

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

Утверждаю:
ИН Козырева Е. В.

МЕНЮ

обедов по столовой МБОУ «СОШ № 18» НГО на 8-12 сентября 2025г.

Наименование блюд и изделий	выход	цена	Б	Ж	У	Ккал
Понедельник						
Щи с карт., кап. (ов. б/з) гов. отв., сметаной	250	55,00	2,44	8,75	13,4	132
Котлеты рыбные	100	90,00	9,2	13,1	8,88	208
Колбасные изделия отварные	50	55,00	7,52	10,0	0,64	40,64
Вареники (п/ф) отварные с маслом	200	70,00	14,2	18,8	38,9	344,5
Макароны отварные с маслом	150	25,00	5,1	7,5	36,5	202,8
Икра из кабачков	100	60,00	0,54	3,84	4,94	38
Компот из смеси сухофруктов	200	25,00	0,4	0	25,4	110
Хлеб пшеничный	30	5,00	2,1	0,3	12,42	66,9
Вторник						
Рас-ник «Ленин-ский» (ов. б/з), гов. отв., см	250	55,00	1,7	7,8	12,3	102
Котлета мясная	100	90,00	15,04	13,8	16,3	215,6
Плов (овощи б/з) с мясом	250	115,00	1,44	10,56	63,12	334,8
Картофель б/з отварной с маслом	150	50,00	3,6	6,5	25	201
Гороховое пюре с маслом	150	20,00	6,67	9,85	39,7	242,8
Овощи б/з тушеные	100	75,00	1,8	1,28	3,38	36,8
Компот из ягод б/з	200	35,00	0,4	0	30,4	68
Хлеб пшеничный	30	5,00	2,1	0,3	12,42	66,9
Среда						
Суп картоф., с горохом (овощи б/з) гов., отв.	250	55,00	2,5	10,3	10,9	125
Пельмени (п/ф) отварные с маслом	150	100,00	15,2	21,9	43,8	387
Котлета «Любительская»	100	90,00	14,6	11,2	12,8	206,3
Жаркое по домашнему	250	125,00	16,8	19,1	20,3	384
Рис отварной с маслом	150	30,00	3,65	6,44	34	209,8
Морковь б/з тушеная	100	60,00	0,54	3,84	4,94	38
Сок фруктовый	200	35,00				
Хлеб пшеничный	30	5,00	2,1	0,3	12,42	66,9
Четверг						
Суп картоф., с клецками (ов. б/з) гов. отв.	250	50,00	2,44	8,75	13,4	132
Рыба тушеная с овощами б/з	100	110,00	15,52	13,66	6,4	191,2
Гуляш	100	110,00	12,8	14,61	10,59	236
Каша гречневая с маслом	150	30,00	8,7	8,8	52,6	279
Мексиканская смесь б/з	100	70,00	0	0	1,8	7,2
Компот из смеси сухофруктов	200	25,00	0,1	0,03	9,9	35
Хлеб пшеничный	30	5,00	2,1	0,3	12,42	66,9
Пятница						
Суп картоф., с рыбными консер., (овощи б/з)	250	50,00	1,59	7	12,5	95
Рагу из овощей б/з с мясом	250	125,00	15,52	13,66	6,4	191,2
Тефтели мясные в соусе	100	90,00	14,6	11,2	12,8	206,3
Макароны отварные с маслом	150/5	25,00	5,1	7,5	36,5	202,8
Огурец консервированный	50	25,00	0	0	1,8	7,2
Кисель из ягод б/з	200	25,00	0,36	0,24	0,6	65,52
Хлеб пшеничный	30	5,00	2,1	0,3	12,42	66,9

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 8-12 сентября 2025г.

