



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

ПЯТНИЦА 07 ноября 2025 г.

Возрастная категория с 12 лет

№Рец	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Цена, руб.	Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества, г	
					Белки	Жиры
	Пятница					
	Обед					
112	Суп с макаронными изделиями и картофелем и курицей	250	19-57	109,00	2,57	2,78
64	Салат из моркови с курагой, йогурт	100	15-66	95,30	1,26	0,13
278	Тефтели из говядины с рисом с соусом	110	39-57	117,75	4,07	4,52
312	Пюре картофельное	180	22-11	137,25	3,06	4,80
342	Компот из свежих плодов(слива)	200	8-37	116,60	0,44	0,16
Н	Хлеб пшеничный	30	2-45	70,14	2,37	0,30
Н	Хлеб ржано-пшеничный	30	2-45	68,97	1,68	0,33
	Итого:	875	110-17	893,85	20,96	33,85



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

ПЯТНИЦА 07 ноября 2025 г.

Возрастная категория 7-11 лет

№Рец	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Цена, руб.	Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества, г	
					Белки	Жиры
	ПЯТНИЦА					
	Обед					
112	Суп с макаронными изделиями и картофелем и курицей	250	19-57	109,00	2,57	2,78
64	Салат из моркови с курагой, йогурт	100	15-66	95,30	1,26	0,13
278	Тефтели из говядины с рисом с соусом	110	39-57	117,75	4,07	4,52
312	Пюре картофельное	150	22-11	137,25	3,06	4,80
342	Компот из свежих плодов(слива)	200	8-37	116,60	0,44	0,16
Н	Хлеб пшеничный	30	2-45	70,14	2,37	0,30
Н	Хлеб ржано-пшеничный	30	2-45	68,97	1,68	0,33
	Итого:	875	110-17	893,85	20,96	33,85



Согласовано



Утверждаю

ООО «Шик»

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ (СВО)

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

ПЯТНИЦА 07 ноября 2025 г.

Возрастная категория 7-11 лет

№Рец	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Цена, руб.	Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества, г	
					Белки	Жиры
	ПЯТНИЦА					
204	Макароны отварные с сыром	170	30-68	245,00	6,1	4,60
209	Яйцо отварное/хлеб пшеничный	40/30	20-26	160,72	6,49	6,84
6	Бутерброд с ветчиной из индейки	60	25-51	120,00	9,46	1,19
342	Чай с сахаром	215	2-23	116,60	0,44	0,16
	Обед					
112	Суп с макаронными изделиями и картофелем и курицей	250	19-57	109,00	2,57	2,78
64	Салат из моркови с курагой, йогурт	100	15-66	95,30	1,26	0,13
278	Тефтели из говядины с рисом с соусом	110	39-57	117,75	4,07	4,52
312	Пюре картофельное	150	22-11	137,25	3,06	4,80
342	Компот из свежих плодов(слива)	200	8-37	116,60	0,44	0,16
Н	Хлеб пшеничный	30	2-45	70,14	2,37	0,30
Н	Хлеб ржано-пшеничный	30	2-45	68,97	1,68	0,33
	Итого:	1385	188-86	1357,33	37,94	25,81



Согласовано



Утверждаю

ООО «Шик»

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

ПЯТНИЦА 07 ноября 2025 г.

Возрастная категория 7-11 лет

№Рец	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Цена, руб.	Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества, г	
					Белки	Жиры
	ПЯТНИЦА					
	Завтрак					
204	Макароны отварные с сыром	170	30-68	245,00	6,1	4,60
209	Яйцо отварное/хлеб пшеничный	40/30	20-26	160,72	6,49	6,84
6	Бутерброд с ветчиной из индейки	60	25-51	120,00	9,46	1,19
342	Чай с сахаром	215	2-23	116,60	0,44	0,16
	Обед					
112	Суп с макаронными изделиями и картофелем и курицей	250	19-57	109,00	2,57	2,78
64	Салат из моркови с курагой, йогурт	100	15-66	95,30	1,26	0,13
278	Тефтели из говядины с рисом с соусом	110	39-57	117,75	4,07	4,52
312	Пюре картофельное	150	22-11	137,25	3,06	4,80
342	Компот из свежих плодов(слива)	200	8-37	116,60	0,44	0,16
Н	Хлеб пшеничный	30	2-45	70,14	2,37	0,30
Н	Хлеб ржано-пшеничный	30	2-45	68,97	1,68	0,33
	Итого:	1385	188-86	1357,33	37,94	25,81



Утверждаю

ООО «Шик»

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ (ОВЗ)

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

ПЯТНИЦА 07 ноября 2025 г.

