯГОД Б/З	200	100,6
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)			Итого:	783	774
Молоко цельное питьевое	200	116,0			

Стоимость рациона: 177,00

Подпись: Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

Согласовано

Утверждаю

Директор МАОУ СОШ № 1 "Поллюс" НГО

ИП Булипопова О.В.

МЕНЮ

для обучающихся 5 - 11 классов из многодетных семей,
семей, имеющих среднедушевой доход ниже величины прожиточного минимума,
семей, находящихся в социально опасном положении,
детей – сирот и детей, оставшихся без попечения родителей (дети под опекой и в приемных семьях)
дети мобилизованных, по столовой на 16,02-20,02,2026г

Питание по типу Завтрака			Питание по типу Завтрака		
Наименование блюд	Выход, г Ккал.		Наименование блюд	Выход, г Ккал.	
Понедельник 16,03					
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	120/20	191,5	АЗУ ИЗ СВИНИНЫ	280	430,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180/10	162,7	ТУШЕНАЯ МОРКОВЬ С СЫРОМ	100	129,1
ТУШЕНАЯ МОРКОВЬ С СЫРОМ	100	129,1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	94,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	94,7	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	70	138,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	70	138,5	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ЯБЛОК	200	34,8
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ЯБЛОК	200	34,8			
Итого:	740	751,3	Итого:	690	827,9

Стоимость рациона: 105,00

Вторник 17,03					
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	265	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	198,9
ОВОЩНОЕ РАГУ	180	82,5	ПАРОВЫЕ		
ЗЕЛЕННЫЙ ГОРОШЕК	100	38,8	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МОРКОВЬЮ	180	140,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	94,7	ЗЕЛЕННЫЙ ГОРОШЕК	100	38,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	70	138,5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	94,7
КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ	200	106,7	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	70	138,5
			КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ	200	106,7
Итого:	690	726,2	Итого:	690	718,4

Стоимость рациона: 105,00

Среда 18,03					
БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	100	197,7	ОЛАДЫИ ИЗ ПЕЧЕНИ	120	233
ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ С МАСЛОМ (ГОРОХ)	180/10	280,2	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180/10	162,7
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100	13	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100	13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	94,7	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	94,7
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	70	138,5	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	70	138,5
КОМПОТ ИЗ ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ	200	78,7	КОМПОТ ИЗ ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ	200	100,6
Итого:	700	802,8	Итого:	720	742,5

Стоимость рациона: 105,00

Четверг 19,03					
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	280	447,2	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	314,8
МОРСКАЯ КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	100	89,8	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	180/10	250,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	94,7	МОРСКАЯ КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	100	89,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	70	138,5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	94,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	34,8	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	70	138,5
			КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	34,8
Итого:	690	805	Итого:	700	923,5

Стоимость рациона: 105,00

Пятница 20,03					
БЕДРО КУРИНОЕ ОТВАРНОЕ	100	184,3	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ	120	111,4
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ	180/10	144,3	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	144,3
ИКРА ИЗ БАКЛАЖАНОВ	100	148	ИКРА ИЗ БАКЛАЖАНОВ	100	148
КОНСЕРВИРОВАННАЯ			КОНСЕРВИРОВАННАЯ		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	94,7	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	94,7
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	70	138,5	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	70	138,5
КОМПОТ ИЗ ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ	200	100,6	КОМПОТ ИЗ ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ	200	100,6
Итого:	700	810,4	Итого:	710	737,5

Стоимость рациона: 105,00

Подпись: Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

Согласовано
Директор МАОУ СОШ № 1 "Полное" НГО

Утверждаю
ИП Булипопова О.В.



МЕНЮ
для детей, обучающихся в 1 – 4 классах (за исключением обучающихся с ОВЗ и детей – инвалидов)
дети мобилизованных, по столовой на 16,03-20,03,2026г

Наименование блюд	Выход, г	Ккал.	Наименование блюд	Выход, г	Ккал.
Понедельник 16,03					
КАША МОЛОЧНАЯ ГЕРКУЛЕС С МАСЛОМ	200/5	153,8	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ	200/20	250,6
БАТОН	60	157,2	БАТОН	60	157,2
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	6	21,8	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	36,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	74,8	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	74,8
ПЕЧЕНЬЕ	20	83,4	КАКАО С МОЛОКОМ	200	89,8
КАКАО С МОЛОКОМ	200	89,8			
Итого:	501	580,8	Итого:	500	608,8
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116			

Стоимость рациона: 105,00

Вторник 17,03					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ ИЛИ МЕДОМ	200/20	250	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200/5	192
БАТОН	60	157,2	БАТОН	60	157,2
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	36,4	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	6	21,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	74,8	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	74,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	79,7	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	79,7
			ПЕЧЕНЬЕ	20	83,4
Итого:	500	598,1	Итого:	501	608,9
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116			

Стоимость рациона: 105,00

Среда 18,03					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ СОВОЩАМИ	200/20	288,1	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ	90/20	157,1
БАТОН	60	157,2	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	150/10	146,2
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	36,4	ТУШЕНАЯ МОРКОВЬ С СЫРОМ	60	77,7
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	74,8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	142,1
ЧАЙ С САХАРОМ	200	26,1	ЧАЙ С САХАРОМ	200	26,1
Итого:	500	582,6	Итого:	590	549,2
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Напиток кисломолочный "Снежок"	200	148			

Стоимость рациона: 105,00

Четверг 19,03					
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200/5	190	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ И ЯГОДНЫМ СОУСОМ ИЛИ МЕДОМ	200/20/10	265,2
БАТОН	60	157,2	БАТОН	60	157,2
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	6	21,8	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	6	21,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	74,8	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	74,8
ЧАЙ С САХАРОМ	200	26,1	ЧАЙ С САХАРОМ	200	26,1
ПЕЧЕНЬЕ	20	83,4			
Итого:	500	553,3	Итого:	500	545,1
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116			

Стоимость рациона: 105,00

Пятница 20,03					
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	90	221,1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	200/5	177,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	131,4	БАТОН	60	157,2
ЗЕЛЕННЫЙ ГОРОШЕК	60	23,3	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	6	21,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	142,1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	74,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	79,7	ЧАЙ С САХАРОМ	200	26,1
			ПЕЧЕНЬЕ	20	83,4
Итого:	565	597,6	Итого:	501	541
Дополнительное питание (либо второй завтрак, либо полдник)					
Молоко цельное питьевое	200	116			

Стоимость рациона: 105,00

Подпись: Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____