

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 14-18 сентября 2026г.

Вариант 1

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	Выход	ккал	Наименование блюд и изделий	Выход	ккал
Понедельник 14 сентября	5-11кл.		Понедельник	5-11кл.	
Обед:			Обед:		
Тефтели мясные в соусе	100	201	Котлета «Любительская»	100	279,8
Макарон. изд. отварные	180	235,8	Рис отварной с маслом	180	241
Икра кабачковая	100	90,8	Смесь мексиканская б/з тушёная с овощами	100	100,6
Напиток из плодов шиповника	200	111	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:126,00			Стоимость рациона:126,00		
Вторник 15 сентября			Вторник		
Обед:			Обед:		
Котлеты рыбные	100	231,7	Биточки мясные	100	248
Каша рисовая рассыпчатая	180	241	Макароны отварные	180	235,8
Огурец консервированный	100	13	Огурец консервированный	100	13
Кисель из ягод б/з	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:126,00			Стоимость рациона: 126,00		
Среда 16 сентября			Среда		
Обед:			Обед:		
Рагу из овощей б/з с мясом птицы	280	401,7	Ёжики мясные	100	201
Фасоль тушеная 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:126,00			Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	42/70	248,9
Стоимость рациона:126,00			Стоимость рациона:126,00		
Четверг 17 сентября			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:126,00			Стоимость рациона:126,00		
Пятница 18 сентября			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:126,00			Стоимость рациона:126,00		

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 14-18 сентября 2026г.

Вариант 1

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	Выход	ккал	Выход	ккал	Наименование блюд и изделий	Выход	ккал	Выход	ккал
Понедельник 14 сентября	1-4кл.		5-11кл.		Понедельник	1-4 кл.		5-11кл.	
Обед:					Обед:				
Суп картофельный с крупой (овощи б/з)	200	75,5	250	89	Суп картофельный (ов. б/з) с крупой	200	75,5	250	89
Тефтели мясные в соусе	90	198,8	100	201	Котлета «Любительская»	90	269,7	100	279,8
Макаронные изделия отварные	150	196,5	180	235,8	Рис отварной с маслом	150	241	180	241
Икра кабачковая	60	81,72	100	90,8	Смесь мексиканская б/з тушёная с овощами	60	75,8	100	100,6
Напиток из плодов шиповника	200	111	200	111	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:126,00					Стоимость рациона:126,00				
Вторник 15 сентября					Вторник				
Обед:					Обед:				
Суп картофельный с горохом (ов. б/з)	200	130,3	250	139	Суп картофельный с горохом (ов. б/з)	200	130,3	250	139
Котлеты рыбные	90	218,5	100	231,7	Биточки мясные	90	240	100	248
Каша рисовая рассыпчатая	150	196,3	180	241	Макаронные изделия отварные	150	196,5	180	235,8
Огурец в нарезку	60	10,4	100	13	Огурец в нарезку	60	10,4	100	13
Кисель из ягод б/з	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:126,00					Стоимость рациона: 126,00				
Среда 16 сентября					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	Ежики 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:126,00					Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	28/52	159,27	42/70	248,9
Четверг 17 сентября					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 в нарезку	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:126,00					Стоимость рациона:126,00				
Пятница 18 сентября					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 в нарезку	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:126,00					Стоимость рациона:126,00				

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 14-18 сентября 2026г.

