

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

Утверждаю:
 ИП Козырева Е. В.



МЕНЮ свободной раздачи
 завтраков по столовой МАОУ «СОШ № 18» НГО на 23-27 марта 2026г.

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	цена	Б	Ж	У	Ккал
23 марта							
Понедельник							
Бутерброд с сыром, масло слив.		15/10/8	40,00	7,92	4,21	16,16	117
Каша молочная пшеничная с маслом	302	200	60,00	6,8	11,7	26,28	228,8
Макаронные изд. с сыром		210	60,00	13,5	17,2	40,2	392
Какао на молоке	693	200	25,00	2,3	2,5	13,7	95
Чай с сахаром	685	200	10,00	0,1	0,03	9,9	35
Хлеб пшеничный		30	5,00	2,16	0,390	10,56	56,28
24 марта							
Вторник							
Пельмени п/ ф отварные с маслом		150	100,00	14,8	15,7	44,8	360,76
Тефтели мясные с соусом		90	90,00	12,5	11,7	9,5	198,6
Каша гречневая		150	30,00	6,1	5,1	38,6	197,68
Икра кабачковая		100	45,00	1,64	5,67	6,66	81,72
Чай с сахаром, лимоном	686	200	15,00	0,2	0,04	10,2	53
Хлеб пшеничный		30	5,00	2,16	0,390	10,56	56,28
25 марта							
Среда							
Бутерброд с маслом		15/10	30,00	2,21	8,64	10,64	95
Запеканка рис с творогом, соусом мол.	462	200/50	80,00	15	18,2	46,25	380,2
Омлет с маслом	340	200	120,00	11,46	17,6	16,4	337,44
Зеленый горошек конс. тер. обр.		100	60,00	1,8	0,28	14,38	34,8
Кофейный напиток	692	200	25,00	2,4	2,4	18,5	109
Чай с сахаром	685	200	10,00	0,1	0,03	9,9	35
Хлеб пшеничный		30	5,00	2,16	0,390	10,56	56,28
26 марта							
Четверг							
Бутерброд с сыром, масло слив.		15/10/8	40,00	7,92	4,21	16,16	117
Каша молочная «Дружба» с маслом		200	60,00	6,8	11,3	34,3	216,2
Запеканка рис с творогом, соусом мол.	462	200/50	80,00	15	18,2	46,25	306
Чай с сахаром	685	200	10,00	0,1	0,03	9,9	35
Хлеб пшеничный		30	5,00	2,16	0,390	10,56	56,28
27 марта							
Пятница							
Бутерброд с сыром, масло слив.		15/10/8	40,00	7,92	4,21	16,16	117
Каша манная молочная с маслом	297	200	60,00	6,8	11,3	34,3	298,8
Вареники п/ф отварные с маслом		200	70,00	11,2	17,2	44,5	288
Чай с сахаром, шиповником		200	15,00	0,1	0,03	9,9	51
Хлеб пшеничный		30	5,00	2,16	0,390	10,56	56,28

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 23-27 марта 2026г.

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
Каша молочная пшённая	160	224	Макароны отварные с овощами	160	267
Какао с молоком	180	85	Чай с сахаром	180	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: 105,00					
Вторник					
Пельмени (п/ф) отварные	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 пшен.	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

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 16-20 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
Понедельник					Понедельник				
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 тушёные	60	58,6	100	68,6	Овощи б/з тушёные	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» рыбная	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 тушёная	60	58,4	100	68,6
Зелёный горошек	60	52,2	100	63,2	Компот из изюма	200	110	200	110
Сок фруктовый	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 тушёная 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

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 23-27 марта 2026г.

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
Каша молочная пшённая	160	224	Макароны отварные с овощами	160	267
Какао с молоком	180	85	Чай с сахаром	180	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: 105,00					
Вторник					
Пельмени (п/ф) отварные	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 пшен.	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

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 23-27 марта 2026г.

Вариант 2

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	Выход 5-11кл.	ккал	Наименование блюд и изделий		Выход 5-11кл.	ккал
			Понедельник	Обед:		
Понедельник			Понедельник			
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:105			Стоимость рациона:105			
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 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:105			Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.			
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 _____