

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МУП «Горпищеторг»  
В.Э.Галошкин

1

29 сентября 2025 г.

Меню

Горячее питание  
Завтрак 1-4 классы

| Наименование блюд                         | Выход, г | Пищевые вещества |      |      | Энергетическая<br>Ценность (ккал) |
|-------------------------------------------|----------|------------------|------|------|-----------------------------------|
|                                           |          | Б                | Ж    | У    |                                   |
| Блинчики с фруктовой начинкой со сметаной | 210      | 9,5              | 13,2 | 60,5 | 398,8                             |
| Чай с сахаром                             | 200      | 0,07             | 0,02 | 15   | 60,5                              |
| Фрукты свежие                             | 100      | 0,6              | 0,6  | 13,6 | 62,2                              |
| Стоимость (руб.) 108-10                   | 510      |                  |      |      | 521,5                             |

Обед 1-4 классы (льготная категория)

| Наименование блюд      | Выход, г | Пищевые вещества |      |       | Энергетическая<br>Ценность (ккал) |
|------------------------|----------|------------------|------|-------|-----------------------------------|
|                        |          | Б                | Ж    | У     |                                   |
| Овощи по сезону        | 60       | 0,7              | 0,06 | 2,1   | 11,74                             |
| Суп с бобовыми         | 200      | 4,4              | 4,24 | 13,2  | 108,6                             |
| Рыба тушеная с овощами | 100      | 9,8              | 4,9  | 3,7   | 98,1                              |
| Каша вязкая рисовая    | 155      | 2,7              | 4,3  | 27,5  | 159,5                             |
| Чай с лимоном          | 200      | 0,13             | 0,02 | 15,20 | 61,5                              |
| Хлеб пшеничный         | 30       | 2,4              | 0,3  | 14,7  | 71,1                              |
| Хлеб ржаной            | 20       | 1,6              | 0,2  | 9,8   | 47,4                              |
| Стоимость (руб) 110-05 | 765      |                  |      |       | 557,9                             |

Полдник ГПД 1-4 классы (льготная категория)

| Наименование блюд          | Выход, г | Пищевые вещества |      |       | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|----------------------------|----------|------------------|------|-------|-----------------------------------|
|                            |          | Б                | Ж    | У     |                                   |
| Бутерброд с маслом и сыром | 30/5/14  | 6,10             | 8,30 | 14,83 | 158,3                             |
| Чай с сахаром              | 200      | 0,7              | 0,02 | 15    | 63                                |
| Фрукты свежие              | 100      | 0,60             | 0,60 | 13,60 | 62,2                              |
| Стоимость (руб.) 50-00     | 350      |                  |      |       | 283,5                             |

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Мед. работник: \_\_\_\_\_

Ответственный за питание: \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МУП «Горпищеторг»  
В.Э.Гапошкин

СОГЛАСОВАНО:  
Директор школы

2

Меню

30 сентября 2025 г.

Горячее питание  
Завтрак 1-4 классы

| Наименование блюд              | Выход,<br>г | Пищевые вещества |       |       | Энергетическая<br>Ценность<br>(ккал) |
|--------------------------------|-------------|------------------|-------|-------|--------------------------------------|
|                                |             | Б                | Ж     | У     |                                      |
| Каша жидкая молочная гречневая | 200         | 9,09             | 12,99 | 35,18 | 294                                  |
| Бутерброд с маслом и сыром     | 40/5/20     | 7,3              | 10,4  | 18,5  | 196,8                                |
| Чай с лимоном                  | 200         | 0,13             | 0,02  | 15,20 | 61,5                                 |
| Яйцо отварное                  | 50          | 6,3              | 5,8   | 0,4   | 79                                   |
| Фрукты свежие                  | 100         | 0,6              | 0,6   | 13,6  | 62,2                                 |
| Кондитерские изделия           | 30          | 2,9              | 8,6   | 28,3  | 202,2                                |
| Стоимость (руб.) 108-10        | 645         |                  |       |       | 895,7                                |

