



Утверждаю:

Директор ООО "Мегаполис"

В.А.Лысенко



Согласовано:

Директор МБОУ СОШ № 7

С.Ю.Лысикова

ПОНЕДЕЛЬНИК 1 неделя

дата " ____ " ____ 2025г

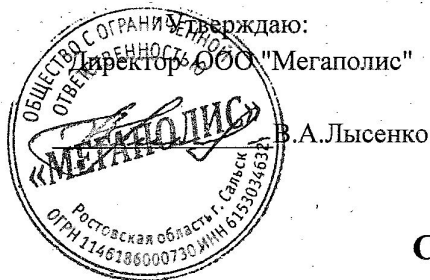
№ п/п	Наименование блюд	выход порции	калорий ность блюда	стоимость блюда
Обед для 1-4 кл (2 смена)				
1	Суп картофельный с бобовыми (горохом)	200	133,14	19,30
2	Шницель рубленый из птицы	70	185,13	40,96
3	Каша вязкая пшеничная	150	154,83	14,58
4	Салат из белокочанной капусты	40	57,13	5,49
5	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	5,87
6	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,80
	Итого обед	700	747,41	89,00
Питание обучающихся с ОВЗ 1-4кл 2 смена				
Завтрак				
1	Омлет натуральный	150	225,50	50,54
2	Икра кабачковая	65	95,55	20,86
3	Мармелад фруктово-ягодный	40	138,24	13,20
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,30
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,80
	Итого завтрак	507	607,69	90,70
Обед				
1	Суп картофельный с бобовыми (горохом)	200	133,14	19,30
2	Шницель рубленый из птицы	70	185,13	40,96
3	Каша вязкая пшеничная	150	154,83	14,58
4	Салат из белокочанной капусты	40	57,13	5,49
5	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	5,87
6	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,80
	Итого обед	700	747,41	89,00
	Итого за день	1207	1355,1	179,70



ВТОРНИК 1 неделя

дата " ____ " ____ 2025г

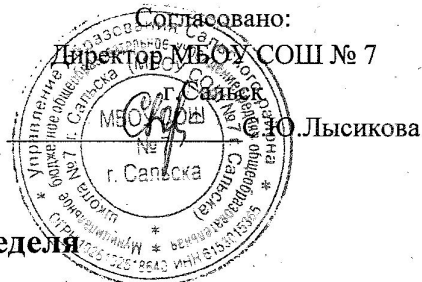
№ п/п	Наименование блюд	выход порции	калорийность блюда	стоимость блюда
Обед для 1-4 кл (2 смена)				
1	Суп картофельный с яйцом (кудрявый)	200	126,07	20,46
2	Плов из птицы	220	368,70	54,08
3	Свекла отварная дольками	50	41,83	5,79
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	5,87
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,80
	Итого обед	710	753,78	89,00
Питание обучающихся с ОВЗ 1-4кл 2 смена				
Завтрак				
1	Тефтели из птицы с соусом	80/80	177,47	44,87
2	Макаронные изделия отварные	150	219,50	18,91
3	Овощи соленные (огурцы)	50	12,50	17,17
4	Чай с лимоном	200/12/7	60,00	6,95
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,80
	Итого завтрак	619	573,97	90,70
Обед				
1	Суп картофельный с яйцом (кудрявый)	200	126,07	20,46
2	Плов из птицы	220	368,70	54,08
3	Свекла отварная дольками	50	41,83	5,79
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	5,87
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,80
	Итого обед	710	753,78	89,00
	Итого за день	1329	1327,75	179,70



Утверждаю:

Директор ООО "Мегаполис"

В.А. Лысенко



Согласовано:

