

Согласовано:
Директор МАОУ «СОШ № 18» НГО
Е. С. Остеева

Утверждаю:
ИП Козырева Е. В.

МЕНЮ свободной раздачи
по столовой МАОУ «СОШ № 18» НГО на 10-13 марта 2026г.

Наименование блюд и изделий	выход	цена	Б	Ж	У	Ккал
Вторник						
Суп картофельный с горохом (овощи б/з)	250	55,00	2,44	8,6	10,9	110,0
Котлеты рыбные	100	90,00	10,9	15,7	10,3	207,2
Биточки мясные	100	90,00	11,9	14,06	11,04	215,6
Пельмени (п/ф) отварные с маслом	150	100,00	5,06	8,2	50,4	237,25
Рис припущенный с маслом	150	30,00	3,65	5,37	36,68	209,7
Огурец консервированный	50	25,00	0	0	1,8	7,2
Компот из сухофруктов	200	25,00	1,04	0,27	42,53	176,7
Хлеб пшеничный	30	5,00	2,37	0,3	14,49	70,14
Среда						
Суп картофельный с макаронами (ов. б/з)	250	45,00	4,39	5,3	28,22	118,6
Ёжики мясные	100	90,00	9,2	13,1	8,88	208
Рагу из овощей б/з с мясом	250	125,00	15,52	13,66	6,4	191,2
Каша гречневая с маслом	150	30,00	8,7	7,8	42,6	279
Цветная капуста тушеная с овощами	100	70,00	0,54	3,84	4,94	38
Напиток из шиповника	200	25,00	0,4	0	30,4	68
Сок фруктовый	200	35,00	1,0	0,2	20,20	86,6
Хлеб пшеничный	30	5,00	2,37	0,3	14,49	70,14
Четверг						
Рассольник по-домашнему, см. (ов. б/з)	250	55,00	1,44	10,93	9,74	109,0
Рыба тушеная с овощами б/з	100	110,00	10,52	10,8	30,15	224
Печень по-строгановски	100	90,00	12,8	15,3	3,6	233
Каша гречневая с маслом	150	30,00	8,67	7,98	34,46	140,62
Овощи б/з тушеные	100	75,00	1,76	1,67	5,16	34,3
Компот из св/мороженных ягод	200	35,00	0,4	0	30,4	68
Хлеб пшеничный	30	5,00	2,37	0,3	14,49	70,14
Пятница						
Борщ с карт., св., кап., см.(ов. б/з)	250	55,00	2,15	2,7	14,96	94,6
Плов с мясом (овощи б/з)	250	115,00	19,2	16,1	55,8	402,6
Картофель б/з отварной с маслом	150	50,00	2,88	5,65	19,98	250
Икра из кабачков	100	60,00	0,54	3,84	4,94	38
Кисель	200	20,00	0	0	42,2	162
Хлеб пшеничный	30	5,00	2,37	0,3	14,49	70,14
Чай с шиповником	200	15,00	0,4	0	30,4	51

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

Согласовано:
 Директор МАОУ «СОШ № 18» НГО
 Е. С. Остеева



Утверждаю
 ИП Козырева Е. В.



МЕНЮ

Меню по типу завтраков для учащихся льготных категорий 5-11 классы
 получающих питание по столовой МАОУ «СОШ № 18» НГО на 10-13 марта 2026г.

Вариант 1

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	Выход 5-11кл.	ккал	Наименование блюд и изделий	Выход 5-11кл.	ккал
Вторник			Вторник		
Обед:			Обед:		
Котлеты рыбные	100	231,7	Биточки мясные	100	248
Каша рисовая рассыпчатая	180	211	Макароны отварные	180	235,8
Огурец консервированный	100	13	Огурец консервированный	100	13
Кисель из ягод	200	108	Компот их смеси сухофруктов	200	110
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	42/70	248,9	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	42/70	248,9
Стоимость рациона:105			Стоимость рациона: 105		
Среда			Среда		
Обед:			Обед:		
Рагу из овощей б/з с мясом птицы	280	401,7	Ёжики мясные	100	201
Фасоль тушенная с овощами б/з	100	105	Картофель б/з отварной с маслом	180	195,6
Компот из ягод б/з	200	124	Цветная капуста с овощами тушеными	100	85
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	42/70	248,9	Напиток из плодов шиповника	200	111
Стоимость рациона:105			Стоимость рациона:105		
Четверг			Четверг		
Обед:			Обед:		
Печень по-строгановски	100	248,9	Рыба, припущенная с овощами б/з	100	208,5
Каша гречневая рассыпчатая	180	209,56	Гороховое пюре	180	261,6
Овощи б/з тушеные	100	58,3	Огурец консервированный	100	13
Компот из изюма	200	110	Компот из ягод б/з	200	124
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	42/70	248,9	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	42/70	248,9
Стоимость рациона:105			Стоимость рациона:105		
Пятница			Пятница		
Обед:			Обед:		
Плов (овощи б/з) с мясом	280	454,3	Рагу из овощей б/з с мясом птицы	280	401,7
Огурец консервированный	100	13	Овощи б/з тушёные	100	58,3
Компот из смеси сухофруктов	200	110	Компот из смеси сухофруктов	200	110
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	42/70	248,9	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	42/70	248,9
Стоимость рациона:105			Стоимость рациона:105		

