

Утверждаю:
Директор МБОУ С(К)ШИ
Л.Н. Чистина

Утверждаю:
Директор МБОУ С(К)ШИ
Л.Н. Чистина

**СТОЛОВАЯ
МЕНЮ « 26 » января 2026 г.**

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
Завтрак			
Каша кукурузная молочная жидкая		200/5	232,2
Чай с сахаром и лимоном		200/15/7	61,62
Бутерброд с сыром		25/20	152,00
Хлеб пшеничный		30	90,62
		502	549,16

Обед

Огурец соленый		60	7,2
Борщ с капустой и картофелем со сметаной		200	88,89
Птица отварная		90/5	312,02
Рис отварной		150	225,18
Компот из смеси сухофруктов		200	113,79
Хлеб ржано-пшеничный		30	94,08
Хлеб пшеничный		30	90,62
		765	931,78

Полдник

Печенье		80	338,8
Чай с сахаром и лимоном		200/15/7	61,62
		302	400,42

Ужин

Запеканка манная с яблоками		200/5	323,6
Чай с сахаром		200/15	60
Хлеб ржано-пшеничный		30	94,08
Хлеб пшеничный		60	181,24
		510	658,92

Поздний ужин

Кефир		200	163,80
		200	163,80

Шеф-повар Русланова О.Б.

Мед.сестра Мария

**СТОЛОВАЯ
МЕНЮ « 26 » января 2026 г.**

Возрастная категория: от 12 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
Завтрак			
Каша кукурузная молочная жидкая		250/5	290,25
Чай с сахаром и лимоном		200/15/7	61,62
Бутерброд с сыром		25/20	152,00
Хлеб пшеничный		60	181,24
		582	685,11

Обед

Огурец соленый		100	12,00
Борщ с капустой и картофелем со сметаной		250	111,11
Птица отварная		120/5	416,03
Рис отварной		200	300,24
Компот из смеси сухофруктов		200	113,79
Хлеб ржано-пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
		995	1322,57

Полдник

Печенье		130	550,50
Чай с сахаром и лимоном		200/15/7	61,62
		352	612,12

Ужин

Запеканка манная с яблоками		250/5	404,50
Чай с сахаром		200/15	60
Хлеб ржано-пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
		590	833,9

Поздний ужин

Кефир		200	163,80
		200	163,80

Шеф-повар Русланова О.Б.
Мед.сестра Мария

Утверждаю:
Директор МБОУ С(К)ШИ
Л.Н. Чистина

Утверждаю:
Директор МБОУ С(К)ШИ
Л.Н. Чистина

**СТОЛОВАЯ
МЕНЮ «27» января 2026 г.**

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
-------------------	------	-------	-----------------------

Завтрак

Каша молочная	200/5	243,92
пшеничная жидкая		
Булочка «Нежная»	60/10	453,6
Какао с молоком сгущенным	190/38/3	154,15
Хлеб пшеничный	30	90,62
	536	942,29

Обед

Салат из отварной свеклы	60	45,2
Рассольник домашний	200	119,6
Котлета из говядины	90	227,2
Макароны отварные с маслом слив.	150	211,09
Компот из кураги	200	91,98
Хлеб ржано-пшеничный	30	94,08
Хлеб пшеничный	30	90,62
	760	879,77

Полдник

Пряники	100	359
Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	61,62
	322	420,26

Ужин

Овощное рагу	250	238,99
Чай с сахаром	200/15	60
Хлеб ржано-пшеничный	30	94,08
Хлеб пшеничный	30	90,62
	525	483,69

Поздний ужин

Йогурт	200	117,31
	200	117,31

Шеф-повар А. Нодина О.Б.

