ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ПРОСТОЙ ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП
Документ отправлен на официальный сайт: 6.crimedu.ru
Уполномоченное лицо — руководитель образовательного учреждения:
Клименко Ирина Александровна
Действителен с: с 29.09.2026, 13:29
Действителен до: до 23.12.2027, 13:29
Ключ подписи: 00B4C51C889C861B0F1D8CE7EFEE6F65D4

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «СОШ № 6
им. В.А. Горишнего»
_____И.А. Клименко

Двухнедельное меню

Сезон: зимне - весенний

Возрастная категория: 2-3 года, 3-7 лет

Симферополь, 2026 г

1-й день Понедельник Неделя: первая	Наименование блюд	№ рецептуры	2-3 года					3-7 лет				
			выход	б	ж	у	ккал	выход	б	ж	у	ккал
Завтрак	Каша молочная пшенная	101	150	7.68	9.7	32.1	24.6	180	7.68	9.7	32.1	246
	Чай с лимоном	393	150	0.07	0.01	7.10	29	180	0.12	0.03	10.20	41
	Бутерброд с маслом сливочным	1	30/6	3.9	8.7	24.7	68	40/10	3.9	8.7	24.7	68
Итого			**336**					**410**				
2-й завтрак	Сок	418	**150**	1.2	0.2	2.3	10.6	**180**	1.2	0.2	2.3	10.6
	Кондитерское изделие	58	**15**	2.2	2.9	22.3	125	**40**	2.2.	2.9	22.3	125
Обед	Борщ со сметаной	63	150/5	3.1	2.4	18.6	133.5	250/10	3.1	2.4	18.6	133.5
	Котлета рыбная	272	60	11.16	3.90	9.04	344	80	11.16	3.90	9.04	344
	Картофельное пюре	339	130	4.5	6.1	29.0	187.6	150	4.5	6.1	29.0	187.6
	Консервированный огурец	70	50	1	0.4	2.3	21	60	1	0.4	2.3	21
	Кисель из замороженной ягоды	378	150	0.46	0.20	130.70	526.00	180	0.46	0.20	130.70	526.00
	Хлеб ржаной	1	30	1.56	0.36	13.29	64.2	45	2.34	0.54	19.93	96
	Хлеб пшеничный	1	30	2.13	0.33	13.92	6.87	45	3.19	0.49	20.43	103
Итого			**605**					**820**				
	Сырники творожные со сгущенным молоком	245	140/10	9.3	6.33	5.38	116	150/20	13.02	8.86	7.53	162.4
	Чай с сахаром	411	150	27.7	0.0	0.0	13.0	180	27.7	0.0	0.0	13.0
	Банан	336	100	1.4	0.5	18.9	86.4	100	1.4	0.5	18.9	86.4
Итого			**400**					**450**				
Всего			**1 491**					**1 860**				

2-й день Вторник Неделя: первая	Наименование блюд	№ рецептуры	2-3 года					3-7 лет				
			выход	б	ж	у	ккал	выход	б	ж	у	ккал
Завтрак	Каша манная молочная	168	150	3.40	3.96	22.94	141.0	200	4.52	4.07	30.57	177.0
	Чай с лимоном	393	150	0.7	0.01	7.10	29	180	0.12	0.002	10.20	41
	Бутерброд с маслом и сыром	3	30/6/10	3.9	8.7	24.7	68	40/10/15	3.9	8.7	24.7	68
Итого			**346**					**445**				
2-й завтрак	Како с молоком	416	**150**	4.4.	4.8	23.4	145.6	**180**	4.4.	4.8	23.4	145.6
	Кондитерское изделие	58	**15**	2.2	2.9	22.3	125	**40**	2.2.	2.9	22.3	125
Обед	Суп с макаронными изделиями	88	150	8.1	6.1	15.9	175.0	250	8.1	6.1	15.9	175.0
	Плов из птицы	304	150	14.17	11.96	25.08	264	200	19.33	16.19	33.99	359
	Консервированный огурец	70	50	1	0.4	2.3	21	60	1	0.4	2.3	21
	Компот из яблок	372	150	0.12	0.12	17.91	73.2	200	0.16	0.16	23.88	97.6
	Хлеб ржаной	1	30	1.56	0.36	13.29	64.2	45	2.34	0.54	19.93	96
	Хлеб пшеничный	1	30	2.13	0.33	13.92	6.87	45	3.19	0.49	20.43	103
Итого			**560**					**800**				
Полдник	Рыба, запеченая с картофелем	150	100	4.75	3.64	5.87	75	120	4.75	3.64	5.87	75
	Икра кабачковая	359	50	0.72	2.83	4.63	46.80	60	0.72	2.83	4.63	46.80
	Банан	336	100	1.4	0.5	18.9	86.4	100	1.4	0.5	18.9	86.4
	Чай с сахаром	411	150	27.7	0.0	0.0	13.0	180	27.7	0.0	0.0	13.0
Итого			**400**					**460**				
Всего			**1 471**					**1 925**				

