



Утверждаю

ООО «Шик»

### ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ (СВО)

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

**ЧЕТВЕРГ 11 сентября 2025 г.**

**Возрастная категория с 12 лет**

| №Рец | Наименование блюда                      | Выход<br>блюда, гр | Цена, руб.    | Энергетическая<br>ценность, ккал | Пищевые<br>вещества, г |              |
|------|-----------------------------------------|--------------------|---------------|----------------------------------|------------------------|--------------|
|      |                                         |                    |               |                                  | Белки                  | Жиры         |
|      | <b>ЧЕТВЕРГ</b>                          |                    |               |                                  |                        |              |
|      | <b>Завтрак</b>                          |                    |               |                                  |                        |              |
| 182  | Каша молочная рисовая с<br>маслом       | 205                | 29-03         | 324,00                           | 17,53                  | 13,27        |
| 376  | Чай с сахаром                           | 215                | 2-23          | 80,99                            | 1,53                   | 1,35         |
|      | Хлеб пшеничный                          | 30                 | 2-45          | 70,14                            | 2,37                   | 0,30         |
| 6    | Бутерброд с маслом и сыром<br>колбасным | 60                 | 29-38         | 188,40                           | 6,96                   | 9,96         |
|      | Кондитерское изделие                    | 30                 | 15-59         | 100,00                           | 0,40                   | 0,40         |
|      | <b>Обед</b>                             |                    |               |                                  |                        |              |
|      | Фрукт                                   | 100                | 28-46         | 137,00                           | 2,45                   | 8,67         |
| 96   | Рассольник с курицей                    | 250                | 22-72         | 106,00                           | 2,71                   | 4,72         |
| 268  | Котлеты из говядины с соусом            | 100                | 41-43         | 196,42                           | 14,23                  | 14,96        |
| 171  | Каша рассыпчатая пшенная с<br>маслом    | 180                | 10-44         | 243,75                           | 8,6                    | 6,09         |
| 376  | Чай с сахаром                           | 215                | 2-23          | 98,40                            | 0,4                    | 0,10         |
|      | Хлеб пшеничный                          | 30                 | 2-45          | 70,14                            | 2,37                   | 0,30         |
|      | Хлеб ржано-пшеничный                    | 30                 | 2-45          | 68,97                            | 1,68                   | 0,33         |
|      | <b>Итого</b>                            | <b>1415</b>        | <b>188-86</b> | <b>1684,21</b>                   | <b>61,23</b>           | <b>60,45</b> |



### ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ (СВО)

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

**ЧЕТВЕРГ 11 сентября 2025 г.**

**Возрастная категория с 7-11 лет**

| №Рец | Наименование блюда                      | Выход<br>блюда, гр | Цена, руб.    | Энергетическая<br>ценность, ккал | Пищевые<br>вещества, г |              |
|------|-----------------------------------------|--------------------|---------------|----------------------------------|------------------------|--------------|
|      |                                         |                    |               |                                  | Белки                  | Жиры         |
|      | <b>ЧЕТВЕРГ</b>                          |                    |               |                                  |                        |              |
|      | <b>Завтрак</b>                          |                    |               |                                  |                        |              |
| 182  | Каша молочная рисовая с<br>маслом       | 205                | 29-03         | 324,00                           | 17,53                  | 13,27        |
| 376  | Чай с сахаром                           | 215                | 2-23          | 80,99                            | 1,53                   | 1,35         |
|      | Хлеб пшеничный                          | 30                 | 2-45          | 70,14                            | 2,37                   | 0,30         |
| 6    | Бутерброд с маслом и сыром<br>колбасным | 60                 | 29-38         | 188,40                           | 6,96                   | 9,96         |
|      | Кондитерское изделие                    | 30                 | 15-59         | 100,00                           | 0,40                   | 0,40         |
|      | <b>Обед</b>                             |                    |               |                                  |                        |              |
|      | <b>Фрукт</b>                            | 100                | 28-46         | 137,00                           | 2,45                   | 8,67         |
| 96   | Рассольник с курицей                    | 250                | 22-72         | 106,00                           | 2,71                   | 4,72         |
| 268  | Котлеты из говядины с соусом            | 100                | 41-43         | 196,42                           | 14,23                  | 14,96        |
| 171  | Каша рассыпчатая пшенная с<br>маслом    | 150                | 10-44         | 243,75                           | 8,6                    | 6,09         |
| 376  | Чай с сахаром                           | 215                | 2-23          | 98,40                            | 0,4                    | 0,10         |
|      | Хлеб пшеничный                          | 30                 | 2-45          | 70,14                            | 2,37                   | 0,30         |
|      | Хлеб ржано-пшеничный                    | 30                 | 2-45          | 68,97                            | 1,68                   | 0,33         |
|      | <b>Итого</b>                            | <b>1415</b>        | <b>188-86</b> | <b>1684,21</b>                   | <b>61,23</b>           | <b>60,45</b> |





