



Утверждаю:  
Директор школьного питания "Центральный"  
Савасова И.Н.



### МЕНЮ

на 8 - 12 Сентября 2025 г. Комплекс №1 Завтрак с 7-11 лет

| № п/п       | Номер  | Наименование                                           | Ккал   | Б     | Ж     | У     | Выход     | Цена   |
|-------------|--------|--------------------------------------------------------|--------|-------|-------|-------|-----------|--------|
| Понедельник |        |                                                        |        |       |       |       |           |        |
| Завтрак     |        |                                                        |        |       |       |       |           |        |
| 1           | 002524 | Котлета рыбная "Нежная"                                | 221,65 | 11,86 | 17,35 | 4,5   | 90        | 51,35  |
| 2           | 003343 | Макароны в томатном соусе                              | 246,45 | 8,06  | 5,64  | 42,54 | 150       | 12,27  |
| 3           | 000170 | Напиток яблочный                                       | 41,9   | 0,08  | 0,08  | 9,96  | 200       | 6,57   |
| 4           | 000074 | Фрукт яблоко свежее                                    | 47     | 0,47  | 0,4   | 9,8   | 100       | 14,95  |
| 5           | 000292 | Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"                       | 56,4   | 2,11  | 0,82  | 9,79  | 24        | 3,98   |
| 6           | 003335 | Оладушки пышные с яблоком и морковью                   | 67,97  | 1,51  | 1,97  | 11,71 | 30        | 18,58  |
|             |        |                                                        | 681,37 | 22,09 | 25,96 | 88,3  |           | 107,70 |
| Вторник     |        |                                                        |        |       |       |       |           |        |
| Завтрак     |        |                                                        |        |       |       |       |           |        |
| 1           | 001644 | Тост с ржаным хлебом и сыром "Гауда"                   | 86,17  | 6,22  | 4,13  | 6,04  | 17/14,5   | 21,91  |
| 2           | 003411 | Запеканка из творога                                   | 302,76 | 23,84 | 14,71 | 17,41 | 150       | 75,15  |
| 3           | 000140 | Чай Ройбуш                                             | 0,01   |       |       |       | 200       | 1,51   |
| 4           | 000220 | Джем клубничный Махеев                                 | 48,96  |       |       | 12,24 | 18        | 9,13   |
|             |        |                                                        | 437,9  | 30,06 | 18,84 | 35,69 |           | 107,70 |
| Среда       |        |                                                        |        |       |       |       |           |        |
| Завтрак     |        |                                                        |        |       |       |       |           |        |
| 1           | 001323 | Томаты Черри                                           | 18     | 0,88  | 0,2   | 2,69  | 100       | 22,10  |
| 2           | 002781 | Тефтели мясные, запеченные в томатно-сметанном соусе   | 184,66 | 9,86  | 11,22 | 11,05 | 80/10     | 37,43  |
| 3           | 001315 | Картофель отварной                                     | 172,31 | 3,56  | 4,81  | 28,62 | 170       | 28,18  |
| 4           | 001358 | Чай с лимоном                                          | 18,39  | 0,06  | 0,01  | 4,21  | 200/7     | 2,88   |
| 5           | 000074 | Фрукт яблоко свежее                                    | 47     | 0,47  | 0,4   | 9,8   | 100       | 14,95  |
| 6           | 000014 | Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями                   | 48,4   | 1,62  | 0,5   | 9,34  | 20        | 2,16   |
|             |        |                                                        | 488,76 | 16,45 | 17,14 | 65,71 |           | 107,70 |
| Четверг     |        |                                                        |        |       |       |       |           |        |
| Завтрак     |        |                                                        |        |       |       |       |           |        |
| 1           | 001644 | Тост с ржаным хлебом и сыром "Гауда"                   | 86,17  | 6,22  | 4,13  | 6,04  | 17/14,5   | 21,91  |
| 2           | 002888 | Плов ароматный с мясом птицы                           | 247,45 | 19,08 | 4,48  | 36,16 | 50/150    | 58,10  |
| 3           | 000164 | Напиток из ягод (смородина, вишня, клубника)           | 43,25  | 0,18  | 0,11  | 9,75  | 200       | 10,09  |
| 4           | 001495 | Молоко питьевое клубничное обогащенное витаминами 80мл | 53,84  | 2,16  | 2     | 6,8   | 1шт/80 мл | 16,12  |
| 5           | 000005 | Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"                  | 37,8   | 1,2   | 0,2   | 7,8   | 15        | 1,48   |
|             |        |                                                        | 468,51 | 28,84 | 10,92 | 66,55 |           | 107,70 |
| Пятница     |        |                                                        |        |       |       |       |           |        |
| Завтрак     |        |                                                        |        |       |       |       |           |        |
| 1           | 001323 | Томаты Черри                                           | 15,3   | 0,74  | 0,17  | 2,28  | 85        | 18,79  |
| 2           | 003347 | Шурпа "По-деревенски"                                  | 380,66 | 18,01 | 23,5  | 23,09 | 50/190    | 82,40  |
| 3           | 001524 | Чай с лимоном                                          | 17,71  | 0,05  | 0,01  | 4,15  | 200/5     | 2,29   |
| 4           | 000014 | Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями                   | 96,8   | 3,24  | 1     | 18,68 | 40        | 4,22   |
|             |        |                                                        | 510,47 | 22,04 | 24,68 | 48,2  |           | 107,70 |

Шеф-повар

*Киф*  
(подпись)

Старший  
калькулятор

*Грицюк О.М.*  
(подпись)

Директор по  
производству-Нача  
льник отдела  
технологии,  
качества и  
пищевой  
безопасности

*Степанавичус В.Ю.*  
(подпись)

Мед. работник

(подпись)