

СОГЛАСОВАНО:
ДИРЕКТОР ГИМНАЗИИ №



МЕНЮ на 20.01.2026

Организованное питание
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

1 неделя 2 день

ЗАВТРАК 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Суфле из творога с морковью	200	8,56	10,30	12,60	177,34	91,58
Чай каркаде с сахаром	200	0,36	0,00	7,57	31,73	
Хлеб пшеничный	50	4,30	1,60	21,75	118,60	
Бутерброд с маслом и сыром	50	6,15	7,90	11,30	140,90	

ЗАВТРАК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Суфле из творога с морковью	230	10,70	12,88	15,75	221,72	106,48
Чай каркаде с сахаром	200	0,36	0,00	7,57	31,73	
Хлеб пшеничный	70	6,02	2,24	30,45	166,04	
Бутерброд с маслом и сыром	50	6,15	7,90	11,30	140,90	

ОБЕД 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Огурцы свежие порционно	60	0,43	0,11	3,36	16,14	137,38
Борщ «Сибирский» на бульоне, со сметаной	200/10	3,17	4,22	18,48	124,58	
Мясо тушёное	90	9,10	9,80	23,99	220,56	
Каша перловая рассыпчатая с маслом	150	4,25	5,06	24,75	161,57	
Компот из кураги	180	0,18	0,18	19,82	81,61	
Хлеб пшеничный	50	4,30	1,60	21,75	118,60	
Хлеб ржаной	50	4,25	0,45	14,38	107,05	

ОБЕД 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Огурцы свежие порционно	100	0,72	0,18	5,60	26,90	159,71
Борщ «Сибирский» на бульоне, со сметаной	250/10	3,96	2,77	21,90	128,37	
Мясо тушёное	100	11,37	12,47	25,27	258,79	
Каша перловая рассыпчатая с маслом	180	5,10	6,08	29,70	193,89	
Компот из кураги	180	0,18	0,18	19,82	81,61	
Хлеб пшеничный	90	7,74	2,88	39,15	213,48	
Хлеб ржаной	70	5,95	0,63	20,13	109,97	

ПОЛДНИК 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Булочка «Российская» йодированная	100	5,60	9,90	18,80	186,70	68,69
Чай чёрный с сахаром и ягодами	200	0,61	1,15	21,98	100,73	

ПОЛДНИК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Булочка «Российская» йодированная	150	8,40	14,85	28,20	280,05	79,85
Чай чёрный с сахаром и ягодами	200	0,61	1,15	21,98	100,73	

ЗАВЕДУЮЩИЙ ПРОИЗВОДСТВОМ