Обед 1-4 классы (льготная категория)

| Наименование блюд            | Выход,<br>г | Пищевые вещества |      |       | Энергетическая<br>Ценность (ккал) |
|------------------------------|-------------|------------------|------|-------|-----------------------------------|
|                              |             | Б                | Ж    | У     |                                   |
| Салат из свеклы с горошком   | 60          | 0,9              | 2,9  | 5,3   | 50,9                              |
| Борщ с картофелем и капустой | 200         | 2,1              | 6,9  | 9,5   | 108,5                             |
| Котлета мясная с соусом      | 120         | 11               | 28,8 | 12,5  | 353,2                             |
| Каша вязкая "Артек"          | 150         | 4,00             | 4,30 | 24,60 | 153,1                             |
| Сок фруктовый                | 200         | 1                |      | 20,2  | 84,8                              |
| Хлеб пшеничный               | 30          | 2,4              | 0,3  | 14,7  | 71,1                              |
| Хлеб ржаной                  | 20          | 2,1              | 0,8  | 10,6  | 58                                |
| Стоимость (руб.) 110-05      | 780         |                  |      |       | 879,6                             |

Полдник ГПД 1-4 классы (льготная категория)

| Наименование блюд                      | Выход,<br>г | Пищевые вещества |      |      | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|----------------------------------------|-------------|------------------|------|------|-----------------------------------|
|                                        |             | Б                | Ж    | У    |                                   |
| Пирожок с начинкой<br>(абрикос, вишня) | 80          | 3,8              | 4,2  | 40,7 | 215,8                             |
| Кондитерские изделия                   | 33          | 2,9              | 8,6  | 28,3 | 202,2                             |
| Чай с сахаром                          | 200         | 0,07             | 0,02 | 15   | 60,5                              |
| Стоимость (руб) 50-00                  | 313         |                  |      |      | 478,5                             |

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Мед. работник: \_\_\_\_\_

Ответственный за питание: \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МУН «Горпищторг»  
В.Э.Гапошкин

СОГЛАСОВАНО:  
Директор школы

3

1 октября 2025 г.

Меню  
Горячее питание  
Завтрак 1-4 классы

| Наименование блюд       | Выход,<br>г | Пищевые вещества |      |      | Энергетическая<br>Ценность (ккал) |
|-------------------------|-------------|------------------|------|------|-----------------------------------|
|                         |             | Б                | Ж    | У    |                                   |
| Овощи по сезону         | 65          | 0,7              | 0,06 | 2,3  | 12,5                              |
| Птица тушеная в соусе   | 90          | 14,0             | 11,3 | 3,1  | 170,1                             |
| Каша вязкая пшённая     | 150         | 4,2              | 5,0  | 24,0 | 157,8                             |
| Сок фруктовый           | 200         | 1                | 0    | 20,2 | 84,8                              |
| Хлеб пшеничный          | 40          | 3,2              | 0,4  | 19,5 | 94,4                              |
| Кондитерские изделия    | 30          | 3,0              | 8,6  | 28,3 | 202,4                             |
| Стоимость (руб.) 108-10 | 575         |                  |      |      | 722,0                             |

Обед 1-4 классы (льготная категория)

| Наименование блюд       | Выход, г | Пищевые вещества |      |      | Энергетическая<br>Ценность (ккал) |
|-------------------------|----------|------------------|------|------|-----------------------------------|
|                         |          | Б                | Ж    | У    |                                   |
| Овощи по сезону         | 60       | 0,7              | 0,06 | 2,1  | 11,74                             |
| Суп из овощей           | 200      | 1,3              | 3,4  | 7,3  | 65,0                              |
| Жаркое по-домашнему     | 220      | 20,6             | 49,3 | 27,7 | 636,9                             |
| Чай с лимоном           | 200      | 0,13             | 0,02 | 15,2 | 61,5                              |
| Хлеб пшеничный          | 30       | 2,4              | 0,3  | 14,7 | 71,1                              |
| Хлеб ржаной             | 20       | 2,1              | 0,8  | 10,6 | 58,0                              |
| Стоимость (руб.) 110-05 | 730      |                  |      |      | 904,2                             |

Полдник ГПД 1-4 классы (льготная категория)

| Наименование блюд            | Выход,<br>г | Пищевые вещества |      |      | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|------------------------------|-------------|------------------|------|------|-----------------------------------|
|                              |             | Б                | Ж    | У    |                                   |
| Кондитерские изделия         | 15          | 1,4              | 4,3  | 14,1 | 100,7                             |
| Компот из сухофруктов        | 180         | 0,6              | 0,01 | 10,8 | 45,7                              |
| Пирожок с начинкой (повидло) | 80          | 3,8              | 4,2  | 40,7 | 215,8                             |
| Фрукты свежие                | 100         | 0,6              | 0,6  | 13,6 | 62,2                              |
| Стоимость (руб.) 50-00       | 375         |                  |      |      | 424,3                             |