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

Согласовано:
 Директор МАОУ «СОШ № 18» НГО
 Е. С. Остеева



Утверждаю
 ИП Козырева Е. В.



МЕНЮ

**Меню обедов для учащихся льготных категорий 1-11 классы (СВО)
 получающих питание по столовой МАОУ «СОШ № 18» НГО на 10-13 марта 2026г.**

Вариант 1

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	Выход		Выход		Наименование блюд и изделий	Выход		Выход	
	1-4кл.	ккал	5-11кл.	ккал		1-4 кл.	ккал	5-11кл.	ккал
Вторник					Вторник				
Обед:					Обед:				
Суп картофельный с горохом (ов. б/з)	200	129,3	250	139	Суп картофельный с горохом (ов. б/з)	200	129,3	250	139
Котлеты рыбные	90	218,5	100	231,7	Биточки мясные	90	240	100	248
Каша рисовая рассыпчатая	150	196,3	180	211	Макароны отварные	150	196,5	180	235,8
Огурец консервированный	60	10,4	100	13	Огурец консервированный	60	10,4	100	13
Кисель из ягод	200	108	200	108	Компот их смеси сухофруктов	200	110	200	110
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	28/52	159,27	42/70	248,9	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	28/52	159,27	42/70	248,9
Стоимость рациона:105					Стоимость рациона: 105				
Среда					Среда				
Обед:					Обед:				
Суп картофельный с макаронами (ов. б/з)	200	119,5	250	121,5	Суп картофельный, (овощи б/з) с макаронами	200	119,5	250	121,5
Рагу из овощей б/з с мясом птицы	250	368,7	280	401,7	Ёжики мясные	90	198,8	100	201
Фасоль тушеная с овощами б/з	60	94,5	100	105	Картофель б/з отварной с маслом	150	181,5	180	195,6
Компот из ягод б/з	200	124	200	124	Цветная капуста с овощами тушеными	60	51	100	85
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен.	28/52	159,27	42/70	248,9	Напиток из плодов шиповника	200	111	200	111
Стоимость рациона:105					Стоимость рациона:105				
Четверг					Четверг				
Обед:					Обед:				
Рассольник по-домашнему (б/з) со сметаной	200	113	250	113	Рассольник по-домашнему (овощи б/з) см.	200	113	250	113
Печень по-строгановски	90	233	100	248,9	Рыба, припущенная с овощами б/з	90	186,8	100	208,5
Каша гречневая рассыпчатая	150	197,68	180	209,56	Гороховое пюре	150	241,6	180	261,6
Овощи б/з тушеные	60	48,3	100	58,3	Огурец консервированный	60	10,4	100	13
Компот из изюма	200	110	200	110	Компот из ягод б/з	200	124	200	124
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	28/52	159,27	42/70	248,9	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	28/52	159,27	42/70	248,9
Стоимость рациона:105					Стоимость рациона:105				
Пятница					Пятница				
Обед:					Обед:				
Борщ с картофелем, св., кап. (ов. б/з) см.	200	146,7	250	126,6	Борщ с картофелем св. капустой (ов. б/з) см.	200	146,7	250	146,7
Плов (овощи б/з) с мясом	250	441,3	280	454,3	Рагу из овощей б/з с мясом птицы	250	358,7	280	401,7
Огурец консервированный	60	10,4	100	13	Овощи б/з тушёные	60	48,3	100	58,3
Компот из смеси сухофруктов	200	110	200	110	Компот из смеси сухофруктов	200	110	200	110
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	28/52	159,27	42/70	248,9	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	28/52	159,27	42/70	248,9
Стоимость рациона:105					Стоимость рациона:105				

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

Согласовано:
 Директор МАОУ «СОШ № 18» НГО
 Е. С. Остеева

Утверждаю
 ИП Козырева Е. В.

