



Утверждаю:
Директор ООО "Мегаполис"

В.А.Лысенко



Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 7

Ю.Лысикова

ПОНЕДЕЛЬНИК 1 неделя

дата " ___ " _____ 2026г

№ п/п	Наименование блюд	выход порции	калорийность блюда	стоимость блюда
Завтрак для обучающихся 5-11 кл, членов семей участников СВО и многодетных семей				
1	Каша жидкая молочная рисовая	150	138,00	20,11
2	Омлет натуральный	100	141,64	34,54
3	Икра кабачковая	60	88,20	19,76
4	Чай с фруктовый	200	68,65	6,97
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,00
	Итого завтрак	550	530,25	84,38
Обед для обучающихся 5-11 кл, членов семей участников СВО и многодетных семей				
1	Суп картофельный с бобовыми (горохом)	200	152,84	21,35
2	Рагу из мяса птицы	190	234,67	47,05
3	Салат из квашеной капусты	30	16,28	7,34
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	5,64
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,00
	Итого обед	660	610,23	84,38
Питание обучающихся с ОВЗ 5-11кл				
Завтрак				
1	Каша жидкая молочная рисовая	150	138,00	20,11
2	Омлет натуральный	100	141,64	34,54
3	Икра кабачковая	60	88,20	19,76
4	Чай с фруктовый	200	68,65	6,97
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,00
	Итого завтрак	550	530,25	84,38
Обед				
1	Суп картофельный с бобовыми (горохом)	250	186,43	22,20
2	Рагу из мяса птицы	210	317,87	50,71
3	Салат из свеклы	100	76,16	12,15
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	5,64
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,00
	Итого обед	800	786,90	93,70
	Итого за день	1350	1317,15	178,08



Утверждаю:

Директор ООО "Мегаполис"

В.А.Лысенко



Согласовано:

Директор МБОУ СОШ № 7

С.Ю.Лысикова

ВТОРНИК 1 неделя

дата " ___ " _____ 2026г

№ п/п	Наименование блюд	выход порции	калорийность блюда	СТОИМОСТЬ блюда
Завтрак для обучающихся 5-11 кл, членов семей участников СВО и многодетных семей				
1	Гречка по-купечески	210	384,67	60,88
2	Чай с сахаром	200	43,90	3,30
3	Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,00
4	Фрукты свежие (яблоки)	100	44,40	17,20
	Итого завтрак	550	566,73	84,38
Обед для обучающихся 5-11 кл, членов семей участников СВО и многодетных семей				
1	Борщ с капустой и картофелем	200	142,00	21,40
2	Котлеты из мяса птицы "Школьные" с соусом (70/30)	100	184,73	42,24
3	Каша вязкая пшеничная	100	103,22	12,10
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	5,64
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,00
	Итого обед	640	636,39	84,38
Питание обучающихся с ОВЗ 5-11 кл				
Завтрак				
1	Гречка по-купечески	210	384,67	60,88
2	Чай с сахаром	200	43,90	3,30
3	Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,00
4	Фрукты свежие (яблоки)	100	44,40	17,20
	Итого завтрак	550	566,73	84,38
Обед				
1	Борщ с капустой и картофелем	250	175,00	20,89
2	Котлеты из мяса птицы "Школьные" с соусом (70/50)	120	199,51	45,26
3	Каша вязкая пшеничная	180	167,00	17,41
4	Кисель плодово-ягодный	200	142,20	6,39
5	Хлеб пшеничный йодированный	50	130,63	3,75
	Итого обед	800	814,34	93,70
	Итого за день	1350,00	1381,07	178,08



Согласовано:

Директор ООО "Мегаполис"

В.А. Лысенко



Согласовано:

Директор МБОУ СОШ № 7

С.Ю. Лысикова

СРЕДА 1 неделя

дата " ___ " _____ 2026г

№ п/п	Наименование блюд	выход порции	калорийность блюда	стоимость блюда
Завтрак для обучающихся 5-11 кл, членов семей участников СВО и многодетных семей				
1	Тефтели из птицы с соусом (70/30)	100	180,98	38,23
2	Макаронные изделия отварные	180	236,15	21,83
3	Мармелад фруктово-ягодный	40	138,24	17,50
4	Кофейный напиток	200	37,80	3,82
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,00
	Итого завтрак	560	686,93	84,38
Обед для обучающихся 5-11 кл, членов семей участников СВО и многодетных семей				
1	Суп картофельный с яйцом (кудрявый)	200	146,07	20,56
2	Чахохбили	100	155,60	42,32
3	Каша вязкая перловая	150	187,13	12,86
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	5,64
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,00
	Итого обед	690	695,24	84,38
Питание обучающихся с ОВЗ 5-11 кл				
Завтрак				
1	Тефтели из птицы с соусом (70/30)	100	180,98	38,23
2	Макаронные изделия отварные	180	236,15	21,83
3	Мармелад фруктово-ягодный	40	138,24	17,50
4	Кофейный напиток	200	37,80	3,82
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,00
	Итого завтрак	560	686,93	84,38
Обед				
1	Суп картофельный с яйцом (кудрявый)	250	157,59	20,46
2	Чахохбили	120	152,64	51,53
3	Каша вязкая перловая	180	224,56	12,32
4	Компот из свежих яблок	200	112,50	5,64
5	Хлеб пшеничный йодированный	50	130,63	3,75
	Итого обед	800	777,92	93,70
	Итого за день	1360	1464,85	178,08