3-й день Среда Неделя: перва	Наименование блюд	№ рецептуры	2-3 года					3-7 лет				
			выход	б	ж	у	ккал	выход	б	ж	у	ккал
Завтрак	Каша молочная рисовая	181	150	5.10	8.17	21.73	175.99	200	5.10	8.17	21.73	175.99
	Кофейный напиток с молоком	114	150	56.9	25.0	4.8	67.0	180	56.9	25.0	4.8	67.0
	Бутерброд с маслом	1	30/6	3.9	8.7	24.7	68	40/10	3.9	8.7	24.7	68
Итого			**336**					**430**				
2-й завтрак	Сок	418	**150**	1.2	0.2	2.3	10.6	**180**	1.2	0.2	2.3	10.6
	Кондитерское изделие	58	**15**	2.2	2.9	22.3	125	**40**	2.2.	2.9	22.3	125
Обед	Суп картофельный с курицей и яйцом	86	150	1.38	4.64	9.25	84.35	250	2.31	7.73	15.42	140.58
	Котлета мясная	282	65	8.93	6.74	8.97	132	75	11.92	8.80	11.64	173
	Каша гречневая рассыпчатая	313	100	5.73	4.06	25.76	162	150	8.59	6.09	38.64	243
	Салат из квашенной капусты	81	50	1.58	4.99	7.66	83.20	60	1.58	4.99	7.66	83.20
	Компот из шиповника	398	150	0.51	0.21	14.23	61	180	0.61	0.25	18.67	19
	Хлеб ржаной	1	30	1.56	0.36	13.29	64.2	45	2.34	0.54	19.93	96
Итого			**545**					**760**				
Полдник	Ленивые вареники со сметаной	230	125/10	17,13	15,17	17,71	276	155/20	21.89	16.03	22.6	321
	Фрукт по сезону	336	100	1.4	0.5	18.9	86,4	100	1.4	0.5	18.9	86.4
	Чай с сахаром	411	150	27.7	0.0	0.0	13.0	180	27.7	0.0	0.0	13.0
	Хлеб пшеничный	1	30	2.13	0.33	13.92	6.87	45	3.19	0.49	20.43	103
Итого			**415**					**500**				
Всего			**1 446**					**1 880**				

4-й день Четверг Неделя: первая	Наименование блюд	№ рецептуры	2-3 года					3-7 лет				
			выход	б	ж	у	ккал	выход	б	ж	у	ккал
Завтрак	Каша молочная манная	168	150	3.40	3.96	22.94	141.0	180	4.52	4.07	30.57	177.0
	Чай с лимоном	393	150	0.07	0.01	7.10	29	180	0.12	0.03	10.20	41
	Бутерброд с маслом и сыром	3	30/5/10	3.9	8.7	24.7	68	30/5/15	3.9	8.7	24.7	68
Итого			**336**					**410**				
2-й завтрак	Ряженка	419	**150**	6	2	8.4	80	**180**	6	2	8.4	80
	Кондитерское изделие	58	**15**	2.2	2.9	22.3	125	**40**	2.2.	2.9	22.3	125
Обед	Суп фасолевый	87	150	6.4	4.5	18.6	141	250	6.4	4.5	18.6	141
	Оладьи из печени	9	160	7.7	7.7	24	182	180	10.2	13	25	194
	Картофельное пюре	318	130	2.9	4.4	2.08	146.0	150	2.9	4.4	2.08	146.0
	Консервированный помидор	70	50	1.0	0.4	2.3	21	60	1.0	0.4	2.3	21
	Компот из сухофруктов	394	150	0.17	-	21.1	82.3	180	0.17	-	21.1	82.3
	Хлеб ржаной	1	30	1.56	0.36	13.29	64.2	45	2.34	0.54	19.93	96
Итого			**670**					**865**				
Полдник	Винегрет	45	150	0.54	2.47	3.37	36.72	180	0.81	3.70	5.06	54.96
	Омлет натуральный	215	85	7.52	13.46	1.57	157	105	9.28	18.03	1.86	193
	Хлеб пшеничный	1	30	2.13	0.33	13.92	6.87	45	3.19	0.49	20.43	103
	Чай с сахаром	411	150	27.7	0.0	0.0	13.0	180	27.7	0.0	0.0	13.0
Итого			**415**					**510**				
Всего			**1 571**					**1 955**				