Вариант 1

Вариант 2

Питание по типу Завтрака			Питание по типу Завтрака		
Наименование блюд	Выход	Ккал	Наименование блюд	Выход	Ккал
Понедельник					
Сыр, масло сливочное (порционно)	10/8	117	Сыр, масло сливочное (порционно)	10/8	117
Макаронные изд., запечённые с яйцом	150	259	Каша молочная манная с маслом	150	203
Чай с сахаром или мёдом	200	35	Кофейный напиток	180	109
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	91,92
Фрукт консервированный	100	84	Фрукт консервированный	100	84
Молоко	200	112	Молоко	200	112
Итого:			Итого:		
Стоимость рациона: 105,00					
Вторник					
Сыр, масло сливочное (порционно)	10/8	117	Сыр, масло сливочное (порционно)	10/8	117
Суп молочный рисовый	200	224	Плов фруктовый	150	226
Какао с молоком	180	85	Кисель из концентрата	200	118
Хлеб пшенично-ржаной/Батон в/с	20/35	122	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	91,92
Фрукт консервированный	100	84	Фрукт консервированный	100	84
Молоко	200	112	Молоко	200	112
Итого:			Итого:		
Стоимость рациона: 105,00					
Среда					
Вареники с картоф.(п/ф)отв. с маслом	230	360,76	Омлет натуральный с маслом	200	279,3
Чай с сахаром	200	35	Кукуруза консер. терм. обр	30	50
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122	Чай с сахаром, молоком	200	69
Кондитерское изделие	20	95,8	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	91,92
			Кондитерское изделие	20	95,8
Молоко	200	112	Молоко	200	112
Итого:			Итого:		
Стоимость рациона: 105,00					
Четверг					
Сыр, масло сливочное (порционно)	10/8	117	Сыр твёрдый, масло сливочное	10/8	117
Запеканка из творога с соусом	180/50	360	Каша молочная «Дружба» с маслом	230	285
Чай с сахаром, молоком	200	69	Какао	200	95
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	91,92
Молоко	200	112	Молоко	200	112
Итого:			Итого:		
Стоимость рациона: 105,00					
Пятница					
Тефтели мясные с соусом	90	208,6	Рыба запечёная с овощами б/з	90	224
Макароны отварные	150	202,8	Гороховое пюре	150	241,6
Икра кабачковая	30	49	Огурец консервированный	20	3,6
Чай с сахаром, шиповником	200	51	Чай с сахаром	200	35
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	91,92
Молоко	200	112	Молоко	200	112
Итого:			Итого:		
Стоимость рациона: 105,00					

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» на 8-12 сентября 2025г.

Вариант 1

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	Выход	ккал	Выход	ккал	Наименование блюд и изделий	Выход	ккал	Выход	ккал
Понедельник	1-4кл.		5-11кл.		Понедельник	1-4 кл.		5-11кл.	
Обед:					Обед:				
Щи из св., капусты с картоф. (овощи б/з) см	200	71,2	250	89	Щи с картоф., св., капуста (овощи б/з) см.	200	71,2	250	89
Котлета рыбная	90	249,75	100	257,5	Котлета мясная домашняя	90	279	100	310
Картофель б/з запеченный с маслом	150	254,74	180	272	Макаронные изд. отварные с маслом	150	196,5	180	205,8
Огурец консервированный	60	10,4	100	13	Огурец консервированный	60	10,4	100	13
Компот из смеси сухофруктов с шипов.	200	110	200	110	Компот из смеси сухофруктов	200	110	200	110
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	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				
Вторник					Вторник				
Обед:					Обед:				
Рассольник «Ленинградский» (ов. б/з) см.	200	88	250	100	Рассольник «Ленинградский» (ов. б/з), см.	200	88	250	100
Котлета мясная	90	153	100	161	Тефтели рыбные	90	208,5	100	231,7
Гороховое пюре с маслом	150	241,6	180	261,6	Картофель б/з запеченный	150	254,74	180	272
Овощи б/з тушеные	60	58,6	100	68,6	Овощи б/з тушеные	60	58,6	100	68,6
Компот из ягод б/з	200	124	200	124	Компот из ягод б/з	200	124	200	124
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	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 «Крестьянский» (овощи б/з)	200	145,3	250	152,6	Суп «Крестьянский» (овощи б/з)	200	145,3	250	152,6
Котлета «Любительская»	90	269,7	100	279,8	Жаркое по-домашнему (овощи б/з)	250	360,8	280	404,1
Картофель б/з отварной с маслом	150	141,75	180	170,1	Морковь б/з тушеная	60	58,4	100	68,6
Зеленый горошек	60	52,2	100	63,2	Сок фруктовый (овощной)	200	100	200	100
Сок фруктовый (овощной)	200	100	200	100	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	28/52	159,27	42/70	248,9
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	28/52	159,27	42/70	248,9					
Стоимость рациона:105					Стоимость рациона:105				
Четверг					Четверг				
Обед:					Обед:				
Суп картофельный с клецками (овощи б/з)	200	75	250	83,75	Суп картофельный с клецками (овощи б/з)	200	75	250	83,75
Гуляш	100	240,8	100	255,8	Биточки мясные	90	240	100	248
Каша пшенная рассыпчатая	150	204	180	240	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	197,68	180	209,56
Мексиканская смесь б/з	80	48,5	100	55	Свекла тушеная с сыром	60	69,6	100	89,6
Компот из изюма	200	110	200	110	Компот из смеси сухофруктов	200	110	200	110
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	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:				
Суп картофельный с рыб., консер. (ов. б/з)	200	168,4	250	178,4	Суп картофельный с рыб., конс. (ов. б/з)	200	168,4	250	178,4
Жаркое по-домашнему б/з с мясом	250	360,8	280	404,1	Голубцы «Любительские»	90	139,55	100	156
Огурец консервированный	60	10,4	100	13	Макаронные отварные	150	196,5	180	235,8
Компот из ягод б/з	200	124	200	124	Икра из кабачков	60	81,72	60	81,72
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшеничный	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:105					Стоимость рациона:105				

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» на 8-12 сентября 2025г.