Мед.сестра Мб

**СТОЛОВАЯ
МЕНЮ «27» января 2026 г.**

Возрастная категория: от 12 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
-------------------	------	-------	-----------------------

Завтрак

Каша молочная	250/5	304,9
пшеничная жидкая		
Булочка «Нежная»	60/10	453,6
Какао с молоком сгущенным	190/38/3	154,15
Хлеб пшеничный	60	181,24
	616	1093,89

Обед

Салат из отварной свеклы	100	75,33
Рассольник домашний	250	149,50
Котлета из говядины	120	302,93
Макароны отварные с маслом слив.	200	281,45
Компот из кураги	200	91,98
Хлеб ржано-пшеничный	60	188,16
Хлеб пшеничный	60	181,24
	990	1270,59

Полдник

Пряники	130	466,70
Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	61,62
	322	528,32

Ужин

Овощное рагу	280	267,67
Чай с сахаром	200/15	60
Хлеб ржано-пшеничный	60	188,16
Хлеб пшеничный	60	181,24
	615	697,07

Поздний ужин

Йогурт	200	117,31
	200	117,31

Шеф-повар А. Нодина О.Б.

Мед.сестра Мб

Утверждаю
Директор МБОУ С(К)ШИ
Л.Н. Чистина
Л.Н. Чистина
СТОЛОВАЯ
МЕНЮ «28» января 2026 г.

Утверждаю:
Директор МБОУ С(К)ШИ
Л.Н. Чистина
Л.Н. Чистина

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
-------------------	------	-------	-----------------------

Завтрак

Каша манная молочная вязкая		200/5	244,92
Чай с сахаром		200/15	48,64
Вафли		50	270,5
Хлеб пшеничный.		30	90,62
	500		654,68

Обед

Салат из свежих помидоров		60	68,28
Суп картофельный с клецками		200/30	89,55
Суфле рыбное		90	100,8
Картофельное пюре		150	160,41
Сок фруктовый		200	88,0
Хлеб ржано-пшеничный		30	94,08
Хлеб пшеничный		30	90,62
	790		691,74

Полдник

Пирожок с повидлом		80	225,83
Чай с сахаром и лимоном		200/15 /7	61,62
	302		287,45

Ужин

Кура отварная		90/5	312,02
Рис отварной		150	225,18
Чай с сахаром		200/15	60
Хлеб ржано-пшеничный		30	94,08
Хлеб пшеничный		30	90,62
	520		781,9

Поздний ужин

Кефир		200	163,80
	200		163,80

Шеф-повар А.Н. Чистина

Мед.сестра М.Н.

СТОЛОВАЯ
МЕНЮ «28» января 2026 г.

Возрастная категория: от 12 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
-------------------	------	-------	-----------------------

Завтрак

Каша манная молочная вязкая		250/5	306,15
Чай с сахаром		200/15	48,64
Пряник		50	270,5
Хлеб пшеничный.		60	181,24
	625		806,53

Обед

Салат из свежих помидоров		100	113,80
Суп картофельный с клецками		250/30	111,94
Суфле рыбное		120	134,40
Картофельное пюре		200	213,88
Сок фруктовый		200	88,0
Хлеб ржано-пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
	1020		1031,42

Полдник

Пирожок с повидлом		130	366,82
Чай с сахаром и лимоном		200/15 /7	61,62
	352		428,44

Ужин

Курица отварная		100/5	346,69
Рис отварной с маслом		200	300,24
Чай с сахаром		200	60
Хлеб ржано-пшеничный		60	188,16
Хлеб пшеничный		60	181,24
	860		1233,67

Поздний ужин

Кефир		200	163,80
	200		163,80

Шеф-повар А.Н. Чистина

Мед.сестра М.Н.

Утверждаю:
Директор МБОУ С(К)ШИ
Л.Н. Чистина

Утверждаю:
Директор МБОУ С(К)ШИ
Л.Н. Чистина

**СТОЛОВАЯ
МЕНЮ «29» января 2026 г.**

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
Завтрак			
Каша ячневая молочная вязкая	200/5	246,87	
Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	131,87	
Сдоба обыкновенная с маслом сливочным	60/10	259,0	
Хлеб пшеничный	30	90,62	
	505	728,36	