5-й день Пятница Неделя: первая	Наименование блюд	№ рецептуры	2-3 года					3-7 лет				
			выход	б	ж	у	ккал	выход	б	ж	у	ккал
Завтрак	Каша молочная геркулесовая	168	150	4.05	5.69	20.36	149.0	200	5.39	6.38	27.13	187.0
	Бутерброд с маслом	1	30/6	3.9	8.7	24.7	68	40/10	3.9	8.7	24.7	68
	Какао с молоком	416	150	4.4	4.8	23.4	145.6	180	4.4	4.8	23.4	145.6
Итого			**336**					**430**				
2-й завтрак	Напиток кисломолочный (йогурт)	419	**150**	6	2	8.4	80	**180**	6	2	8.4	80
	Кондитерское изделие	58	**15**	2.2	2.9	22.3	125	**40**	2.2.	2.9	22.3	125
Обед	Суп картофельный с рисовой крупой	86	180	4.04	3.18	11.28	80.82	200	4.49	3.42	12.53	89.8
	Гуляш мясной	260	60	15.34.	13.25	20.8	259.69	80	15.34	13.25	20.8	259.69
	Каша рассыпчатая Артек	19	130	6.7	4.8	41.4	236.00	160	6.7	4.8	41.4	236.00
	Салат из белокочанной капусть	20	50	0.56	2.43	3.6	34.96	60	0.84	3.64	5.41	52.55
	Компот из апельсинов	374	150	0.33	0.075	25.49	97.95	200	0.45	0.01	33.49	138.6
	Хлеб пшеничный	1	30	2.13	0.33	13.92	68.7	45	3.19	0.49	20.43	103
	Хлеб ржаной	1	30	2.13	0.33	13.92	68.7	45	3.19	0.49	20.43	103
Итого			**630**					**790**				
Полдник	Макароны, запеченные с сыром	218	180/6	4.5	4.4	31.41	187	200/6	4.5	4.4	31.41	187
	Свежие фрукты	336	100	28.2	0.2	6.5	44.0	100	28.2	0.2	6.5	44.0
	Чай с сахаром	411	150	27.7	0.0	0.0	13.0	180	27.7	0.0	0.0	13.0
Итого			**436**					**486**				
Всего			**1 552**					**1 886**				

6-й день понедельник Неделя: вторая	Наименование блюд	№ рецептуры	2-3 года					3-7 лет				
			выход	б	ж	у	ккал	выход	б	ж	у	ккал
Завтрак	Каша молочная пшенная	101	150	7.68	9.7	32.1	246	190	7.68	9.7	32.1	246
	Бутерброд с маслом	1	30/6	3.9	8.7	24.7	68	40/10	3.9	8.7	24.7	68
	Чай с лимоном	393	150	0.07	0.01	7.10	29	180	0.12	0.02	10.20	41
Итого			**336**					**420**				
2-й завтрак	Сок фруктовый	418	**150**	1.2	0.2	2.3	10.6	**180**	1.2	0.2	2.3	10.6
	Кондитерское изделие	58	**15**	2.2	2.9	22.3	125	**40**	2.2.	2.9	22.3	125
Обед	Суп картофельный с клёцками	91	180	2.1	3.36	12.14	87.25	200	2.1	3.36	12.14	87.25
	Рис отварной	315	100	2.43	3.58	24.45	140	150	3.64	5.37	36.67	210
	Рыба, тушеная с овощами	261	90	5.74	6.89	3.54	71.59	100	7.66	9.55	5.2	88.73
	Салат из свежей капусты	81	50	1.58	4.99	7.66	83.20	60	1.58	4.99	7.66	83.20
	Кисель из замороженной ягоды	384	150	1.02	-	21.76	87.14	200	1.36	-	29.02	116.19
	Хлеб пшеничный	1	30	2.13	0.33	13.92	68.7	45	3.19	0.49	20.43	103
	Хлеб ржаной	1	30	2.13	0.33	13.92	68.7	45	3.19	0.49	20.43	103
Итого			**630**					**800**				
Полдник	Запеканка творожная со сметаной	237	120/10	21.04	14.46	20.58	296	150/20	26.31	18.09	25.74	372
	Фрукты свежие	336	100	28.2	0.2	6.5	44.0	100	28.2	0.2	6.5	44.0
	Кондитерское изделие	58	20	2.2	2.9	22.3	125	40	2.2	2.0	22.3	125
	Чай с сахаром	411	150	27.7	0.0	0.0	13.0	180	27.7	0.0	0.0	13.0
Итого			**400**					**490**				
Всего			**1 516**					**1 890**				