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Мед. работник: \_\_\_\_\_

Ответственный за питание: \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МУП «Горпищеторг»  
В.Э.Гапошкин

СОГЛАСОВАНО:  
Директор школы

4

Меню  
Горячее питание  
Завтрак 1-4 классы

2 октября 2025 г.

| Наименование блюд           | Выход,<br>г | Пищевые вещества |      |       | Энергетическая<br>Ценность (ккал) |
|-----------------------------|-------------|------------------|------|-------|-----------------------------------|
|                             |             | Б                | Ж    | У     |                                   |
| Салат из свеклы с горошком  | 60          | 1,0              | 2,5  | 4,4   | 44,1                              |
| Рыба тушеная с овощами      | 90          | 9,7              | 5,0  | 3,8   | 99                                |
| Макаронные изделия отварные | 150         | 5,5              | 4,5  | 26,6  | 168,9                             |
| Чай с сахаром               | 200         | 0,07             | 0,02 | 15    | 60,5                              |
| Хлеб пшеничный              | 30          | 2,4              | 0,3  | 14,7  | 71,1                              |
| Фрукты свежие               | 100         | 0,60             | 0,60 | 13,60 | 62,2                              |
| Стоимость (руб.) 108-10     | 630         |                  |      |       | 505,8                             |

Обед 1-4 классы (льготная категория)

| Наименование блюд        | Выход,<br>г | Пищевые вещества |      |      | Энергетическая<br>Ценность (ккал) |
|--------------------------|-------------|------------------|------|------|-----------------------------------|
|                          |             | Б                | Ж    | У    |                                   |
| Овощи по сезону          | 65          | 0,65             | 0,06 | 2,3  | 12,34                             |
| Рассольник ленинградский | 200         | 1,6              | 4,1  | 9,6  | 81,7                              |
| Печень в сметанном соусе | 105         | 13,2             | 9,2  | 4,0  | 152                               |
| Каша вязкая рисовая      | 175         | 2,8              | 4,5  | 28,4 | 165,3                             |
| Хлеб пшеничный           | 30          | 2,4              | 0,3  | 14,7 | 71,1                              |
| Хлеб ржаной              | 30          | 3,1              | 1,2  | 16   | 87,2                              |
| Компот из сухофруктов    | 200         | 0,66             | 0,1  | 12   | 51,5                              |
| Стоимость (руб.) 110-05  | 805         |                  |      |      | 621,18                            |

Полдник ГПД 1-4 классы (льготная категория)

| Наименование блюд          | Выход,<br>г | Пищевые вещества |      |       | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|----------------------------|-------------|------------------|------|-------|-----------------------------------|
|                            |             | Б                | Ж    | У     |                                   |
| Бутерброд с маслом и сыром | 30/5/14     | 6,10             | 8,30 | 14,83 | 158,3                             |
| Чай с сахаром              | 200         | 0,7              | 0,02 | 15    | 63                                |
| Фрукты свежие              | 100         | 0,60             | 0,60 | 13,60 | 62,2                              |
| Стоимость (руб.) 50-00     | 350         |                  |      |       | 283,5                             |

Зав. производством: \_\_\_\_\_  
Мед. работник: \_\_\_\_\_  
Ответственный за питание: \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МУП «Горпишторг»  
В.Э.Гавошкин

СОГЛАСОВАНО: 8

Директор школы

5

### Меню

#### Горячее питание Завтрак 1-4 классы

3 октября 2025 г.

| Наименование блюд         | Выход,<br>г | Пищевые вещества |      |      | Энергетическая<br>Ценность (ккал) |
|---------------------------|-------------|------------------|------|------|-----------------------------------|
|                           |             | Б                | Ж    | У    |                                   |
| Овощи по-сезону (помидор) | 60          | 0,56             | 0,05 | 1,75 | 9,7                               |
| Гуляш мясной (свинина)    | 90          | 4,8              | 12,7 | 1,4  | 139,1                             |
| Каша вязкая «Артек»       | 150         | 4                | 4,3  | 24,6 | 153,1                             |
| Сок фруктовый             | 200         | 1                | 0    | 20,2 | 84,8                              |
| Хлеб пшеничный            | 30          | 2,4              | 0,3  | 14,7 | 71,1                              |
| Стоимость (руб.) 108-10   | 530         |                  |      |      | 457,8                             |

