

Согласовано:

Директор МБОУ "Гимназия № 46"

Софронов А.Л.

Утверждаю:

Директор ООО "Кулинар-плюс"

Бенда Л.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

школа № 43 МЕНЮ на 01 Октября 2026 г.

Наименование	Цена руб.коп.	Выход, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. цен-ть, кКал.
<i>Завтрак 1-4 кл</i>						
Масло сливочное	14-54	20	0.10	14.50	0.16	132
Каша молочная пшениная с маслом	23-59	245/11	13.48	13.62	32.99	340
Чай охлажденный с плодовым соком	6-04	200	0.34	0.02	22.53	95
Хлеб пшеничный	4-83	50	3.95	0.50	24.00	117
Итого	49-00		17.87	28.64	79.68	684
<i>Завтрак 5-11 кл</i>						
Масло сливочное	14-54	20	0.10	14.50	0.16	132
Каша молочная пшениная с маслом	30-61	285/17	15.69	15.85	38.37	396
Чай охлажденный с плодовым соком	6-04	200	0.34	0.02	22.53	95
Хлеб пшеничный	5-80	60	4.74	0.60	28.80	140
Конфета Отважный комарик	4-01	12		0.01	8.64	35
Итого	61-00		20.87	30.98	98.50	798
<i>Обед 1-4 кл</i>						
Салат из белокочанной капусты	6-17	60	0.93	3.05	5.65	61
Суп картофельный с рыбой	30-74	20/250	2.00	4.90	14.30	110
Гуляш	48-28	54/54	11.49	30.45	3.12	334
Рис отварной	12-38	150	3.60	6.00	36.70	228
Компот из свежих плодов	8-11	200	0.20	0.16	27.88	115
Хлеб ржаной	4-32	60/2 кус	2.82	0.60	24.60	126
Итого	110-00		21.04	45.15	112.25	974
<i>Обед 5-11 кл</i>						
Салат из белокочанной капусты	10-29	100	1.55	5.08	9.42	101
Суп картофельный с рыбой	32-57	22,5/250	2.00	4.90	14.30	110
Гуляш	51-85	58/58	12.34	32.70	3.35	358
Рис отварной	14-86	180	4.32	7.20	44.10	274
Компот из свежих плодов	8-11	200	0.20	0.16	27.88	115
Хлеб ржаной	4-32	60/2 кус	2.82	0.60	24.60	126
Итого	122-00		23.23	50.64	123.65	1084
<i>Полдник (14-00)</i>						
Пряник	17-64	40	2.00	1.60	29.60	148
Напиток апельсиновый	6-92	200	0.20	0.04	25.73	100
Яблоки свежие	25-44	180	0.54		15.48	72
Итого	50-00		2.74	1.64	70.81	320

Зав производством

Васильева И.С.

Экономист по ценам

Некрасова И.Б.

Согласовано:
Директор МБОУ "Гимназия № 46"
Софронов А.Л.

Утверждаю:
Директор ООО "Кулинар-плюс"
Бенда Л.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА
школа нач.№2 МЕНЮ на 01 Октября 2026 г.

Наименование	Цена руб.коп.	Выход, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. цен-ть, кКал.
Завтрак 1-4 кл						
Масло сливочное	14-54	20	0.10	14.50	0.16	132
Каша молочная пшенная с маслом	23-59	245/11	13.48	13.62	32.99	340
Чай охлажденный с плодовым соком	6-04	200	0.34	0.02	22.53	95
Хлеб пшеничный	4-83	50	3.95	0.50	24.00	117
Итого	49-00		17.87	28.64	79.68	684
Завтрак 5-11 кл						
Масло сливочное	14-54	20	0.10	14.50	0.16	132
Каша молочная пшенная с маслом	30-61	285/17	15.69	15.85	38.37	396
Чай охлажденный с плодовым соком	6-04	200	0.34	0.02	22.53	95
Хлеб пшеничный	5-80	60	4.74	0.60	28.80	140
Конфета Отважный комарик	4-01	12		0.01	8.64	35
Итого	61-00		20.87	30.98	98.50	798
Обед 1-4 кл						
Салат из белокочанной капусты	6-17	60	0.93	3.05	5.65	61
Суп картофельный с рыбой	30-74	20/250	2.00	4.90	14.30	110
Гуляш	48-28	54/54	11.49	30.45	3.12	334
Рис отварной	12-38	150	3.60	6.00	36.70	228
Компот из свежих плодов	8-11	200	0.20	0.16	27.88	115
Хлеб ржаной	4-32	60/2 кус	2.82	0.60	24.60	126
Итого	110-00		21.04	45.15	112.25	974
Обед 5-11 кл						
Салат из белокочанной капусты	10-29	100	1.55	5.08	9.42	101
Суп картофельный с рыбой	32-57	22,5/250	2.00	4.90	14.30	110
Гуляш	51-85	58/58	12.34	32.70	3.35	358
Рис отварной	14-86	180	4.32	7.20	44.10	274
Компот из свежих плодов	8-11	200	0.20	0.16	27.88	115
Хлеб ржаной	4-32	60/2 кус	2.82	0.60	24.60	126
Итого	122-00		23.23	50.64	123.65	1084
Полдник (14-00)						
Пряник	17-64	40	2.00	1.60	29.60	148
Напиток апельсиновый	6-92	200	0.20	0.04	25.73	100
Яблоки свежие	25-44	180	0.54		15.48	72
Итого	50-00		2.74	1.64	70.81	320

Зав производством

Краснова О.Н.

Экономист по ценам

Некрасова И.Б.