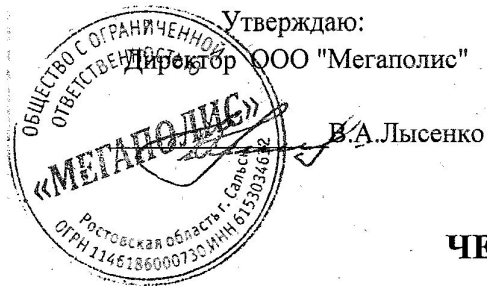
Директор МБОУ СОШ № 7

О. Лысикова

СРЕДА 1 неделя

дата " ____ " ____ 2025г

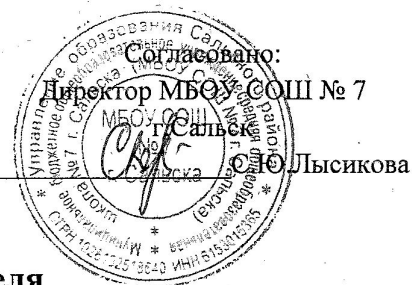
№ п/п	Наименование блюд	выход порции	калорийность блюда	стоимость блюда
Обед для 1-4 кл (2 смена)				
1	Борщ с капустой и картофелем	200	175,00	20,39
2	Чахохбили	120	152,64	49,56
3	Каша вязкая перловая	150	187,13	10,38
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	5,87
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,80
	Итого обед	710	731,95	89,00
Питание обучающихся с ОВЗ 1-4кл 2 смена				
Завтрак				
1	Каша жидкая молочная пшённая	200	274,90	23,20
2	Запеканка из творога с рисом и молоком сгущенным	120/25	278,40	63,68
3	Кофейный напиток	200	37,80	3,82
4	Итого завтрак	545	591,10	90,70
Обед				
1	Борщ с капустой и картофелем	200	175,00	20,39
2	Чахохбили	120	152,64	49,56
3	Каша вязкая перловая	150	187,13	10,38
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	5,87
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,80
	Итого обед	710	731,95	89,00
	Итого за день	1255	1323,05	179,70



Утверждаю:

Директор ООО "Мегаполис"

В.А. Лысенко



Согласовано:

Директор МБОУ СОШ № 7

О.Ю. Лыскова

ЧЕТВЕРГ 1 неделя

дата " ____ " ____ 2025г

№ п/п	Наименование блюд	выход порции	калорийность блюда	стоимость блюда
Обед для 1-4 кл (2 смена)				
1	Суп картофельный с клецками	250	181,90	19,15
2	Биточки рубленые из птицы	80	175,57	42,82
3	Каша рассыпчатая гречневая	120	196,80	15,92
4	Соус томатный с овощами	20	14,80	2,44
5	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	5,87
6	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,80
	Итого обед	710	786,25	89,00
Питание обучающихся с ОВЗ 1-4кл 2 смена				
Завтрак				
1	Гуляш из птицы	40/50	198,11	50,82
2	Каша вязкая пшеничная	150	154,83	14,58
3	Салат из квашеной капусты	55	13,42	19,20
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,30
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,80
	Итого завтрак	547	514,76	90,70
Обед				
1	Суп картофельный с клецками	250	181,90	19,15
2	Биточки рубленые из птицы	80	175,57	42,82
3	Каша рассыпчатая гречневая	120	196,80	15,92
4	Соус томатный с овощами	20	14,80	2,44
5	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	5,87
6	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,80
	Итого обед	710	786,25	89,00
	Итого за день	1257	1301,01	179,70



Утверждаю:
Директор ООО "Мегаполис"

В.А.Лысенко

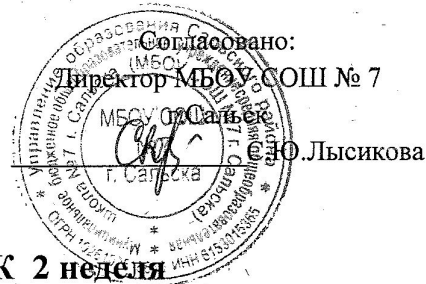
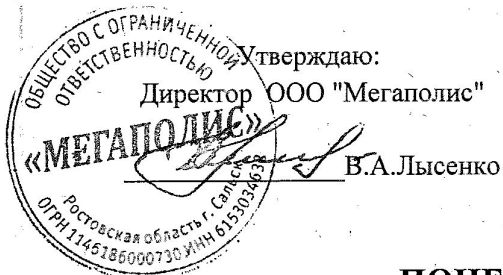


Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 7
Ю.Лысикова

ПЯТНИЦА 1 неделя

дата " " 2025г

№ п/п	Наименование блюд	выход порции	калорий ность блюда	стоимость блюда
Обед для 1-4 кл (2 смена)				
1	Суп картофельный с крупой (рисовая)	200	153,34	15,66
2	Паста "Альфредо"	210	306,96	52,34
3	Винегрет овощной	55	61,52	14,03
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	5,87
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,80
	Итого обед	705	739,00	90,70
Питание обучающихся с ОВЗ 1-4кл 2 смена				
Завтрак				
1	Котлеты рубленые из птицы	90	197,38	44,45
2	Пюре картофельное	150	231,40	27,18
3	Овощи соленые (огурцы)	35	8,75	12,97
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,30
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,80
	Итого завтрак	527	585,93	90,70
Обед				
1	Суп картофельный с крупой (рисовая)	200	153,34	15,66
2	Паста "Альфредо"	210	306,96	52,34
3	Винегрет овощной	50	55,93	12,33
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	5,87
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,80
	Итого обед	700	733,41	89,00
	Итого за день	1227	1319,34	179,7