МЕНЮ

Меню завтраков и обедов для учащихся льготных категорий 1-11 классы (ОВЗ)

получающих двухразовое питание по столовой МАОУ «СОШ № 18» НГО на 10-13 марта 2026г.

Вариант 1

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	Выход		Выход		Наименование блюд изделий	Выход		Выход	
	1-4кл	ккал	5-11кл	ккал		1-4кл	ккал	5-11кл	ккал
Вторник	Завтрак				Вторник	Завтрак			
Пельмени (п/ф) отварные	200	360,76	250	431	Тефтели мясные в соусе	90	198,6	100	201
Икра из кабачков	50	81,72	60	98	Каша гречневая с маслом	150	197,68	180	209,56
Чай с сахаром, лимоном	200	53	200	53	Морковь б/з тушёная	30	46,3	60	92
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122	30/50	129,2	Чай с лимоном, сахаром или мёдом	200	53	200	53
Молоко	200	112			Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122	30/50	129,2
					Молоко	200	112		
	Обед:					Обед:			
Суп картофельный с горохом (ов. б/з)	200	129,3	250	139	Суп картофельный, с горохом (ов. б/з)	200	129,3	250	139
Котлеты рыбные	90	218,5	100	231,7	Биточки мясные	90	240	100	248
Каша рисовая рассыпчатая	150	196,3	180	211	Макароны отварные	150	196,5	180	235,8
Огурец консервированный	60	10,4	100	13	Огурец консервированный	60	10,4	100	13
Кисель из ягод	200	108	200	108	Компот из смеси сухофруктов	200	110	200	110
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	28/52	159,27	42/70	248,9	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	28/52	159,27	42/70	248,9
	Стоимость рациона: 177					Стоимость рациона: 177			
Среда	Завтрак				Среда	Завтрак			
Масло сливочное (порционно)	10	77	10	77	Масло сливочное (порционно)	10	77	10	77
Омлет натуральный с маслом	220	337,44	250	380,75	Запеканка рисовая с твор. соус мол.	200/50	380,2	250/50	436,8
Зеленый горошек конс. тер. обр.	40	34,8	60	52,2	Кисель из концент. в горячем виде	200	118	200	118
Кофейный напиток	200	119	200	119	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122	30/50	129,2
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122	30/50	129,2	Молоко	200	112		
Молоко	200	112							
	Обед:					Обед:			
Суп картоф., с макаронами (ов. б/з)	200	119,5	250	121,5	Суп картоф., (овощи б/з) с макаронами	200	119,5	250	121,5
Рагу из овощей б/з с мясом птицы	250	368,7	280	401,7	Ёжики мясные	90	198,8	100	201
Фасоль тушеная с овощами б/з	60	94,5	100	105	Картофель б/з отварной с маслом	150	181,5	180	195,6
Компот из ягод б/з	200	124	200	124	Цветная капуста с овощами тушеными	60	51	100	85
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен.	28/52	159,27	42/70	248,9	Напиток из плодов шиповника	200	111	200	111
					Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	28/52	159,27	42/70	248,9
	Стоимость рациона: 177					Стоимость рациона: 177			
Четверг	Завтрак				Четверг	Завтрак			
Сыр, масло сливочное (порционно)	10/8	117	20/10	154	Сыр, масло сливочное (порционно)	10/8	117	20/10	154
Запеканка рис. с твор, соус. или мёдом	150/30	262,5	250	306	Каша молочная «Дружба»	180	185,6	200	216,2
Чай с сахаром	200	35	200	35	Кофейный напиток	180	109	200	109
Фрукты консервированные	100	84	100	84	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122	30/50	129,2
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшенич.	20/35	122	30/50	129,2	Фрукт консервированный	100	84	100	84
Молоко	200	112			Молоко	200	112		
	Обед:					Обед:			
Рассольник по-домашн. (б/з) со сметаной	200	113	250	113	Рассольник по-домашнему (овощи б/з) см.	200	113	250	113
Печень по-строгановски	90	233	100	248,9	Рыба, припущенная с овощами б/з	90	186,8	100	208,5
Каша гречневая рассыпчатая	150	197,68	180	209,56	Гороховое пюре	150	241,6	180	261,6
Овощи б/з тушеные	60	48,3	100	58,3	Огурец консервированный	60	10,4	100	13
Компот из изюма	200	110	200	110	Компот из ягод б/з	200	124	200	124
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	28/52	159,27	42/70	248,9	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	28/52	159,27	42/70	248,9
	Стоимость рациона: 177					Стоимость рациона: 177			
Пятница	Завтрак				Пятница	Завтрак			
Сыр, масло сливочное (порционно)	10/8	117	20/10	154	Сыр, масло сливочное (порционно)	10/8	117	20/10	154
Каша молочная манная	220	271,8	250	298,8	Вареники с картоф. (п/ф) отв. с маслом	200	288	250	332,3
Чай с сахаром, молоком	200	69	200	69	Икра кабачковая	30	27,4	50	81,72
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен.	20/35	122	30/50	129,2	Чай с сахаром, шиповником	200	51	200	51
Кондитерское изделие	15	42	20	52	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122	30/50	129,2
Молоко	200	112			Кондитерское изделие	15	42	15	42
					Молоко	200	112		
	Обед:					Обед:			
Борщ с картоф., св., кап. (ов. б/з) см.	200	146,7	250	126,6	Борщ с картоф., свеж. кап. (ов. б/з) см.	200	146,7	250	146,7
Плов (овощи б/з) с мясом	250	441,3	280	454,3	Рагу из овощей б/з с мясом птицы	250	358,7	280	401,7
Огурец консервированный	60	10,4	100	13	Овощи б/з тушёные	60	48,3	100	58,3
Компот из смеси сухофруктов	200	110	200	110	Компот из смеси сухофруктов	200	110	200	110
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	28/52	159,27	42/70	248,9	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	28/52	159,27	42/70	248,9
	Стоимость рациона: 177					Стоимость рациона: 177			