7-й день вторник Неделя: вторая	Наименование блюд	№ рецептуры	2-3 года					3-7 лет				
			выход	б	ж	у	ккал	выход	б	ж	у	ккал
Завтрак	Каша молочная манная	168	150	3.40	3.96	22.94	141.0	200	4.52	4.07	30.57	177
	Бутерброд с маслом и сыром	3	30/6/10	3.9	8.7	24.7	68	40/10/15	3.9	8.7	24.7	68
	Чай с лимоном	393	150	0.07	0.01	7.10	29	180	0.12	0.02	10.20	41
Итого			**346**					**445**				
2-й завтрак	Напиток кисломолочный (йогурт)	418,419	**150**	6	2	8.4	80	**180**	6	2	8.4	80
	Кондитерское изделие	58	**15**	2.2	2.9	22.3	125	**40**	2.2.	2.9	22.3	125
Обед	Суп гороховый с гренками	81	150	3.29	3.07	9.79	81	250	5.49	5.27	16.32	135
	Котлета куриная	307	80	9.70	13.92	7.89	196.00	100	12.13	17.40	9.86	245.00
	Макароны отварные	218,219	130	4.5	4.4	31.41	187	150	4.5	4.4	31.41	187
	Салат из свеклы	33	40	0.77	2.43	3.34	37.56	60	0.85	3.65	5.19	56.34
	Компот из сухофруктов	394	150	0.17	-	21.1	82.3	180	0.17	-	21.1	82.3
	Хлеб пшеничный	1	30	2.13	0.33	13.92	68.7	45	3.19	0.49	20.43	103
	Хлеб ржаной	1	30	2.13	0.33	13.92	68.7	45	3.19	0.49	20.43	103
Итого			**610**					**830**				
Полдник	Крокеты детские запеченные со сметаной	152	140/10	2.03	7.77	24.07	175	160/20	2.03	7.77	24.07	175
	Фрукт свежие	336	100	28.2	0.2	6.5	44.0	100	28.2	0.2	6.5	44.0
	Чай с сахаром	411	150	27.7	0.0	0.0	13.0	180	27.7	0.0	0.0	13.0
Итого			**400**					**460**				
Всего			**1 506**					**1 915**				

8-й день среда Неделя: вторая	Наименование блюд	№ рецептуры	2-3 года					3-7 лет				
			выход	б	ж	у	ккал	выход	б	ж	у	ккал
Завтрак	Суп молочный с макаронами	93	150	4.3	3.5	14.12	108	200	7.18	6.5	23.54	181
	Бутерброд с маслом	1	30/6	3.9	8.7	24.7	68	40/10	3.9	8.7	24.7	68
	Кофейный напиток с молоком	114	150	56.9	25.0	4.8	67.0	180	56.9	25.0	4.8	67.0
Итого			**336**					**430**				
2-й завтрак	Сок фруктовой	418	**150**	1.2	0.2	2.3	10.6	**180**	1.2	0.2	2.3	10.6
Обед	Суп картофельный с крупой гречневой	101	150	2.95	3.07	18.47	115.19	250	2.95	3.07	18.47	115.19
	Запеканка картофельная с печенью	626	200	18.27	20.54	28.74	372.49	243	18.27	20.54	28.74	372.49
	Салат из квашеной капусты	81	50	1.58	4.99	7.66	83.20	60	1.58	4.99	7.66	83.20
	Напиток из плодов шиповника	398	150	0.51	0.21	14.23	61	180	0.61	0.25	18.67	19
	Хлеб пшеничный	1	30	2.13	0.33	13.92	68.7	45	3.19	0.49	20.43	103
	Хлеб ржаной	1	30	2.13	0.33	13.92	68.7	45	3.19	0.49	20.43	103
Итого			**610**					**823**				
Полдник	Отварное яйцо	227	1 шт.	0.1	0.1	0.0	0.8	1 шт.	0.1	0.1	0.0	0.8
	Салат из консервированной кукурузы	12	50	2.88	6.18	8.04	99.3	60	2.88	6.18	8.04	99.3
	Булочка с повидлом	450,441,442	204	38.7	39.6	74.0	519.64	204	38.7	39.6	74.0	519.64
	Фрукт свежие	336	100	28.2	0.2	6.5	44.0	100	28.2	0.2	6.5	44.0
	Чай с сахаром	411	150	27.7	0.0	0.0	13.0	180	27.7	0.0	0.0	13.0
Итого			**564**					**604**				
Всего			**1 660**					**1 983**				