#### Обед 1-4 классы (льготная категория)

| Наименование блюд           | Выход,<br>г | Пищевые вещества |      |       | Энергетическая<br>Ценность (ккал) |
|-----------------------------|-------------|------------------|------|-------|-----------------------------------|
|                             |             | Б                | Ж    | У     |                                   |
| Овощи по-сезону             | 65          | 0,7              | 0,06 | 2,3   | 12,5                              |
| Суп из макаронных изделий   | 200         | 2,2              | 2,2  | 14    | 84,6                              |
| Фрикадельки куриные в соусе | 100         | 11,3             | 13,6 | 10,4  | 209,2                             |
| Каша вязкая гречневая       | 160         | 4,9              | 5,3  | 21,8  | 154,5                             |
| Чай с лимоном               | 200         | 0,13             | 0,2  | 15,2  | 61,5                              |
| Хлеб пшеничный              | 30          | 2,4              | 0,3  | 14,7  | 71,1                              |
| Хлеб ржаной                 | 30          | 3,1              | 1,2  | 15,9  | 86,8                              |
| Яйцо отварное               | 50          | 6,3              | 5,8  | 0,4   | 79,0                              |
| Фрукты свежие               | 100         | 0,60             | 0,60 | 13,60 | 62,2                              |
| Стоимость (руб.) 110-05     | 935         |                  |      |       | 821,4                             |

#### Полдник ГПД 1-4 классы (льготная категория)

| Наименование блюд      | Выход,<br>г | Пищевые вещества |     |      | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|------------------------|-------------|------------------|-----|------|-----------------------------------|
|                        |             | Б                | Ж   | У    |                                   |
| Сок фруктовый 0,2 л шт | 200         | 1                | 0   | 20,2 | 84,8                              |
| Вафли «Золотце ты моё» | 20          | 2,4              | 0,4 | 15   | 73                                |
| Стоимость (руб.) 50-00 |             |                  |     |      | 157,8                             |

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Мед. работник: \_\_\_\_\_

Ответственный за питание: \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МУП «Горпищторг»  
В.Э.Гапошкин

СОГЛАСОВАНО:

Директор школы

6

6 октября 2025 г.

Меню  
Горячее питание  
Завтрак 1-4 классы

| Наименование блюд       | Выход,<br>г | Пищевые вещества |      |       | Энергетическая<br>Ценность (ккал) |
|-------------------------|-------------|------------------|------|-------|-----------------------------------|
|                         |             | Б                | Ж    | У     |                                   |
| Овощи по сезону         | 65          | 0,7              | 0,5  | 2,3   | 16,5                              |
| Рыба тушеная с овощами  | 100         | 9,7              | 5,0  | 3,7   | 98,6                              |
| Каша вязкая рисовая     | 170         | 2,9              | 4,7  | 30,1  | 174,3                             |
| Хлеб пшеничный          | 40          | 2,4              | 0,2  | 14,7  | 70,2                              |
| Кондитерские изделия    | 15          | 1,48             | 4,31 | 14,17 | 101,4                             |
| Чай с лимоном           | 200         | 0,13             | 0,02 | 15,20 | 61,5                              |
| Стоимость (руб.) 108-10 | 590         |                  |      |       | 522,5                             |

Обед 1-4 классы (льготная категория)

| Наименование блюд        | Выход,<br>г | Пищевые вещества |      |       | Энергетическая<br>Ценность (ккал) |
|--------------------------|-------------|------------------|------|-------|-----------------------------------|
|                          |             | Б                | Ж    | У     |                                   |
| Овощи по - сезону        | 60          | 0,6              | 0,05 | 2,1   | 11,2                              |
| Рассольник ленинградский | 200         | 1,6              | 4,1  | 9,6   | 81,7                              |
| Птица тушеная в соусе    | 90          | 14,9             | 12   | 3,3   | 180,8                             |
| Каша вязкая "Артек"      | 150         | 4,00             | 4,30 | 24,60 | 153,1                             |
| Сок фруктовый            | 200         | 1                |      | 20,2  | 84,8                              |
| Хлеб пшеничный           | 30          | 2,4              | 0,3  | 14,7  | 71,1                              |
| Хлеб ржаной              | 20          | 2,1              | 0,8  | 10,6  | 58,0                              |
| Стоимость (руб.) 110-05  | 745         |                  |      |       | 640,7                             |

