



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ (ОБЕДЫ)

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

ПОНЕДЕЛЬНИК 22 декабря 2025 г.

возрастная категория 7-11 лет.

№ Рец	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена, руб	Энергетич ценность Ккал.	Белки	Жиры	Углеводы
	ПОНЕДЕЛЬНИК						
	Обед						
103	Суп с макаронными изделиями с говядиной тушеной	250	31-50	118,25	2,70	2,85	17,45
243	Сосиски отварные с соусом сметанным с томатом	100	34-11	189,14	5,93	16,64	3,73
309	Макароны отварные	150	8-16	168,45	8,60	6,09	38,64
376	Чай с сахаром	215	2-23	116,00	0,06	0,02	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
73	Фрукт	100	29-21	100,28	1,64	4,31	8,72
	Итого	875	110-17	831,23	56,31	72,20	84,90

Согласовано



Утверждаю



ООО «ШиК»

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ (мобилизованные)

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

Чапаевский химико-технологический техникум

ПОНЕДЕЛЬНИК 22 декабря 2025 г.

Возрастная категория с 12 лет

№ Рец	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Цена, руб	Энергетич ценность Ккал.	Белки	Жиры	Углево ды
	ПОНЕДЕЛЬНИК						
	Завтрак						
181	Каша молочная манная с маслом	205	24-99	284,38	5,98	10,47	41,39
348	Напиток из кураги	200	10-11	118,60	0,32	0,02	28,84
Н	Хлеб пшеничный	30	2-45	70,14	2,37	0,30	0,63
Н	Бутерброд с твердым сыром	65	41-13	70,14	2,37	0,30	0,63
Н	Обед						
103	Суп с макаронными изделиями с говядиной тушеной	300	37-80	118,25	2,70	2,85	17,45
243	Сосиски отварные с соусом сметанным с томатом	100	34-11	189,14	5,93	16,64	3,73
309	Макароны отварные	180	9-79	168,45	8,60	6,09	38,64
376	Чай с сахаром	215	2-23	60,01	0,06	0,02	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
	Кондитерское изделие	20	12-84	100	1,2	5	47
73	Фрукт	100	39-31	100,28	1,64	4,31	8,72
	Итого	1475	219-66	1418,50	35,22	46,63	203,39



Согласовано



Утверждаю
ООО «Шик»

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ (СВО)

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

ПОНЕДЕЛЬНИК 22 декабря

Возрастная категория с 7 до 11 лет.

№ Рец	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Цена, руб.	Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества, г		
					Белки	Жиры	Углево ды
	ПОНЕДЕЛЬНИК						
	Завтрак						
181	Каша молочная манная с маслом	205	24-99	284,38	5,98	10,47	41,39
348	Напиток из кураги	200	10-11	118,60	0,32	0,02	28,84
Н	Бутерброд с сыром колбасным	65	41-13	70,14	2,37	0,30	0,63
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2-45	68,97	1,68	0,33	0,72
Н	Обед						
103	Суп с макаронными изделиями с говядиной тушеной	250	31-50	118,25	2,70	2,85	17,45
243	Сосиски отварные с соусом сметанным с томатом	100	34-11	189,14	5,93	16,64	3,73
309	Макароны отварные	150	8-16	168,45	8,60	6,09	38,64
376	Чай с сахаром	215	2-23	116,00	0,06	0,02	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
73	Фрукт	100	29-28	100,28	1,64	4,31	8,72
	Итого	1375	188-86	1373,32	33,33	41,66	156,48



Согласовано



Утверждаю

ООО «Шик»

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ (многодетные)

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

Чапаевский химико-технологический техникум

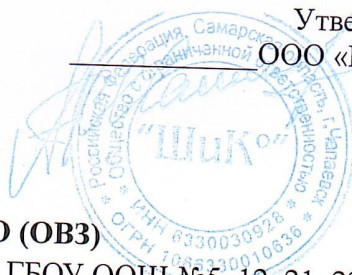
ПОНЕДЕЛЬНИК 22 декабря

№ Рец	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Цена, руб.	Энергетическая 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
	Кондитерское изделие	30	12-84	100,00	1,67	2,6	8
	Итого:	655	91-52	887,60	22,04	32,42	98,82

Согласовано



Утверждаю
ООО «Шик»



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ (ОВЗ)

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

ПОНЕДЕЛЬНИК 22 декабря

Возрастная категория с 7 до 11 лет.

№ Рец	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Цена, руб.	Энергети- ческая ценность, ккал	Пищевые вещества, г		
					Белки	Жиры	Углево- ды
	ПОНЕДЕЛЬНИК						
	Завтрак						
181	Каша молочная манная с маслом	205	24-99	284,38	5,98	10,47	41,39
348	Напиток из кураги	200	10-11	118,60	0,32	0,02	28,84
Н	Бутерброд с сыром колбасным	65	41-13	70,14	2,37	0,30	0,63
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2-45	68,97	1,68	0,33	0,72
Н	Обед						
103	Суп с макаронными изделиями с говядиной тушеной	250	31-50	118,25	2,70	2,85	17,45
243	Сосиски отварные с соусом сметанным с томатом	100	34-11	189,14	5,93	16,64	3,73
309	Макароны отварные	150	8-16	168,45	8,60	6,09	38,64
376	Чай с сахаром	215	2-23	116,00	0,06	0,02	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
73	Фрукт	100	29-28	100,28	1,64	4,31	8,72
	Итого	1375	188-86	1373,32	33,33	41,66	156,48



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ (ОВЗ)

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

ПОНЕДЕЛЬНИК 24 НОЯБРЯ

Возрастная категория старше 12 лет.

№ Рец	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Цена, руб.	Энергети ческая ценность, ккал	Пищевые вещества, г		
					Белки	Жиры	Углево ды
	ПОНЕДЕЛЬНИК						
	Завтрак						
181	Каша молочная манная с маслом	205	24-99	284,38	5,98	10,47	41,39
348	Напиток из кураги	200	10-11	118,60	0,32	0,02	28,84
Н	Бутерброд с сыром колбасным	100	41-13	70,14	2,37	0,30	0,63
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2-45	68,97	1,68	0,33	0,72
Н	Обед						
103	Суп с макаронными изделиями с говядиной тушеной	250	31-50	118,25	2,70	2,85	17,45
243	Сосиски отварные с соусом сметанным с томатом	100	34-11	189,14	5,93	16,64	3,73
309	Макароны отварные	180	8-16	168,45	8,60	6,09	38,64
376	Чай с сахаром	215	2-23	116,00	0,06	0,02	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
73	Фрукт	100	29-28	100,28	1,64	4,31	8,72
	Итого	1440	188-86	1373,32	33,33	41,66	156,48



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

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

ПОНЕДЕЛЬНИК 22 декабря

Возрастная категория с 7 до 11 лет.

№ Рец	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Цена, руб.	Энергети- ческая 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

«Шик»



Утверждаю

ООО



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

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

ПОНЕДЕЛЬНИК 22 декабря

Возрастная категория с 12 лет и старше

№ Рец	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Цена, руб.	Энергети ческая 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