9-й день четверг Неделя: вторая	Наименование блюд	№ рецептуры	2-3 года					3-7 лет				
			выход	б	ж	у	ккал	выход	б	ж	у	ккал
Завтрак	Каша молочная Геркулесовая	168	150	4.05	5.69	20.36	149.0	200	5.39	6.38	27.13	187.0
	Бутерброд с маслом и джемом	2	30/5/20	2.03	3.21	11.34	127	40/5/20	2.94	4.64	16.38	184
	Чай с лимоном	393	150	0.07	0.01	7.10	29	180	0.12	0.02	10.20	41
Итого			**355**					**445**				
2-й завтрак	Какао с молоком	416	**150**	4.4	4.8	23.4	145.6	**180**	4.4	4.8	23.4	145.6
	Кондитерское изделие	58	**15**	2.2	2.9	22.3	125	**40**	2.2.	2.9	22.3	125
Обед	Рассольник Ленинградский	73	150	0.97	3.04	6.56	62	250	7.62	5.06	10.93	104
	Птица, тушенная в соусе с овощами	302	180	11.37	7.37	20.88	195	230	11.94	8.82	20.88	209.00
	Овощи натуральные соленые	70	50	1	0.4	2.3	21	60	1	0.4	2.3	21
	Компот из яблок	372	150	0.12	0.12	17.91	73.2	200	0.16	0.16	23.88	97.6
	Хлеб пшеничный	1	30	2.13	0.33	13.92	68.7	45	3.19	0.49	20.43	103
	Хлеб ржаной	1	30	2.13	0.33	13.92	68.7	45	3.19	0.49	20.43	103
Итого			**590**					**830**				
Полдник	Котлета рыбная	248	60	7.98	4.72	3.12	87.00	80	10.59	6.47	4.17	117.00
	Картофельное пюре	339	100	4.5	6.1	29.0	187.6	120	4.5	6.1	29.0	187.6
	Салат из квашеной капусты	81	50	1.58	4.99	7.66	83.20	60	1.58	4.99	7.66	83.20
	Фрукт свежие	336	100	28.2	0.2	6.5	44.0	100	28.2	0.2	6.5	44.0
	Чай с сахаром	411	150	27.7	0.0	0.0	13.0	180	27.7	0.0	0.0	13.0
Итого			**460**					**540**				
Всего			**1 570**					**2 035**				

10-й день пятница Неделя: вторая	Наименование блюд	№ рецептуры	2-3 года					3-7 лет				
			выход	б	ж	у	ккал	выход	б	ж	у	ккал
Завтрак	Каша молочная рисовая	181	150	5.10	8.17	21.73	175.99	200	5.10	8.17	21.73	175.99
	Кофейный напиток с молоком	114	150	56.9	25.0	4.8	67.0	180	56.9	25.0	4.8	67.0
	Бутерброд с маслом и сыром	3	30/6/10	3.9	8.7	24.7	68	40/10/15	3.9	8.7	24.7	68
Итого			**346**					**445**				
2-й завтрак	Ряженка	419	**150**	6	2	8.4	80	**180**	6	2	8.4	80
Обед	Суп Свекольник со сметаной		150	1.15	3.8	7.47	62.49	250	1.92	6.33	10.05	104.12
	Жаркое по-домашнему	276	150	18.35	4.70	16.32	180	200	22.02	6.79	19.95	259
	Овощи натуральные соленые	70	50	1	0.4	2.3	21	60	1	0.4	2.3	21
	Компот из апельсинов	374	150	0.33	0.075	25.49	97.95	200	0.45	0.01	33.49	138.6
	Хлеб пшеничный	1	30	2.13	0.33	13.92	68.7	45	3.19	0.49	20.43	103
	Хлеб ржаной	1	30	2.13	0.33	13.92	68.7	45	3.19	0.49	20.43	103
Итого			**560**					**800**				
Полдник	Оладьи из творога со сгущенны молоком	239	150/20	13.98	11.84	9.71	22.42	200/20	13.98	11.84	9.71	22.42
	Фрукт свежие	336	100	28.2	0.2	6.5	44.0	100	28.2	0.2	6.5	44.0
	Чай с сахаром	411	150	27.7	0.0	0.0	13.0	180	27.7	0.0	0.0	13.0
Итого			**420**					**500**				
Всего			**1 476**					**1 925**				