Полдник ГПД 1-4классы (льготная категория)

| Наименование блюд          | Выход, г | Пищевые вещества |      |       | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|----------------------------|----------|------------------|------|-------|-----------------------------------|
|                            |          | Б                | Ж    | У     |                                   |
| Бутерброд с маслом и сыром | 30/5/14  | 6,10             | 8,30 | 14,83 | 158,3                             |
| Чай с сахаром              | 200      | 0,7              | 0,02 | 15    | 63                                |
| Фрукты свежие              | 100      | 0,60             | 0,60 | 13,60 | 62,2                              |
| Стоимость (руб.) 50-00     |          |                  |      |       | 283,48                            |

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Мед. работник: \_\_\_\_\_

Ответственный за питание: \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МУП «Горпищеторг»  
В.Э.Гапошкин

СОГЛАСОВАНО:  
Директор школы

7

Меню

7 октября 2025 г.

Горячее питание  
Завтрак 1-4 классы

| Наименование блюд                                        | Выход,<br>г | Пищевые вещества |      |      | Энергетическая<br>Ценность (ккал) |
|----------------------------------------------------------|-------------|------------------|------|------|-----------------------------------|
|                                                          |             | Б                | Ж    | У    |                                   |
| Запеканка из творога с какао и соусом молочным (сладким) | 200         | 21,3             | 17,2 | 37,7 | 390,8                             |
| Чай с сахаром                                            | 200         | 0,07             | 0,02 | 15   | 60,5                              |
| Фрукты свежие                                            | 100         | 0,6              | 0,6  | 13,6 | 62,2                              |
| Стоимость (руб.) 108-10                                  | 500         |                  |      |      | 513,5                             |

Обед 1-4 классы (льготная категория)

| Наименование блюд      | Выход,<br>г | Пищевые вещества |      |       | Энергетическая<br>Ценность |
|------------------------|-------------|------------------|------|-------|----------------------------|
|                        |             | Б                | Ж    | У     |                            |
| Овощи по-сезону        | 70          | 0,7              | 0,06 | 2,5   | 13,3                       |
| Суп с бобовыми         | 200         | 4,4              | 4,24 | 13,2  | 108,6                      |
| Тефтели в соусе        | 110         | 6,8              | 15,8 | 11,3  | 214,6                      |
| Каша вязкая гречневая  | 175         | 5,3              | 5,8  | 24,0  | 169,4                      |
| Кофейный напиток       | 200         | 3,17             | 2,68 | 15,95 | 100,6                      |
| Хлеб пшеничный         | 35          | 2,8              | 0,3  | 17,1  | 82,3                       |
| Хлеб ржаной            | 30          | 3,1              | 1,2  | 16,3  | 88,4                       |
| Кондитерские изделия   | 30          | 2,95             | 8,61 | 28,33 | 202,61                     |
| Стоимость (руб) 110-10 | 850         |                  |      |       | 979,8                      |

Полдник ГПД 1-4 классы (льготная категория)

| Наименование блюд                   | Выход,<br>г | Пищевые вещества |      |      | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|-------------------------------------|-------------|------------------|------|------|-----------------------------------|
|                                     |             | Б                | Ж    | У    |                                   |
| Пирожок с начинкой (абрикос, вишня) | 80          | 3,8              | 4,2  | 40,7 | 215,8                             |
| Кондитерские изделия                | 33          | 2,9              | 8,6  | 28,3 | 202,2                             |
| Чай с сахаром                       | 200         | 0,07             | 0,02 | 15   | 60,5                              |
| Стоимость (руб) 50-00               | 313         |                  |      |      | 478,5                             |

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Мед. работник: \_\_\_\_\_

Ответственный за питание: \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ:

Директор - МУП «Горпищесторг»

В.Э.Гапошкин

СОГЛАСОВАНО:

Директор школы

О.В.Суткина

8

## Меню

Горячее питание

8 октября 2025 г.