Вариант 1

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	Выход	ккал	Наименование блюд и изделий	Выход	ккал
Понедельник	5-11кл.		Понедельник	5-11кл.	
Обед:			Обед:		
Котлета рыбная	100	257,5	Котлета мясная домашняя	100	310
Картофель б/з запеченный с маслом	180	272	Макаронные изд. отварные с маслом	180	205,8
Огурец консервированный	100	13	Огурец консервированный	100	13
Компот из смеси сухофруктов с шиповником	200	110	Компот из смеси сухофруктов	200	110
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	42/70	248,9	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	42/70	248,9
Стоимость рациона:105			Стоимость рациона:105		
Вторник			Вторник		
Обед:			Обед:		
Котлета мясная	100	161	Тефтели рыбные	100	231,7
Гороховое пюре с маслом	180	261,6	Картофель б/з запеченный	180	272
Овощи б/з тушеные	100	68,6	Овощи б/з тушеные	100	68,6
Компот из ягод б/з	200	124	Компот из ягод б/з	200	124
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	42/70	248,9	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	42/70	248,9
Стоимость рациона:105			Стоимость рациона:105		
Среда			Среда		
Обед:			Обед:		
Котлета «Любительская»	100	279,8	Жаркое по-домашнему (овощи б/з)	280	404,1
Картофель б/з отварной с маслом	180	170,1	Морковь б/з тушеная	100	68,6
Зеленый горошек	100	63,2	Сок фруктовый (овощной)	200	100
Сок фруктовый (овощной)	200	100	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	42/70	248,9
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	42/70	248,9			
Стоимость рациона:105			Стоимость рациона:105		
Четверг			Четверг		
Обед:			Обед:		
Гуляш	100	255,8	Биточки мясные	100	248
Каша пшенная рассыпчатая	180	240	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	209,56
Мексиканская смесь б/з	100	55	Свекла тушеная с сыром	100	89,6
Компот из изюма	200	110	Компот из смеси сухофруктов	200	110
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	42/70	248,9	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	42/70	248,9
Стоимость рациона:105			Стоимость рациона:105		
Пятница			Пятница		
Обед:			Обед:		
Жаркое по-домашнему б/з с мясом	280	404,1	Голубцы «Любительские»	100	156
Огурец консервированный	100	13	Макароны отварные	180	235,8
Компот из ягод б/з	200	124	Икра из кабачков	60	81,72
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшеничный	42/70	248,9	Напиток из плодов шиповника	200	111
			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 завтраков и обедов для учащихся льготных категорий 1-11 классы (ОВЗ)

получающих двухразовое питание по столовой МАОУ «СОШ № 18» на 8-12 сентября 2025г.