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

Согласовано:
 Директор МАОУ «СОШ № 18» НГО
 Е. С. Остеева

Утверждаю:
 ИП Козырева Е. В.

МЕНЮ

по типу завтраков для детей, обучающихся в 1-4 классах (за исключением обучающихся с ОВЗ и детей-инвалидов) по столовой МАОУ «СОШ № 18» НГО на 10-13 марта 2026г.

Вариант 1

Вариант 2

Питание по типу Завтрака			Питание по типу Завтрака		
Наименование блюд	Выход	Ккал	Наименование блюд	Выход	Ккал
Вторник					
Пельмени (п/ф) отварные с маслом	200	360,76	Тефтели мясные в соусе	90	198,6
Икра из кабачков	50	81,72	Каша гречневая с маслом	150	197,68
Чай с сахаром, лимоном	200	53	Морковь б/з тушёная	30	46,3
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122	Чай с лимоном, сахаром или мёдом	200	53
			Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пш.	20/35	122
Молоко			Молоко	200	112
Итого:			Итого:		
Стоимость рациона: 105,00					
Среда					
Масло сливочное (порционно)	10	77	Масло сливочное (порционно)	10	77
Омлет натуральный с маслом	220	337,44	Запеканка рисовая с твор. соус мол	200/50	380,2
Зелёный горошек конс. тер. обр.	40	34,8	Кисель из концент. в горячем виде	200	118
Кофейный напиток	200	119	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122			
Молоко	200	112	Молоко	200	112
Итого:			Итого:		
Стоимость рациона: 105,00					
Четверг					
Сыр, масло сливочное (порционно)	10/8	117	Сыр, масло сливочное (порционно)	10/8	117
Запеканка рис. с твор, с соус. или мёдом	150/30	262,5	Каша молочная «Дружба»	180	185,6
Чай с сахаром	200	35	Кофейный напиток	180	109
Фрукт консервированный	100	84	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122	Фрукт консервированный	100	84
Молоко	200	112	Молоко	200	112
Итого:			Итого:		
Стоимость рациона: 105,00					
Пятница					
Сыр, масло сливочное (порционно)	10/8	117	Сыр, масло сливочное (порционно)	10/8	117
Каша молочная манная	220	271,8	Вареники с картоф.(п/ф)отв. маслом	200	288
Чай с сахаром, молоком	200	69	Икра кабачковая	30	27,4
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122	Чай с сахаром, шиповником	200	51
Кондитерское изделие	15	42	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122
			Кондитерское изделие	15	42
Молоко	200	112	Молоко	200	112
Итого:			Итого:		
Стоимость рациона: 105,00					

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____