Вариант 2

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	Выход	ккал	Выход	ккал	Наименование блюд изделий	Выход	ккал	Выход	ккал
1-4кл.	5-11кл.	1-4кл.	5-11кл.	Понедельник	Завтрак	1-4кл.	5-11кл.	Понедельник	Завтрак
Понедельник 14 сен.	10/8	117	20/10	154	Сыр, масло сливочное (порционно)	10/8	117	20/10	154
Сыр, масло сливочное (порционно)	160	224	250	228,8	Макароны отварные с овощами	160	267	200	287
Каша молочная пшеничная	200	85	200	95	Чай с сахаром	200	35	200	35
Какао с молоком	20/35	122	30/50	129,2	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122	30/50	129,2
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	100	84	100	84	Фрукт консервированный	100	84	100	84
Фрукт консервированный	200	112			Молоко	200	112		
Молоко					Обед:				
Обед:	200	75,5	250	89	Суп картофельный (ов. б/з) с крупой	200	75,5	250	89
Суп картофельный с крупой (ов. б/з)	90	198,8	100	201	Котлета рыбная «Любительская»	90	269,7	100	279,8
Тефтели мясные в соусе	150	196,5	180	235,8	Рис отварной с маслом	150	241	180	241
Макарон. изд. отварные	60	81,72	100	90,8	Смесь мексиканская б/з тушеная с ов.	60	75,8	100	100,6
Икра кабачковая	200	111	200	111	Компот из ягод б/з	200	124	200	124
Напиток из плодов шиповника	28/52	159,27	42/70	248,9	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	28/52	159,27	42/70	248,9
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен					Стоимость рациона: 213,00				
Стоимость рациона: 213,00					Вторник				
Вторник 15 сен.	200	360,76	250	431	Завтрак	90	198,6	100	201
Пельмени (п/ф) отварные	50	81,72	60	98	Тефтели мясные в соусе	150	197,68	180	209,56
Икра из кабачков	200	53	200	53	Каша гречневая с маслом	30	46,3	60	92
Чай с сахаром, лимоном	20/35	122	30/50	129,2	Морковь б/з тушеная	200	53	200	53
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	200	112			Чай с лимоном, сахаром или мёдом	20/35	122	30/50	129,2
Молоко					Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	200	112		
Обед:					Молоко				
Обед:	200	130,3	250	139	Суп картофельный, с горохом (ов. б/з)	200	130,3	250	139
Суп картофельный с горохом (ов. б/з)	90	218,5	100	231,7	Биточки мясные	90	240	100	248
Котлеты рыбные	150	196,3	180	241	Макароны отварные	150	196,5	180	235,8
Каша рисовая рассыпчатая	60	10,4	100	13	Огурец в нарезку	60	10,4	100	13
Огурец в нарезку	200	108	200	108	Компот из смеси сухофруктов	200	110	200	110
Кисель из ягод б/з	28/52	159,27	42/70	248,9	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	28/52	159,27	42/70	248,9
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.					Стоимость рациона: 213,00				
Стоимость рациона: 213,00					Среда				
Среда 16 сен.	10	77	10	77	Завтрак	10	77	10	77
Масло сливочное (порционно)	220	337,44	250	380,75	Масло сливочное (порционно)	200/50	380,2	250/50	436,8
Омлет натуральный с маслом	40	34,8	60	52,2	Запеканка рисовая с tvor. соус мол.	200	118	200	118
Зеленый горошек конс. тер. обр.	200	119	200	119	Кисель из концент. в горячем виде	20/35	122	30/50	129,2
Кофейный напиток	20/35	122	30/50	129,2	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	200	112		
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	200	112			Молоко				
Молоко					Обед:				
Обед:	200	119,5	250	121,5	Суп картоф., (овощи б/з) с макаронами	200	119,5	250	121,5
Суп картоф., с макаронами (ов. б/з)	250	368,7	280	401,7	Ежики мясные	90	198,8	100	201
Рагу из овощей б/з с мясом птицы	60	94,5	100	105	Картофель б/з отварной с маслом	150	181,5	180	195,6
Фасоль тушеная с овощами б/з	200	124	200	124	Цветная капуста с овощами тушеными	60	51	100	85
Компот из ягод б/з	28/52	159,27	42/70	248,9	Напиток из плодов шиповника	200	111	200	111
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен.					Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	28/52	159,27	42/70	248,9
Стоимость рациона: 213,00					Стоимость рациона: 213,00				
Четверг 17 сен.	10/8	117	20/10	154	Завтрак	10/8	117	20/10	154
Сыр, масло сливочное (порционно)	150/30	262,5	250	306	Сыр, масло сливочное (порционно)	180	217	200	256
Запеканка рис. с tvor., соус. или мёдом	200	108	200	108	Каша молочная «Дружба»	200	109	200	109
Кисель из ягод б/з	100	84	100	84	Кофейный напиток	20/35	122	30/50	129,2
Фрукт консервированный	20/35	122	30/50	129,2	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	100	84	100	84
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшенич.	200	112			Фрукт консервированный	200	112		
Молоко					Молоко				
Обед:					Обед:				
Обед:	200	113	250	113	Рассольник по-домашнему (овощи б/з) см.	200	113	250	113
Рассольник по-домашн. (б/з) со сметаной	90	233	100	248,9	Рыба, припущенная с овощами б/з	90	186,8	100	208
Печень по-строгановски	150	197,68	180	209,56	Гороховое пюре	150	241,6	180	261
Каша гречневая рассыпчатая	60	48,3	100	58,3	Огурец в нарезку	60	10,4	100	13
Овощи б/з тушеные	200	110	200	110	Компот из ягод б/з	200	124	200	124
Компот из изюма	28/52	159,27	42/70	248,9	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	28/52	159,27	42/70	248
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.					Стоимость рациона: 213,00				
Стоимость рациона: 213,00					Пятница				
Пятница 18 сен.	10/8	117	20/10	154	Завтрак	10/8	117	20/10	154
Сыр, масло сливочное (порционно)	220	271,8	250	298,8	Сыр, масло сливочное (порционно)	200	288	250	332
Каша молочная манная	200	69	200	69	Вареники с картоф. (п/ф) отв. с маслом	30	27,4	50	81,7
Чай с сахаром, молоком	20/35	122	30/50	129,2	Икра кабачковая	200	51	200	51
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен.	15	42	20	52	Чай с сахаром, шиповником	20/35	122	30/50	129,2
Кондитерское изделие	200	112			Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	15	42	15	42
Молоко					Кондитерское изделие	200	112		
Обед:					Молоко				
Обед:	200	146,7	250	126,6	Борщ с картоф., св., кап. (ов. б/з) см.	200	146,7	250	146,7
Борщ с картоф., св., кап. (ов. б/з) см.	250	441,3	280	454,3	Рагу из овощей б/з с мясом птицы	250	358,7	280	400
Плов (овощи б/з) с мясом	60	10,4	100	13	Овощи б/з тушеные	60	48,3	100	58,3
Огурец в нарезку	200	110	200	110	Компот из смеси сухофруктов	200	110	200	110
Компот из смеси сухофруктов	28/52	159,27	42/70	248,9	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	28/52	159,27	42/70	248
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.					Стоимость рациона: 213,00				
Стоимость рациона: 213,00									