Возрастная категория с 12 лет

№Рец	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Цена, руб.	Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества, г	
					Белки	Жиры
	ПЯТНИЦА					
	Завтрак					
204	Макароны отварные с сыром	170	30-68	245,00	6,1	4,60
209	Яйцо отварное/хлеб пшеничный	40/30	20-26	160,72	6,49	6,84
6	Бутерброд с ветчиной из индейки	100	25-51	120,00	9,46	1,19
342	Чай с сахаром	215	2-23	116,60	0,44	0,16
	Обед					
112	Суп с макаронными изделиями и картофелем и курицей	250	19-57	109,00	2,57	2,78
64	Салат из моркови с курагой, йогурт	100	15-66	95,30	1,26	0,13
278	Тефтели из говядины с рисом с соусом	110	39-57	117,75	4,07	4,52
312	Пюре картофельное	180	22-11	137,25	3,06	4,80
342	Компот из свежих плодов(слива)	200	8-37	116,60	0,44	0,16
Н	Хлеб пшеничный	30	2-45	70,14	2,37	0,30
Н	Хлеб ржано-пшеничный	30	2-45	68,97	1,68	0,33
	Итого:	1385	188-86	1357,33	37,94	25,81



Утверждаю
ООО «Шик»

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

ПЯТНИЦА 07 ноября 2025 г.

Возрастная категория 12 лет и старше

№Рец	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Цена, руб.	Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества, г	
					Белки	Жиры
	Завтрак					
204	Макароны отварные с сыром	170	30-68	245,00	6,1	4,60
209	Яйцо отварное/хлеб пшеничный	40/30	20-26	160,72	6,49	6,84
6	Бутерброд с ветчиной из индейки	100	25-51	120,00	9,46	1,19
342	Чай с сахаром	215	2-23	116,60	0,44	0,16
	Обед					
112	Суп с макаронными изделиями и картофелем и курицей	300	23-48	109,00	2,57	2,78
64	Салат из моркови с курагой, йогурт	100	15-66	95,30	1,26	0,13
278	Тефтели из говядины с рисом с соусом	110	39-57	117,75	4,07	4,52
312	Пюре картофельное	180	26-53	137,25	3,06	4,80
342	Компот из свежих плодов(слива)	200	8-37	116,60	0,44	0,16
Н	Хлеб пшеничный	30	2-45	70,14	2,37	0,30
Н	Хлеб ржано-пшеничный	30	2-45	68,97	1,68	0,33
	Сок фруктовый	200	22-47	330	20	2
	Итого:	1705	219-66	1712,08	57,94	27,81

Согласовано



Утверждаю

ООО «ПШК»



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ (Многодетные)

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

ПЯТНИЦА 07 ноября 2025 г.

	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Цена, руб.	Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества, г	
					Белки	Жиры
	ПЯТНИЦА					
	Завтрак					
204	Макароны отварные с сыром	170	30-68	245,00	6,1	4,60
209	Яйцо отварное/хлеб пшеничный	40/30	20-26	160,72	6,49	6,84
6	Бутерброд с ветчиной из индейки	60	25-51	120,00	9,46	1,19
342	Чай с сахаром	215	2-23	116,60	0,44	0,16
	Кондитерское изделие	30	12-84	100,00	1,67	2,6
	Итого:	545	91-52	742,32	24,16	15,39



Утверждаю

ООО «Шик»

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

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

ПЯТНИЦА 07 ноября 2025 г.

Возрастная категория с 7-11 лет

	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Цена, руб.	Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества, г	
					Белки	Жиры
	ПЯТНИЦА					
	Завтрак					
204	Макароны отварные с сыром	170	30-68	245,00	6,1	4,60
209	Яйцо отварное/хлеб пшеничный	40/30	20-26	160,72	6,49	6,84
6	Бутерброд с ветчиной из индейки	60	25-51	120,00	9,46	1,19
342	Чай с сахаром	215	2-23	116,60	0,44	0,16
	Кондитерское изделие	30	12-84	100,00	1,67	2,6
	Итого:	545	91-52	742,32	24,16	15,39



Утверждаю

ООО «Шик»

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

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

ПЯТНИЦА 07 ноября 2025 г.

Возрастная категория с 12 лет

	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Цена, руб.	Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества, г	
					Белки	Жиры
	ПЯТНИЦА					
	Завтрак					
204	Макароны отварные с сыром	170	30-68	245,00		
209	Яйцо отварное/хлеб пшеничный	40/30	20-26	160,72	6,1	4,60
6	Бутерброд с ветчиной из индейки	100	25-51	120,00	6,49	6,84
					9,46	1,19
342	Чай с сахаром	215	2-23	116,60		
	Кондитерское изделие	30	12-84	100,00	0,44	0,16
	Итого:	585	91-52	742,32	1,67	2,6
					24,16	15,39