Обед

Салат из белокочанной капусты с морковью	60	42,01	
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	99,27	
Плов из отварной птицы	90	100,8	
Напиток из шиповника	200	46,87	
Хлеб ржано-пшеничный	30	94,08	
Хлеб пшеничный	30	90,62	
	760	1226,67	

Полдник

Коржик	80	322,8	
Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	61,62	
	302	384,42	

Ужин

Котлета из говядины	90	227,2	
Капуста тушёная	150	52,30	
Чай с сахаром	200/15	60	
Хлеб ржано-пшеничный	30	94,08	
Хлеб пшеничный	30	90,62	
	515	524,2	

Поздний ужин

Молоко кипячёное	200	117,31	
	200	117,31	

Возрастная категория: от 12 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
Завтрак			
Каша ячневая молочная вязкая	250/5	308,59	
Кофейный напиток на сгущённом молоке	190/38/3	154,15	
Сдоба обыкновенная с маслом сливочным	60/10	259,0	
Хлеб пшеничный	60	181,24	
	616	902,98	

Обед

Салат из белокочанной капусты с морковью	100	70,02	
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	124,09	
Плов из отварной птицы	280	996,12	
Напиток из шиповника	200	46,87	
Хлеб ржано-пшеничный	60	188,16	
Хлеб пшеничный	60	181,24	
	950	1606,5	

Полдник

Коржик	130	524,55	
Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	61,62	
	352	586,17	

Ужин

Котлета из говядины	120	302,93	
Капуста тушёная	200	69,73	
Чай с сахаром	200/15	60	
Хлеб ржано-пшеничный	60	188,16	
Хлеб пшеничный	60	181,24	
	655	802,06	

Поздний ужин

Молоко кипячёное	200	117,31	
	200	117,31	

Шеф-повар *Руслан О.Б.*

Мед.сестра *Ми*

Мед.сестра *Ми*

Утверждаю:
Директор МБОУ С(К)ШИ
Л.Н. Чистина

**СТОЛОВАЯ
МЕНЮ «30» зима 2026 г.**

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
-------------------	------	-------	-----------------------

Завтрак

Каша пшеничная	200/5	227,16	
молочная жидккая			
Чай с сахаром с лимоном	200/15/7	61,62	
Хлеб пшеничный	30	90,62	
Бутерброд с джемом	10/20/15	156,6	
	502	536,0	

Обед

Салат из моркови	60	11,50	
Суп картофельный с рыбной консервой	200	147,58	
Тефтели из говядины в молочном соусе	90/40	280,07	
Макароны отварные с маслом слив.	150	211,09	
Компот из смеси сухофруктов	200	113,79	
Хлеб ржано- пшеничный	30	94,08	
Хлеб пшеничный	30	90,62	
	800	948,53	

Полдник

Булочка домашняя	80	304,27	
Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	61,62	
	302	365,89	

Шеф-повар А.Н.Кудина Р.Б.

Мед.сестра Л.В.

Утверждаю:
Директор МБОУ С(К)ШИ
Л.Н. Чистина

**СТОЛОВАЯ
МЕНЮ «30» зима 2026 г.**

Возрастная категория: от 12 лет

№ наименование	цена	выход	энерг цен. ккал
-------------------	------	-------	-----------------------

Завтрак

Каша пшеничная	250/5	283,95	
молочная жидккая			
Чай с сахаром с лимоном	200/15/7	61,62	
Хлеб пшеничный	60	181,24	
Бутерброд с джемом	10/20/15	156,60	
	582	683,41	

Обед

Салат из моркови	100	19,17	
Суп картофельный с рыбной консервой	250	184,48	
Тефтели из говядины в молочном соусе	120/40	373,43	
Гречка отварная с маслом	200	351,73	
Компот из смеси сухофруктов	200	113,79	
Хлеб ржано- пшеничный	60	188,16	
Хлеб пшеничный	60	181,24	
	1030	1341,72	

Полдник

Булочка домашняя	130	494,43	
Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	61,62	
	352	556,05	

Шеф-повар А.Н.Кудина Р.Б.

Мед.сестра Л.В.