Бухгалтер

Повар-бригадир



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

Утверждаю:
ИП Козырева Е. В.



МЕНЮ свободной раздачи
обедов по столовой МАОУ «СОШ № 18» НГО на 14-18 сентября 2026г.

Наименование блюд и изделий	выход	цена	Б	Ж	У	Ккал
14 сентября Понедельник						
Суп картофельный с крупой	250	60,00	2,4	2,17	9,69	68,6
Тефтели мясные в соусе	100	100,00	11,9	14,06	11,04	215,6
Вареники (п/ф) отварные	200	100,00	12,25	16,05	53,25	387,5
Котлета «Любительская»	100	100,00	15,52	13,66	6,4	191,2
Макаронные изделия отварные с маслом	150	40,00	5,1	7,5	36,5	202,8
Мексиканская смесь б/з тушеная	100	80,00	2,03	5,55	6,75	59,11
Напиток из плодов шиповника	200	25,00	0,4	0	30,4	68
Хлеб пшеничный	30	5,00	2,37	0,3	14,49	70,14
15 сентября Вторник						
Суп картофельный с горохом	250	60,00	2,44	8,6	10,9	110,0
Котлеты рыбные	100	100,00	10,9	15,7	10,3	207,2
Биточки мясные	100	100,00	11,9	14,06	11,04	215,6
Пельмени (п/ф) отварные с маслом	200	160,00	5,06	8,2	50,4	237,25
Рис припущенный с маслом	150	40,00	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
16 сентября Среда						
Суп картофельный с макаронами (ов. б/з)	250	60,00	4,39	5,3	28,22	118,6
Ёжики мясные	100	100,00	9,2	13,1	8,88	208
Рагу из овощей с мясом	250	160,00	15,52	13,66	6,4	191,2
Каша гречневая с маслом	150	40,00	8,7	7,8	42,6	279
Цветная капуста тушеная. Мексиканская смесь б/з. Овощи б/з	100	80,00	0,54	3,84	4,94	38
Напиток из шиповника	200	25,00	0,4	0	30,4	68
Сок	200	50,00	1,0	0,2	20,20	86,6
Хлеб пшеничный	30	5,00	2,37	0,3	14,49	70,14
17 сентября Четверг						
Рассольник по-домашнему, см	250	60,00	1,44	10,93	9,74	109,0
Рыба тушеная с овощами	100	120,00	10,52	10,8	30,15	224
Печень по-строгановски	100	110,00	12,8	15,3	3,6	233
Каша гречневая с маслом	150	40,00	8,67	7,98	34,46	140,62
Овощи тушеные	100	70,00	1,76	1,67	5,16	34,3
Компот из св/мороженных ягод	200	40,00	0,4	0	30,4	68
Хлеб пшеничный	30	5,00	2,37	0,3	14,49	70,14
18 сентября Пятница						
Борщ с карт., св., кап., см.	250	60,00	2,15	2,7	14,96	94,6
Плов с мясом	250	160,00	19,2	16,1	55,8	402,6
Картофель отварной с маслом	150	55,00	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

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 14-18 сентября 2026г.

Вариант 1

Вариант 2

Питание по типу Завтрака			Питание по типу Завтрака		
Наименование блюд	Выход	Ккал	Наименование блюд	Выход	Ккал
14 сентября			Понедельник		
Сыр, масло сливочное (порционно)	10/8	117	Сыр, масло сливочное (порционно)	10/8	117
Каша молочная пшённая	160	224	Макароны отварные с овощами	160	267
Какао с молоком	200	85	Чай с сахаром	200	35
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен.	20/35	122	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122
Фрукт консервированный	100	84	Фрукт консервированный	100	84
Молоко	200	112	Молоко	200	112
Итого:			Итого:		
Стоимость рациона: 126,00					
15 сентября			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: 126,00					
16 сентября			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: 126,00					
17 сентября			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	217
Кисель из ягод б/з	200	108	Кофейный напиток	200	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: 126,00					
18 сентября			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: 126,00					

Бухгалтер

Повар-бригадир