**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ (многодетные)**  
Для питания в школах ГБОУ СОШ №3, №4, №8, №9, ГБОУ ООШ №5, №12, №21, №23,

**ЧЕТВЕРГ 11 сентября 2025 г.**

| №Рец | Наименование блюда                      | Выход<br>блюда, гр | Цена, руб.   | Энергетическая<br>ценность, ккал | Пищевые<br>вещества, г |       |
|------|-----------------------------------------|--------------------|--------------|----------------------------------|------------------------|-------|
|      |                                         |                    |              |                                  | Белки                  | Жиры  |
|      | <b>Завтрак</b>                          |                    |              |                                  |                        |       |
| 294  | Каша рисовая молочная                   | 205                | 29-03        | 180,05                           | 5,29                   | 11,95 |
| 312  | Бутерброд с маслом и сыром<br>колбасным | 60                 | 29-38        | 137,25                           | 3,06                   | 4,80  |
| 342  | Чай с сахаром                           | 215                | 2-23         | 116,60                           | 0,44                   | 0,16  |
| Н    | Хлеб пшеничный                          | 30                 | 2-45         | 70,14                            | 2,37                   | 0,30  |
|      | Кондитерское изделие                    | 30                 | 15-59        | 6,5                              | 0,4                    | 0,05  |
|      | <b>Итого</b>                            | <b>536</b>         | <b>91-52</b> |                                  |                        |       |

Согласовано



Утверждено

ООО «Шик»



### ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ (ОВЗ)

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

**ЧЕТВЕРГ 11 сентября 2025 г.**

**Возрастная категория с 12 лет**

| №Рец | Наименование блюда                      | Выход<br>блюда, гр | Цена, руб.    | Энергетическая<br>ценность, ккал | Пищевые<br>вещества, г |              |
|------|-----------------------------------------|--------------------|---------------|----------------------------------|------------------------|--------------|
|      |                                         |                    |               |                                  | Белки                  | Жиры         |
|      | <b>ЧЕТВЕРГ</b>                          |                    |               |                                  |                        |              |
|      | <b>Завтрак</b>                          |                    |               |                                  |                        |              |
| 182  | Каша молочная рисовая с<br>маслом       | 205                | 29-03         | 324,00                           | 17,53                  | 13,27        |
| 376  | Чай с сахаром                           | 215                | 2-23          | 80,99                            | 1,53                   | 1,35         |
|      | Хлеб пшеничный                          | 30                 | 2-45          | 70,14                            | 2,37                   | 0,30         |
| 6    | Бутерброд с маслом и сыром<br>колбасным | 60                 | 29-38         | 188,40                           | 6,96                   | 9,96         |
|      | Кондитерское изделие                    | 30                 | 15-59         | 100,00                           | 0,40                   | 0,40         |
|      | <b>Обед</b>                             |                    |               |                                  |                        |              |
|      | Фрукт                                   | 100                | 28-46         | 137,00                           | 2,45                   | 8,67         |
| 96   | Рассольник с курицей                    | 250                | 22-72         | 106,00                           | 2,71                   | 4,72         |
| 268  | Котлеты из говядины с соусом            | 100                | 41-43         | 196,42                           | 14,23                  | 14,96        |
| 171  | Каша рассыпчатая пшеничная с<br>маслом  | 180                | 10-44         | 243,75                           | 8,6                    | 6,09         |
| 376  | Чай с сахаром                           | 215                | 2-23          | 98,40                            | 0,4                    | 0,10         |
|      | Хлеб пшеничный                          | 30                 | 2-45          | 70,14                            | 2,37                   | 0,30         |
|      | Хлеб ржано-пшеничный                    | 30                 | 2-45          | 68,97                            | 1,68                   | 0,33         |
|      | <b>Итого</b>                            | <b>1415</b>        | <b>188-86</b> | <b>1684,21</b>                   | <b>61,23</b>           | <b>60,45</b> |





### ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ (ОВЗ)

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

**ЧЕТВЕРГ 11 сентября 2025 г.**

**Возрастная категория с 7-11 лет**

| №Рец | Наименование блюда                      | Выход<br>блюда, гр | Цена, руб.    | Энергетическая<br>ценность, ккал | Пищевые<br>вещества, г |              |
|------|-----------------------------------------|--------------------|---------------|----------------------------------|------------------------|--------------|
|      |                                         |                    |               |                                  | Белки                  | Жиры         |
|      | <b>ЧЕТВЕРГ</b>                          |                    |               |                                  |                        |              |
|      | <b>Завтрак</b>                          |                    |               |                                  |                        |              |
| 182  | Каша молочная рисовая с<br>маслом       | 205                | 29-03         | 324,00                           | 17,53                  | 13,27        |
| 376  | Чай с сахаром                           | 215                | 2-23          | 80,99                            | 1,53                   | 1,35         |
|      | Хлеб пшеничный                          | 30                 | 2-45          | 70,14                            | 2,37                   | 0,30         |
| 6    | Бутерброд с маслом и сыром<br>колбасным | 60                 | 29-38         | 188,40                           | 6,96                   | 9,96         |
|      | Кондитерское изделие                    | 30                 | 15-59         | 100,00                           | 0,40                   | 0,40         |
|      | <b>Обед</b>                             |                    |               |                                  |                        |              |
|      | Фрукт                                   | 100                | 28-46         | 137,00                           | 2,45                   | 8,67         |
| 96   | Рассольник с курицей                    | 250                | 22-72         | 106,00                           | 2,71                   | 4,72         |
| 268  | Котлеты из говядины с соусом            | 100                | 41-43         | 196,42                           | 14,23                  | 14,96        |
| 171  | Каша рассыпчатая пшенная с<br>маслом    | 150                | 10-44         | 243,75                           | 8,6                    | 6,09         |
| 376  | Чай с сахаром                           | 215                | 2-23          | 98,40                            | 0,4                    | 0,10         |
|      | Хлеб пшеничный                          | 30                 | 2-45          | 70,14                            | 2,37                   | 0,30         |
|      | Хлеб ржано-пшеничный                    | 30                 | 2-45          | 68,97                            | 1,68                   | 0,33         |
|      | <b>Итого</b>                            | <b>1415</b>        | <b>188-86</b> | <b>1684,21</b>                   | <b>61,23</b>           | <b>60,45</b> |

Согласовано



Утверждаю



ООО «Шик»

### ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ (мобилизованные)

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

**ЧЕТВЕРГ 11 сентября 2025 г.**

**Возрастная категория с 12 лет**

| №Рец | Наименование блюда                      | Выход<br>блюда, гр | Цена, руб.    | Энергетическая<br>ценность, ккал | Пищевые<br>вещества, г |              |
|------|-----------------------------------------|--------------------|---------------|----------------------------------|------------------------|--------------|
|      |                                         |                    |               |                                  | Белки                  | Жиры         |
|      | <b>ЧЕТВЕРГ</b>                          |                    |               |                                  |                        |              |
|      | <b>Завтрак</b>                          |                    |               |                                  |                        |              |
| 174  | Каша рисовая молочная                   | 205                | 29-03         | 324,00                           | 17,53                  | 13,27        |
| 376  | Чай с сахаром                           | 215                | 2-23          | 80,99                            | 1,53                   | 1,35         |
|      | Батон                                   | 30                 | 3-97          | 70,14                            | 2,37                   | 0,30         |
| 6    | Бутерброд с маслом и сыром<br>колбасным | 60                 | 29-38         | 188,40                           | 6,96                   | 9,96         |
|      | Кондитерское изделие «Чоко<br>Пай»      | 30                 | 14-07         | 100,00                           | 0,40                   | 0,40         |
|      | <b>Обед</b>                             |                    |               |                                  |                        |              |
|      | Фрукт                                   | 100                | 36-29         | 137,00                           | 2,45                   | 8,67         |
| 96   | Рассольник с курицей                    | 300                | 27-26         | 106,00                           | 2,71                   | 4,72         |
| 268  | Котлеты из говядины с соусом            | 120                | 49-72         | 196,42                           | 14,23                  | 14,96        |
| 171  | Каша рассыпчатая пшениная с<br>маслом   | 180                | 12-53         | 243,75                           | 8,6                    | 6,09         |
| 638  | Компот из изюма                         | 200                | 10-28         | 98,40                            | 0,4                    | 0,10         |
|      | Хлеб пшеничный                          | 30                 | 2-45          | 70,14                            | 2,37                   | 0,30         |
|      | Хлеб ржано-пшеничный                    | 30                 | 2-45          | 68,97                            | 1,68                   | 0,33         |
|      | <b>Итого</b>                            | <b>1500</b>        | <b>219-66</b> | <b>1684,21</b>                   | <b>61,23</b>           | <b>60,45</b> |