ПОНЕДЕЛЬНИК 2 недели

дата " ____ " ____ 2025г

№ п/п	Наименование блюд	выход порции	калорий ность блюда	стоимость блюда
Обед для 1-4 кл (2 смена)				
1	Суп картофельный с бобовыми (горохом)	250	186,33	24,13
2	Рагу из мяса птицы	230	284,07	56,20
3	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	5,87
4	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,80
	Итого обед	720	687,58	89,00
Питание обучающихся с ОВЗ 1-4кл 2 смена				
Завтрак				
1	Плов из птицы	200	248,61	49,12
2	Салат из белокочанной капусты	45	64,27	6,48
3	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,30
4	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,80
5	Мафины сливочные	50	152,97	29,00
	Итого завтрак	547	614,25	90,70
Обед				
1	Суп картофельный с бобовыми (горохом)	250	186,33	24,13
2	Рагу из мяса птицы	230	284,07	56,20
3	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	5,87
4	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,80
	Итого обед	720	687,58	89,00
	Итого за день	1267	1301,83	179,70



Утверждаю:

Директор ООО "Мегаполис"

В.А.Лысенко



Согласовано:

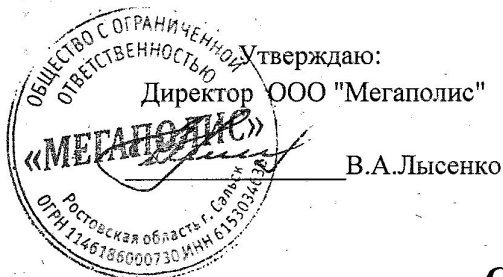
Директор МБОУ СОШ № 7

О.Лысикова

ВТОРНИК 2 неделя

дата " ____ " ____ 2025г

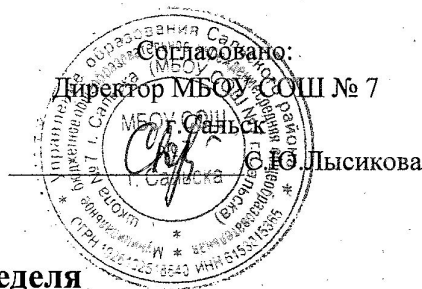
№ п/п	Наименование блюд	выход порции	калорийность блюда	стоимость блюда
Обед для 1-4 кл (2 смена)				
1	Суп картофельный с крупой (пшено)	200	176,88	19,58
2	Фрикадельки из птицы, тушеные в соусе	75/25	183,40	44,02
3	Рис припущенный	150	196,90	19,30
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,30
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,80
	Итого обед	702	705,58	89,00
Питание обучающихся с ОВЗ 1-4кл 2 смена				
Завтрак				
1	Котлеты мясо-картофельные по-хлыновски	90	159,46	45,60
2	Макаронные изделия отварные	150	219,50	18,91
3	Салат из квашеной капусты	40	9,76	13,98
4	Кофейный напиток на молоке сгущенном	200	91,20	8,80
5	Хлеб пшеничный йодированный	45	117,56	3,41
	Итого завтрак	525	597,48	90,70
Обед				
1	Суп картофельный с крупой (пшено)	200	176,88	19,58
2	Фрикадельки из птицы, тушеные в соусе	75/25	183,40	44,02
3	Рис припущенный	150	196,90	19,30
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,30
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,80
	Итого обед	702	705,58	89,00
	Итого за день	1227	1303,06	179,70



Утверждаю:

Директор ООО "Мегаполис"

В.А.Лысенко



Согласовано:

Директор МБОУ СОШ № 7

С.Ю.Лысикова

СРЕДА 2 неделя

дата " ____ " ____ 2025г

№ п/п	Наименование блюд	выход порции	калорийность блюда	стоимость блюда
Обед для 1-4 кл (2 смена)				
1	Борщ с капустой и картофелем	200	175,00	20,39
2	Чахохбили	110	139,92	45,36
3	Каша вязкая пшеничная	150	154,83	14,58
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	5,87
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,80
	Итого обед	700	686,93	89,00
Питание обучающихся с ОВЗ 1-4кл 2 смена				
Завтрак				
1	Каша вязкая молочная "Дружба"	200	238,00	27,40
2	Булочка "Абрикосовый аромат"	70	237,00	31,00
3	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,30
4	Фрукты свежие (яблоки)	160	69,90	29,00
	Итого завтрак	642	588,80	90,70
Обед				
1	Борщ с капустой и картофелем	200	175,00	20,39
2	Чахохбили	110	139,92	45,36
3	Каша вязкая пшеничная	150	154,83	14,58
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	5,87
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,80
	Итого обед	700	686,93	89,00
	Итого за день	1342	1275,73	179,70



Утверждаю:

Директор ООО "Мегаполис"

В.А.Лысенко



Согласовано:

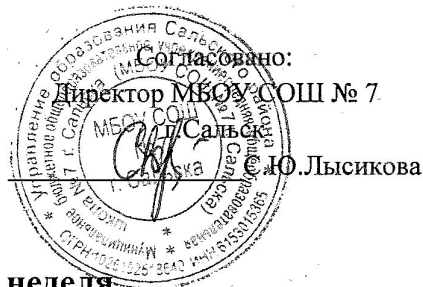
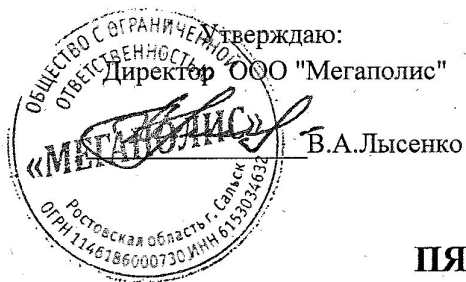
Директор МБОУ СОШ № 7

С.Ю.Лысикова

ЧЕТВЕРГ 2 неделя

дата " ____ " ____ 2025г

№ п/п	Наименование блюд	выход порции	калорийность блюда	стоимость блюда
Обед для 1-4 кл (2 смена)				
1	Суп картофельный с клецками	200	145,52	15,32
2	Плов из птицы	250	310,76	60,91
3	Салат из белокочанной капусты	30	42,85	4,10
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	5,87
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,80
Итого обед		720	716,31	89,00
Питание обучающихся с ОВЗ 1-4кл 2 смена				
Завтрак				
1	Ёжики из птицы	80/40	181,50	58,54
2	Каша рассыпчатая гречневая	150	246,00	19,81
3	Свекла отварная дольками	40	33,47	6,25
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,30
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,80
Итого завтрак		562	609,37	90,70
Обед				
1	Суп картофельный с клецками	200	145,52	15,32
2	Плов из птицы	250	310,76	60,91
3	Салат из белокочанной капусты	30	42,85	4,10
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	5,87
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,80
Итого обед		720	716,31	89,00
Итого за день		1282	1325,68	179,70



ПЯТНИЦА 2 неделя

дата " ____ " ____ 2025г

№ п/п	Наименование блюд	выход порции	калорийность блюда	стоимость блюда
Обед для 1-4 кл (2 смена)				
1	Свекольник со сметаной	200	178,70	18,29
2	Котлеты рубленые из птицы	80	154,29	43,26
3	Макаронные изделия отварные	150	219,50	18,91
4	Соус томатный с овощами	20	14,80	2,44
5	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,30
6	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,80
	Итого обед	702	715,69	89,00
Питание обучающихся с ОВЗ 1-4кл 2 смена				
Завтрак				
1	Рыба, тушеная в томате с овощами (филе)	70/50	184,20	44,45
2	Пюре картофельное	150	231,40	27,18
3	Овощи соленные (огурцы)	35	8,75	12,97
4	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,30
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,80
	Итого завтрак	557	572,75	90,70
Обед				
1	Свекольник со сметаной	200	178,70	18,29
2	Котлеты рубленые из птицы	80	154,29	43,26
3	Макаронные изделия отварные	150	219,50	18,91
4	Соус томатный с овощами	20	14,80	2,44
5	Чай с сахаром	200/12	43,90	3,30
6	Хлеб пшеничный йодированный	40	104,50	2,80
	Итого обед	702	715,69	89,00
	Итого за день	1259	1288,44	179,70