Вариант 1

Вариант 2

Наименование блюд и изделий		Выход	ккал	Выход	ккал	Наименование блюд и изделий		Выход	ккал	Выход	ккал
Понедельник		1-4кл.		5-11кл.		Понедельник		1-4кл.		5-11кл.	
Завтрак						Завтрак					
Сыр, масло сливочное (порционно)	10/8	117		20/10	154	Сыр, масло сливочное (порционно)	10/8	117		20/10	154
Макаронные изделия, запеченные с яйцом	150	259		250	392	Каша молочная манная с маслом	150	203		250	298,8
Чай с сахаром	200	35		200	35	Кофейный напиток	180	109		200	109
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122		30/50	129,2	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	91,92		30/50	129,2
Фрукт консервированный	100	84		100	84	Фрукт консервированный	100	84		100	84
Молоко	200	112				Молоко	200	112			
Обед:						Обед:					
Щи из св., капусты с картоф.(ов. б/з) см.	200	71,2		250	89	Щи с картофелем св., капуста (ов. б/з) см.	200	71,2		250	89
Котлета рыбная	90	249,75		100	257,5	Котлета мясная домашняя	90	279		100	310
Картофель б/з запеченный с маслом	150	254,74		180	272	Макаронные изд. отварные с маслом	150	196,5		180	205,8
Огурец консервированный	60	10,4		100	13	Огурец консервированный	60	10,4		100	13
Компот из смеси сухофруктов с шип.	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					
Вторник						Вторник					
Завтрак						Завтрак					
Сыр, масло сливочное (порционно)	10/8	117		20/10	154	Сыр, масло сливочное (порционно)	10/8	117		20/10	154
Суп молочный рисовый	200	224		250	230	Плов фруктовый	150	226		200	262,5
Какао с молоком	180	85		200	95	Кисель из концентрата	200	118		200	118
Хлеб пшенично-ржаной/Батон выс., сорт	20/35	122		30/50	129,2	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	91,92		30/50	129,2
Фрукт консервированный	100	84		100	84	Фрукт консервированный	100	84		100	84
Молоко	200	112				Молоко	200	112			
Обед:						Обед:					
Рассольник «Ленинградский»(ов. б/з)см	200	88		250	100	Рассольник «Ленинградский» (ов. б/з) см.	200	88		250	100
Котлета мясная	90	153		100	161	Тефтели рыбные	90	208,5		100	231,7
Гороховое пюре с маслом	150	241,6		180	261,6	Картофель б/з запеченный	150	254,74		180	272
Овощи б/з тушеные	60	58,6		100	68,6	Овощи б/з тушеные	60	58,6		100	68,6
Компот из ягод б/з	200	124		200	124	Компот из ягод б/з	200	124		200	124
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	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						Среда					
Завтрак						Завтрак					
Вареники с картофелем (п/ф) отв. с масл.	230	360,76		250	332,3	Омлет натуральный с маслом	180/10	279,3		250	330
Чай с сахаром	200	35		200	35	Кукуруза консер. терм. обр	40	52		60	62
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшен.	20/35	122		30/50	129,2	Чай с сахаром, молоком	200	69		200	69
Кондитерское изделие	20	95,8		20	95,8	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	91,92		30/50	129,2
Молоко	200	112				Кондитерское изделие	20	95,8		20	95,8
Обед:						Обед:					
Суп «Крестьянский» (овощи б/з)	200	145,3		250	152,6	Суп «Крестьянский» (овощи б/з)	200	145,3		250	152,6
Котлета «Любительская»	90	269,7		100	279,8	Жаркое по-домашнему (овощи б/з)	250	360,8		280	404,1
Картофель б/з отварной с маслом	150	141,75		180	170,1	Морковь б/з тушеная	60	58,4		100	68,6
Зеленый горошек	60	52,2		100	63,2	Сок фруктовый (овощной)	200	100		200	100
Сок фруктовый (овощной)	200	100		200	100	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					
Четверг						Четверг					
Завтрак						Завтрак					
Сыр, масло сливочное (порционно)	10/8	117		20/10	154	Сыр, масло сливочное (порционно)	10/8	117		20/10	154
Запеканка из твор. с мол., соусом	180/50	360		270	428,8	Каша молочная «Дружба» с маслом	230	285		250	309,8
Чай с сахаром, молоком	200	69		200	69	Какао	200	95		200	95
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшен.	20/35	122		30/50	129,2	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	91,92		30/50	129,2
Молоко	200	112				Молоко	200	112			
Обед:						Обед:					
Суп картофельный с клецками (ов. б/з)	200	75		250	83,75	Суп картофельный с клецками (овощи б/з)	200	75		250	83,75
Гуляш	100	240,8		100	255,8	Биточки мясные	90	240		100	248
Каша пшенная рассыпчатая	150	204		180	240	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	197,68		180	209,56
Мексиканская смесь б/з	80	48,5		100	55	Свекла тушеная с сыром	60	69,6		100	89,6
Компот из изюма	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					
Пятница						Пятница					
Завтрак						Завтрак					
Тефтели мясные с соусом	90	208,6		100	220,6	Рыба запеченная с овощами б/з	90	224		100	248,8
Макаронные отварные	150	202,8		180	235,8	Гороховое пюре	150	241,6		180	261,6
Икра из кабачков	30	49		60	90,8	Огурец консервированный	20	3,6		30	5,6
Чай с сахаром, шиповником	200	51		200	51	Чай с сахаром	200	35		200	35
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшен.	20/35	122		30/50	129,2	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	91,92		30/50	129,2
Молоко	200	112				Молоко	200	112			
Обед:						Обед:					
Суп картофельный с рыб. конс. (ов. б/з)	200	168,4		250	178,4	Суп картофельный с рыб. конс. (ов. б/з)	200	168,4		250	178,4
Жаркое по-домашнему б/з с мясом	250	360,8		280	404,1	Голубцы «Любительские»	90	139,55		100	156
Огурец консервированный	60	10,4		100	13	Макаронные отварные	150	196,5		180	235,8
Компот из ягод б/з	200	124		200	124	Икра из кабачков	60	81,72		60	81,72
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшен.	28/52	159,27		42/70	248,9	Напиток из плодов шиповника	200	111		200	111
Стоимость рациона: 177						Стоимость рациона: 177					
Бухгалтер						Повар-бригадир					