Утверждаю  
ООО «Шик»

### ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

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

**ЧЕТВЕРГ 11 сентября 2025 г.**

Возрастная категория с 12 лет

| №Рец | Наименование блюда                      | Выход<br>блюда, гр | Цена, руб.   | Энергетическая<br>ценность, ккал | Пищевые<br>вещества, г |       |
|------|-----------------------------------------|--------------------|--------------|----------------------------------|------------------------|-------|
|      |                                         |                    |              |                                  | Белки                  | Жиры  |
|      | <b>ЧЕТВЕРГ</b>                          |                    |              |                                  |                        |       |
|      | <b>Завтрак</b>                          |                    |              |                                  |                        |       |
| 294  | Каша рисовая молочная                   | 205                | 29-03        | 180,05                           | 5,29                   | 11,95 |
| 312  | Бутерброд с маслом и сыром<br>колбасным | 60                 | 29-38        | 137,25                           | 3,06                   | 4,80  |
| 342  | Чай с сахаром                           | 215                | 2-23         | 116,60                           | 0,44                   | 0,16  |
| Н    | Хлеб пшеничный                          | 30                 | 2-45         | 70,14                            | 2,37                   | 0,30  |
|      | Кондитерское изделие                    | 30                 | 15-59        | 6,5                              | 0,4                    | 0,05  |
|      | <b>Итого</b>                            |                    | <b>78-68</b> |                                  |                        |       |

Согласовано



Утверждаю

ООО «Шик»



# ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

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

**ЧЕТВЕРГ 11 сентября 2025 г.**

**Возрастная категория с 7-11 лет**

| №Рец | Наименование блюда                      | Выход<br>блюда, гр | Цена, руб.   | Энергетическая<br>ценность, ккал | Пищевые<br>вещества, г |       |
|------|-----------------------------------------|--------------------|--------------|----------------------------------|------------------------|-------|
|      |                                         |                    |              |                                  | Белки                  | Жиры  |
|      | <b>ЧЕТВЕРГ</b>                          |                    |              |                                  |                        |       |
|      | <b>Завтрак</b>                          |                    |              |                                  |                        |       |
| 294  | Каша рисовая молочная                   | 205                | 29-03        | 180,05                           | 5,29                   | 11,95 |
| 312  | Бутерброд с маслом и сыром<br>колбасным | 60                 | 29-38        | 137,25                           | 3,06                   | 4,80  |
| 342  | Чай с сахаром                           | 215                | 2-23         | 116,60                           | 0,44                   | 0,16  |
| Н    | Хлеб пшеничный                          | 30                 | 2-45         | 70,14                            | 2,37                   | 0,30  |
|      | Кондитерское изделие                    | 30                 | 15-59        | 6,5                              | 0,4                    | 0,05  |
|      | <b>Итого</b>                            |                    | <b>78-68</b> |                                  |                        |       |





Согласовано



Утверждаю

ООО «Шик»

### ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

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

**ЧЕТВЕРГ 11 сентября 2025 г.**

**Возрастная категория с 7-11 лет**

| № Реп | Наименование блюда                    | Выход<br>блюда, г | Цена,<br>руб  | Энергетич<br>ценность<br>Ккал. | Белки        | Жиры         | Углеводы     |
|-------|---------------------------------------|-------------------|---------------|--------------------------------|--------------|--------------|--------------|
|       | <b>Обед</b>                           |                   |               |                                |              |              |              |
|       | Фрукт                                 | 100               | 28-46         | 137,00                         | 2,45         | 8,67         | 12,6         |
| 96    | Рассольник с курицей                  | 250               | 22-72         | 106,00                         | 2,71         | 4,72         | 4,35         |
| 268   | Котлеты из говядины с<br>соусом       | 100               | 41-43         | 196,42                         | 14,23        | 14,96        | 19,67        |
| 171   | Каша рассыпчатая<br>пшениная с маслом | 150               | 10-44         | 243,75                         | 8,6          | 6,09         | 38,64        |
| 376   | Чай с сахаром                         | 215               | 2-23          | 98,40                          | 0,4          | 0,10         | 15,01        |
|       | Хлеб пшеничный                        | 30                | 2-45          | 70,14                          | 2,37         | 0,30         | 0,63         |
|       | Хлеб ржано-пшеничный                  | 30                | 2-45          | 68,97                          | 1,68         | 0,33         | 0,72         |
|       | <b>Итого</b>                          | <b>875</b>        | <b>110-18</b> | <b>920,68</b>                  | <b>32,44</b> | <b>35,17</b> | <b>91,62</b> |