Завтрак 1-4 классы

| Наименование блюд          | Выход,<br>г | Пищевые вещества |      |      | Энергетическая<br>Ценность (ккал) |
|----------------------------|-------------|------------------|------|------|-----------------------------------|
|                            |             | Б                | Ж    | У    |                                   |
| Омлет натуральный с маслом | 111         | 10,8             | 19,5 | 2,1  | 227,1                             |
| Кефир                      | 200         | 5,8              | 5,0  | 8    | 100,2                             |
| Хлеб пшеничный             | 40          | 3,2              | 0,4  | 19,6 | 94,8                              |
| Сок фруктовый 0,2 л шт     | 200         | 1,0              | 0    | 20,2 | 84,8                              |
| Стоимость (руб.) 108-10    | 551         |                  |      |      | 506,9                             |

Обед 1-4 классы (льготная категория)

| Наименование блюд                | Выход,<br>г | Пищевые вещества |      |      | Энергетическая<br>Ценность (ккал) |
|----------------------------------|-------------|------------------|------|------|-----------------------------------|
|                                  |             | Б                | Ж    | У    |                                   |
| Салат из солёных огурцов с луком | 65          | 0,6              | 3,3  | 1,6  | 38,5                              |
| Суп с макаронными изделиями      | 200         | 2,2              | 2,2  | 14,0 | 84,6                              |
| Котлета из птицы                 | 90          | 14,3             | 13,7 | 13,3 | 233,7                             |
| Пюре картофельное                | 170         | 3,5              | 5,4  | 23,2 | 155,4                             |
| Хлеб пшеничный                   | 30          | 2,4              | 0,3  | 14,7 | 71,1                              |
| Хлеб ржаной                      | 25          | 2,6              | 1,0  | 13,2 | 72,2                              |
| Компот из сухофруктов            | 200         | 0,66             | 0,1  | 12   | 49,2                              |
| Стоимость (руб.) 110-05          | 780         |                  |      |      | 704,7                             |

Полдник ГПД 1-4классы (льготная категория)

| Наименование блюд      | Выход г | Пищевые вещества |     |      | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|------------------------|---------|------------------|-----|------|-----------------------------------|
|                        |         | Б                | Ж   | У    |                                   |
| Сок фруктовый 0,2 л шт | 200     | 1                | 0   | 20,2 | 84,8                              |
| Вафли «Золотце ты моё» | 20      | 2,4              | 0,4 | 15   | 73,2                              |
| Стоимость (руб.) 50-00 | 220     |                  |     |      | 158                               |

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Мед. работник: \_\_\_\_\_

Ответственный за питание: \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МУП «Горпищесторг»  
В.Э.Гапошкин

СОГЛАСОВАНО:  
Директор школы

В.В.Туманов

9

Меню  
Горячее питание

9 октября 2025 г.

Завтрак 1-4 классы

| Наименование блюд       | Выход г | Пищевые вещества |      |       | Энергетическая<br>Ценность |
|-------------------------|---------|------------------|------|-------|----------------------------|
|                         |         | Б                | Ж    | У     |                            |
| Овощи по сезону         | 60      | 0,5              | 0,06 | 2,1   | 11,3                       |
| Печень тушённая в соусе | 95      | 13,2             | 9,2  | 4,0   | 151,6                      |
| Каша вязкая гречневая   | 150     | 4,6              | 5,0  | 20,5  | 145,4                      |
| Какао с молоком         | 200     | 4,08             | 3,54 | 17,58 | 118,6                      |
| Хлеб пшеничный          | 30      | 2,4              | 0,3  | 14,7  | 71,1                       |
| Стоимость (руб) 108-10  | 535     |                  |      |       | 491,1                      |

Обед 1-4 классы (льготная категория)

| Наименование блюд       | Выход,<br>г | Пищевые вещества |      |      | Энергетическая<br>Ценность |
|-------------------------|-------------|------------------|------|------|----------------------------|
|                         |             | Б                | Ж    | У    |                            |
| Овощи по сезону         | 60          | 0,6              | 0,06 | 1,75 | 9,9                        |
| Суп из овощей           | 200         | 1,3              | 3,4  | 7,3  | 65,0                       |
| Рыба тушеная с овощами  | 90          | 8,8              | 4,5  | 3,4  | 89,3                       |
| Каша вязкая рисовая     | 150         | 2,6              | 4,2  | 26,6 | 154,6                      |
| Чай с лимоном           | 200         | 0,13             | 0,02 | 15,2 | 61,5                       |
| Хлеб пшеничный          | 30          | 2,4              | 0,3  | 14,7 | 71,1                       |
| Хлеб ржаной             | 20          | 2,1              | 0,8  | 10,6 | 58,0                       |
| Стоимость (руб.) 110-05 | 750         |                  |      |      | 509,4                      |

