

Согласовано

Утверждаю

ООО «ШиК»

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

для питания в школах ГБОУ СОШ №3, 4, 8, 9, ГБОУ ООШ №5, 12, 21, 23

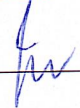
ПОНЕДЕЛЬНИК 20 ОКТЯБРЯ

Возрастная категория с 7 до 11 лет.

с 20 по 24 октября 2025 г.

№ Рец	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Цена, руб.	Энергетич еская ценность, ккал	Пищевые вещества, г		
					Белки	Жиры	Углево ды
	Понедельник						
	Завтрак						
243	Сосиска отварная с соусом	100	34-11	189,14	5,93	16,64	3,73
302	Макароны отварные	150	8-16	243,75	8,60	6,99	38,64
342	Чай с сахаром	215	2-23	116,60	0,44	0,16	28,20
Н	Хлеб ржано-пшеничный	30	2-45	68,97	1,68	0,33	0,72
Н	Хлеб пшеничный	30	2-45	70,14	2,37	0,30	0,63
	Фрукт	100	29-28	129,00	1,35	5,4	18,9
	Итого:	625	78-68	817,60	20,37	29,82	90,82

Согласовано





ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

для питания в школах ГБОУ СОШ №3, 4, 8, 9, ГБОУ ООШ №5, 12, 21, 23

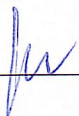
ВТОРНИК 21 ОКТЯБРЯ

Возрастная категория с 7 до 11 лет.

с 20 по 24 октября 2025 г.

№ Рец	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Цена, руб.	Энергетич еская ценность, ккал	Пищевые вещества, г		
					Белки	Жиры	Углево ды
	Вторник						
	Завтрак						
290	Котлета куриная с соусом	100	37-04	203,75	10,20	13,50	14,32
199	Каша гречневая рассыпчатая	150	9-36	243,75	9	6,09	38,64
342	Компот из сухофруктов	200	5-68	120,01	0,44	0,16	28,20
Н	Хлеб пшеничный	30	2-45	70,14	2,37	0,30	0,63
Н	Хлеб ржано-пшеничный	30	2-45	68,97	1,68	0,33	0,72
453	Сок фруктовый	200	21-70	130	2,2	2,95	3,99
	Итого	710	78-68	836,62	25,89	23,33	86,50

Согласовано



Утверждаю
ООО «Шик»



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

для питания в школах ГБОУ СОШ №3, 4, 8, 9, ГБОУ ООШ №5, 12, 21, 23

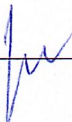
СРЕДА 22 ОКТЯБРЯ

Возрастная категория с 7 до 11 лет.

с 20 по 24 октября 2025 г.

№ Рец	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Цена, руб.	Энергетич еская ценность, ккал	Пищевые вещества, г		
					Белки	Жиры	Углево ды
	Среда						
	Завтрак						
204	Биточки рыбные с соусом	100	31-63	145,00	8,20	6,64	12,44
209	Пюре из бобовых с маслом	150	9-39	242,85	13,49	6,84	31,67
6	Бутерброд с маслом , сыром колбасным	60	29-53	120,00	9,46	1,19	17,83
342	Компот из сухофруктов	200	5-68	120,01	0,44	0,16	28,20
Н	Хлеб пшеничный	30	2-45	70,14	2,37	0,30	0,63
	Итого	540	78-68	698	33,96	15,13	90,77

Согласовано





Утверждаю

ООО «Шик»

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

для питания в школах ГБОУ СОШ №3,4, 8, 9, ГБОУ ООШ №5, 12, 21,23

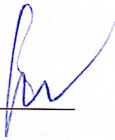
ЧЕТВЕРГ 23 ОКТЯБРЯ

Возрастная категория с 7 до 11 лет.

с 20 по 24 октября 2025 г.

№ Рец	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Цена, руб.	Энергетич еская ценность, ккал	Пищевые вещества, г		
					Белки	Жиры	Углево ды
	Четверг						
	Завтрак						
294	Тефтели из говядины с соусом	110	39-57	235,05	9,87	82	7,69
312	Пюре картофельное	150	22-11	137,25	3,06	4,80	20,45
342	Чай с сахаром	200	2-23	116,60	0,44	0,16	28,20
Н	Хлеб пшеничный	30	2-45	70,14	2,37	0,30	0,63
Н	Хлеб ржано-пшеничный	30	2-45	68,97	1,68	0,33	0,72
	Кондитерское изделие (печенье весовое)	40	9-87	54,74	0,82	0,06	7,85
	Итого	560	78-68	682,75	18,24	87,65	65,64

Согласовано



Утверждаю
ООО «Шик»



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

для питания в школах ГБОУ СОШ №3, 4, 8, 9, ГБОУ ООШ №5, 12, 21, 23

ПЯТНИЦА 24 ОКТЯБРЯ

Возрастная категория с 7 до 11 лет.

с 20 по 24 октября 2025 г.

№ Рец	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Цена, руб.	Энергетич еская ценность, ккал	Пищевые вещества, г		
					Белки	Жиры	Углево ды
	Пятница						
	Завтрак						
1	Свежий огурец/ Хлеб ржано-пшеничный	70/30	20-15	98,27	2,77	0,35	1,88
268	Птица тушеная в соусе	100	45-69	185,00	12,78	10,12	2,93
309	Макаронные изделия отварные	150	8-16	169,99	5,52	4,51	26,44
342	Чай с сахаром	200	2-23	116,60	0,44	0,16	28,20
Н	Хлеб пшеничный	30	2-45	70,14	2,37	0,30	0,63
	Итого	580	78-68	640,00	23,88	15,44	60,08