

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ "Созвездие"

Т.Г. Кобзева

" " 2025

УТВЕРЖДЕНО:

"ИП"

Батракова О.В.

" " 2025

## МЕНЮ

День: Понедельник

Неделя: Первая

10.11.2025

Прием пищи, наименование блюда	1-5 классы выход, гр	Ккал	6-11 классы выход, гр	Ккал
<b>ПЕРВЫЙ ЗАВТРАК</b>				
Яйцо вареное вкрутую	1 шт	97,5	1 шт	97,5
Каша молочная жидкая манная	200	178,7	250	228,0
Чай с сахаром и лимоном	200	60,0	200	60,0
Хлеб пшеничный	60	137,8	70	160,8
Итого за прием пищи	524	474,0	584	546,3
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>				
Печенье	50	202,2	50	202,2
Сок фруктовый яблочный	180	80,3	180	80,3
Итого за прием пищи	230	282,5	230	282,5
<b>ОБЕД</b>				
Капуста квашеная	60	24,4	100	40,7
Суп картофельный с бобовыми(горох)	200	130,4	250	163,0
Рыбная поджарка	120	143,3	130	155,2
Рис отварной	150	283,3	180	327,3
Компот из смеси сухофруктов	200	84,0	200	84,0
Хлеб пшеничный	50	114,8	50	114,8
Хлеб пеклеванный	50	98,9	70	138,5
Итого за прием пищи	830	879,1	980	1023,5
<b>ПОЛДНИК</b>				
Пирожок печеный с картофелем	100	300,6	150	450,9
Напиток лимонный	200	69,5	200	69,5
Итого за прием пищи	300	370,1	350	520,4
<b>УЖИН</b>				
Фрикадельки мясные в соусе	90/30	298,5	100/30	323,4
Макаронные изделия отварные	150	184,3	200	245,7
Чай с сахаром	200	58,0	200	58,0
Хлеб пшеничный	50	114,8	70	160,8
Итого за прием пищи	520	655,6	600	787,9
Всего за день		2661,3		3160,6





СОГЛАСОВАНО  
Директор ГБОУ "Созвездие"  
Т.Г. Кобзева

2025 г.

УТВЕРЖДЕНО:

"И П"



Батракова О.В.

2025 г.

МЕНЮ

День: вторник

Неделя: первая

11.11.2025г.

Прием пищи, наименование блюда	1-5 классы выход, гр	Ккал	6-11 классы выход, гр	Ккал
<b>ПЕРВЫЙ ЗАВТРАК</b>				
Каша молочная жидкая ячневая	200	178,7	250	228,0
Бутерброд с сыром	30 /10/10	149,9	30/ 10 /10	149,9
Чай с сахаром	200	58,0	200	58,0
Батон	50	129,5	60	155,4
Фрукты свежие (яблоко)	200	91,2	200	91,2
Итого за прием пищи:	700	607,3	760	682,5
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>				
Булочка	50	185,6	50	185,6
Молоко кипяченое	180	94,3	180	94,3
Итого за прием пищи:	230	279,9	230	279,9
<b>ОБЕД</b>				
Морковь отварная	60	24,0	100	34,0
Суп из овощей	200	99,0	250	123,8
Котлеты	90	240,5	100	303,3
Пюре картофельное	150	144,2	180	173,0
Компот из изюма	200	88,5	200	88,5
Хлеб пшеничный	50	114,8	50	114,8
Хлеб пеклеванный	80	158,3	70	138,5
Итого за прием пищи:	830	869,3	950	975,9
<b>ПОЛДНИК</b>				
Пирожок с яблоками	100	264,9	150	397,4
Компот из смеси плодов и ягод	200	130,5	200	130,5
Итого за прием пищи	300	395,4	350	527,9
<b>УЖИН</b>				
Лапшевник с творогом с соусом молочным (сладким)	200/50	364,2	270/50	490,9
Чай с сахаром и лимоном	200	60,0	200	60,0
Хлеб пшеничный	50	114,8	80	183,8
Итого за прием пищи	500	539,0	600	734,7
Всего за день:		2690,8		3200,8



СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ "Созвездие"

Т.Г. Кобзева

2025 г

УТВЕРЖДЕНО:

"И П"

Батракова О.В.

2025 г

## МЕНЮ

День: Среда

Неделя: первая

12.11.2025

Прием пищи, наименование блюда	1-5 классы выход, гр	Ккал	6-11 классы выход, гр	Ккал
<b>ПЕРВЫЙ ЗАВТРАК</b>				
Каша пшенная молочная вязкая	200	324,0	250	405,0
Бутерброд с повидлом	40/10/50	277,3	40/10/50	277,3
Чай с сахаром и лимоном	200	60,0	200	60,0
Итого за прием пищи	700	661,3	550	742,3
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>				
Фрукты свежие (яблоко)	200	91,2	200	91,2
Итого за прием пищи	200	91,2	200	91,2
<b>ОБЕД</b>				
Помидор соленый	60	8,2	100	13,6
Суп картофельный	200	78,7	250	98,4
Гречка по-купечески с филе куриным	150	376,7	200	502,3
Сок фруктовый (мультифруктовый)	200	131,9	200	131,9
Хлеб пшеничный	50	114,8	50	114,8
Хлеб пеклеванный	70	138,5	70	138,5
Итого за прием пищи:	730	848,8	870	999,5
<b>ПОЛДНИК</b>				
Пирожок печеный с капустой	100	308,6	150	462,9
Чай с сахаром	200	58,0	200	58,0
Итого за прием пищи:	300	366,6	350	520,9
<b>УЖИН</b>				
Котлета рыбная Любительская	90	167,1	100	186,2
Каша рисовая с овощами	150	224,7	200	330,2
Чай с сахаром каркаде	200	58,0	200	58,0
Хлеб пшеничный	60	137,8	70	160,8
Хлеб пеклеванный			30	59,4
Итого за прием пищи:	500	587,6	600	794,6
Всего за день:		2555,5		3148,5