Полдник ГПД 1-4 классы (льготная категория)

| Наименование блюд            | Выход,<br>г | Пищевые вещества |      |      | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|------------------------------|-------------|------------------|------|------|-----------------------------------|
|                              |             | Б                | Ж    | У    |                                   |
| Кондитерские изделия         | 15          | 1,4              | 4,3  | 14,1 | 100,7                             |
| Компот из сухофруктов        | 180         | 0,6              | 0,01 | 10,8 | 45,7                              |
| Пирожок с начинкой (повидло) | 80          | 3,8              | 4,2  | 40,7 | 215,8                             |
| Фрукты свежие                | 100         | 0,6              | 0,6  | 13,6 | 62,2                              |
| Стоимость (руб.) 50-00       | 375         |                  |      |      | 424,3                             |

Зав. производством: \_\_\_\_\_  
Мед. работник: \_\_\_\_\_  
Ответственный за питание: \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МУП «Горпищеторг»  
В.Э.Гапонкин

СОГЛАСОВАНО:  
Директор школы

10

10 октября 2025 г.

### Меню

#### Горячее питание Завтрак 1-4 классы

| Наименование блюд       | Выход,<br>г | Пищевые вещества |      |      | Энергетическая<br>Ценность (ккал) |
|-------------------------|-------------|------------------|------|------|-----------------------------------|
|                         |             | Б                | Ж    | У    |                                   |
| Овощи по сезону         | 60          | 0,56             | 0,05 | 1,75 | 9,7                               |
| Гуляш мясной (свинина)  | 90          | 4,8              | 12,7 | 1,4  | 139,1                             |
| Каша вязкая «Артек»     | 150         | 4,0              | 4,3  | 24,6 | 153,1                             |
| Сок фруктовый           | 200         | 1                | 0    | 20,2 | 84,8                              |
| Хлеб пшеничный          | 30          | 2,4              | 0,3  | 14,7 | 71,1                              |
| Стоимость (руб.) 108-10 | 530         |                  |      |      | 457,8                             |

#### Обед 1-4 классы (льготная категория)

| Наименование блюд          | Выход,<br>г | Пищевые вещества |      |      | Энергетическая<br>Ценность (ккал) |
|----------------------------|-------------|------------------|------|------|-----------------------------------|
|                            |             | Б                | Ж    | У    |                                   |
| Овощи по-сезону            | 65          | 0,7              | 0,06 | 2,3  | 12,5                              |
| Борщ с карт и капустой     | 200         | 2                | 6,9  | 9,5  | 108,1                             |
| Макаронные изделия с сыром | 160         | 13,1             | 15,3 | 29,2 | 306,9                             |
| Биточки мясные             | 95          | 15,0             | 14,4 | 14,0 | 245,6                             |
| Компот из сухофруктов      | 200         | 0,66             | 0,1  | 12   | 51,54                             |
| Хлеб пшеничный             | 30          | 3,1              | 1,2  | 16   | 87,2                              |
| Хлеб ржаной                | 25          | 2,6              | 1    | 13,2 | 72,2                              |
| Стоимость (руб.) 100-05    | 775         |                  |      |      | 884,0                             |

#### Полдник ГПД 1-4 классы (льготная категория)

| Наименование блюд          | Выход, г | Пищевые вещества |      |       | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|----------------------------|----------|------------------|------|-------|-----------------------------------|
|                            |          | Б                | Ж    | У     |                                   |
| Бутерброд с маслом и сыром | 30/5/14  | 6,10             | 8,30 | 14,83 | 158,3                             |
| Чай с сахаром              | 200      | 0,7              | 0,02 | 15    | 63                                |
| Фрукты свежие              | 100      | 0,60             | 0,60 | 13,60 | 62,2                              |
| Стоимость (руб.) 50-00     |          |                  |      |       | 283,48                            |

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Мед. работник: \_\_\_\_\_

Ответственный за питание: \_\_\_\_\_