СОГЛАСОВАНО  
Директор ГБОУ "Созвездие"  
Т.Г. Кобзева  
" 2025 г.



УТВЕРЖДЕНО  
"И П"  
Батракова О.В.  
" 2025 г.

МЕНЮ

День: Четверг

Неделя: Первая

13.11.2025

Прием пищи, наименование блюда	1-5 классы выход, гр	Ккал	6-11 классы выход, гр	Ккал
<b>ПЕРВЫЙ ЗАВТРАК</b>				
Каша вязкая молочная рисовая с творогом	200	225,8	250	282,3
Яйцо вареное вкрутую	1 шт	97,5	1 шт	97,5
Чай с сахаром каркаде	200	58,0	200	58,0
Хлеб пшеничный	60	137,8	70	160,8
Итого за прием пищи:	524	519,1	584	598,6
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>				
Печенье	50	202,2	50	202,2
Сок фруктовый (яблочный)	180	80,3	180	80,3
Итого за прием пищи:	230	282,5	230	282,5
<b>ОБЕД</b>				
Огурец соленый	60	7,6	100	12,7
Щи из свежей капусты с картофелем	200	70,4	250	88,0
Фрикадельки мясные в соусе	90/30	298,5	100/30	323,4
Каша гречневая вязкая (гарнир)	150	146,3	180	175,5
Компот из смеси сухофруктов	200	84,0	200	84,0
Хлеб пшеничный	50	114,8	50	114,8
Хлеб пеклеванный	50	98,9	70	138,5
Итого за прием пищи	830	820,5	980	936,9
<b>ПОЛДНИК</b>				
Пирожок с морковью печеный	100	319,5	150	479,3
Напиток лимонный	200	69,5	200	69,5
Итого за прием пищи:	300	389,0	350	548,8
<b>УЖИН</b>				
Свекла отварная	100	40,7	100	40,7
Макаронник с печенью	150	334,8	200	453,7
Чай с сахаром	200	58,0	200	58,0
Хлеб пшеничный	60	137,8	70	160,8
Хлеб пеклеванный			30	59,4
Итого за прием пищи	510	571,3	600	772,6
Всего за день		2582,4		3139,4



СОГЛАСОВАНО  
Директор ГБОУ "Созвездие"  
Т.Г. Кобзева  
" " 2025г

УТВЕРЖДЕНО:  
" И П"  
Батракова О.В.  
" " 2025г

День: Пятница  
Неделя: Первая

### МЕНЮ

14.11.2025г

Прием пищи, наименование блюда	1-5 классы выход, гр	Ккал	6-11 классы выход, гр	Ккал
<b>ПЕРВЫЙ ЗАВТРАК</b>				
Консервы овощные закусочные (икра кабачковая)	100	123,2	100	123,2
Омлет натуральный	150	249,4	200	332,5
Чай с сахаром	200	58,0	200	58,0
Бутерброд с маслом	30/10	135,0	30/10	135,0
Хлеб пшеничный	30	68,9	40	91,9
Итого за прием пищи:	520	634,5	580	740,6
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>				
БУЛОЧКА	50	185,6	50	185,6
Напиток из плодов шиповника	180	80,0	180	80,0
Итого за прием пищи:	230	265,6	230	265,6
<b>ОБЕД</b>				
Морковь отварная	100	34,0	100	34,0
Суп из овощей	200	99,0	250	123,8
Тефтеля(1-ый вариант) с соусом	90/30	208,9	100/30	224,6
Каша пшенная вязкая(гарнир)	150	168,3	180	182,7
Компот из изюма	200	88,5	200	88,5
Хлеб пшеничный	50	114,8	50	114,8
Хлеб пеклеванный	40	79,2	70	138,5
Итого за прием пищи:	860	792,7	980	906,9
<b>ПОЛДНИК</b>				
Булочка Домашняя	100	279,2	150	418,8
Компот из смеси плодов и ягод	200	130,5	200	130,5
Итого за прием пищи:	300	409,7	350	549,3
<b>УЖИН</b>				
Помидор соленый	60	8,2	100	13,6
Жаркое по-деревенски	180	343,9	200	382,1
Чай с сахаром и лимоном	200	60,0	200	60,0
Хлеб пшеничный	40	91,9	60	137,8
Хлеб пеклеванный	30	59,4	60	118,7
Итого за прием пищи:	510	563,4	620	712,20
Всего за день:		2665,8		3174,5