Утверждаю:

Директор ООО "Мегаполис"

В.А.Лысенко



Согласовано:

Директор МБОУ СОШ № 7

Ю.Лысикова

ЧЕТВЕРГ 1 неделя

дата " _____ " _____ 2026г

№ п/п	Наименование блюд	выход порции	калорийность блюда	СТОИМОСТЬ блюда
Завтрак для обучающихся 5-11 кл, членов семей участников СВО и многодетных семей				
1	Каша жидкая молочная манная	250	297,60	34,72
2	Сэндвич с курицей и сыром	110	235,00	46,36
3	Чай с сахаром	200	43,90	3,30
	Итого завтрак	560	576,50	84,38
Обед для обучающихся 5-11 кл, членов семей участников СВО и многодетных семей				
1	Суп картофельный с клецками	200	123,40	18,12
2	Котлеты рубленые из птицы с соусом (70/50)	120	149,62	43,22
3	Каша рассыпчатая гречневая	100	155,81	14,40
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	5,64
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,00
	Итого обед	660	635,27	84,38
Питание обучающихся с ОВЗ 5-11 кл				
Завтрак				
1	Каша жидкая молочная манная	250	297,60	34,72
2	Сэндвич с курицей и сыром	110	235,00	46,36
3	Чай с сахаром	200	43,90	3,30
	Итого завтрак	560	576,50	84,38
Обед				
1	Суп картофельный с клецками	250	154,25	20,15
2	Котлеты рубленые из птицы с соусом (70/50)	120	149,62	43,22
3	Каша рассыпчатая гречневая	180	280,84	20,94
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	5,64
5	Хлеб пшеничный йодированный	50	130,63	3,75
	Итого обед	800	828,02	93,70
	Итого за день	1360,00	1404,52	178,08



Утверждаю:

Директор ООО "Мегаполис"

В.А.Лысенко



Согласовано:

Директор МБОУ СОШ № 7

С.Ю.Лысикова

ПЯТНИЦА 1 неделя

дата " ___ " ___ 2026г

№ п/п	Наименование блюд	выход порции	калорийность блюда	стоимость блюда
Завтрак для обучающихся 5-11 кл, членов семей участников СВО и многодетных семей				
1	Капуста, тушеная с мясом птицы	100	171,46	41,12
2	Пюре картофельное	180	164,00	29,00
3	Кондитерское изделие (печенье)	40	119,50	7,96
4	Чай с сахаром	200	43,90	3,30
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,00
	Итого завтрак	560	592,62	84,38
Обед для обучающихся 5-11 кл, членов семей участников СВО и многодетных семей				
1	Суп картофельный с крупой (рисовая)	200	151,30	19,88
2	Котлеты мясо-картофельные по-хлыновски с соусом (70/50)	120	113,98	46,55
3	Каша вязкая пшенная	100	132,11	9,31
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	5,64
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,00
	Итого обед	660	603,83	84,38
Питание обучающихся с ОВЗ 5-11кл				
Завтрак				
1	Капуста, тушеная с мясом птицы	100	171,46	41,12
2	Пюре картофельное	180	164,00	29,00
3	Кондитерское изделие (печенье)	40	119,50	7,96
4	Чай с сахаром	200	43,90	3,30
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,00
	Итого завтрак	560	592,62	84,38
Обед				
1	Суп картофельный с крупой (рисовая)	250	188,75	21,92
2	Котлеты мясо-картофельные по-хлыновски с соусом (70/50)	120	113,98	46,55
3	Каша вязкая пшенная	180	230,96	15,84
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	5,64
5	Хлеб пшеничный йодированный	50	130,63	3,75
	Итого обед	800	777,00	93,70
	Итого за день	1360	1369,62	178,08



Утверждаю:

Директор ООО "Мегаполис"

В.А.Лысенко



Согласовано:

Директор МБОУ СОШ № 7

С.Ю.Лысикова

ПОНЕДЕЛЬНИК 2 неделя

дата " ____ " _____ 2026г

№ п/п	Наименование блюд	выход порции	калорийность блюда	СТОИМОСТЬ блюда
Завтрак для обучающихся 5-11 кл, членов семей участников СВО и многодетных семей				
1	Плов из птицы	200	268,61	50,62
2	Винегрет	100	146,79	23,04
3	Чай фруктовый	200	38,65	6,97
4	Хлеб пшеничный йодированный	50	130,63	3,75
	Итого завтрак	550	584,68	84,38
Обед для обучающихся 5-11 кл, членов семей участников СВО и многодетных семей				
1	Свекольник со сметаной	200	151,30	19,88
2	Жаркое по-домашнему	180	216,33	51,28
3	Салат из свеклы	30	28,70	4,58
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	5,64
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,00
	Итого обед	650	602,77	84,38
Питание обучающихся с ОВЗ 5-11кл				
Завтрак				
1	Плов из птицы	200	268,61	50,62
2	Винегрет	100	146,79	23,04
3	Чай фруктовый	200	38,65	6,97
4	Хлеб пшеничный йодированный	50	130,63	3,75
	Итого завтрак	550	584,68	84,38
Обед				
1	Свекольник со сметаной	250	170,38	21,92
2	Жаркое по-домашнему	210	276,88	53,33
3	Салат из свеклы	100	76,16	12,15
4	Чай с сахаром	200	43,90	3,30
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,00
	Итого обед	800	661,08	93,70
	Итого за день	1350	1245,76	178,08



Утверждаю:

Директор ООО "Мегаполис"

В.А.Лысенко



Согласовано:

Директор МБОУ СОШ № 7

Ю.Лыскова

ВТОРНИК 2 неделя

дата " ___ " _____ 2026г

№ п/п	Наименование блюд	выход порции	калорийность блюда	стоимость блюда
Завтрак для обучающихся 5-11 кл, членов семей участников СВО и многодетных семей				
1	Котлеты из мяса птицы "Школьные" с соусом (75/25)	100	166,26	45,30
2	Макаронные изделия отварные	180	236,15	21,83
3	Кофейный напиток	200	37,80	3,82
4	Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,00
5	Кондитерское изделие (пряник)	30	105,00	10,43
	Итого завтрак	550	638,97	84,38
Обед для обучающихся 5-11 кл, членов семей участников СВО и многодетных семей				
1	Суп картофельный с бобовыми (горохом)	200	152,84	21,35
2	Фрикадельки из птицы, тушеные в соусе (60/30)	90	126,06	35,56
3	Каша вязкая перловая	130	149,70	11,49
4	Салат из квашеной капусты	30	16,28	7,34
5	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	5,64
6	Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,00
	Итого обед	690	651,32	84,38
Питание обучающихся с ОВЗ 5-11кл				
Завтрак				
1	Котлеты из мяса птицы "Школьные" с соусом (75/25)	100	166,26	45,30
2	Макаронные изделия отварные	180	236,15	21,83
3	Кофейный напиток	200	37,80	3,82
4	Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,00
5	Кондитерское изделие (пряник)	30	105,00	10,43
	Итого завтрак	550	638,97	84,38
Обед				
1	Суп картофельный с бобовыми (горохом)	250	186,43	22,20
2	Фрикадельки из птицы, тушеные в соусе (70/50)	120	147,60	45,57
3	Каша вязкая перловая	180	224,56	12,32
4	Компот из плодов свежих (яблоки, апельсины)	200	38,37	9,86
5	Хлеб пшеничный йодированный	50	130,63	3,75
	Итого обед	800	727,59	93,70
	Итого за день	1350	1366,56	178,08



Утверждаю:

Директор ООО "Мегаполис"

В.А.Лысенко



Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 7
Сальск
С.С.Ю. Дьячкова

СРЕДА 2 неделя

дата " _____ " _____ 2026г

№ п/п	Наименование блюд	выход порции	калорийность блюда	СТОИМОСТЬ блюда
Завтрак для обучающихся 5-11 кл, членов семей участников СВО и многодетных семей				
1	Каша "Дружба"	220	228,80	31,88
2	Рулет с начинкой	70	220,00	32,00
3	Чай с сахаром	200	43,90	3,30
4	Фрукты свежие (яблоки)	100	44,40	17,20
	Итого завтрак	590	537,10	84,38
Обед для обучающихся 5-11 кл, членов семей участников СВО и многодетных семей				
1	Борщ с капустой и картофелем	200	142,00	21,40
2	Биточки рубленые из птицы с соусом (75/25)	100	126,93	41,10
3	Макаронные изделия отварные	100	131,19	13,24
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	5,64
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,00
	Итого обед	640	606,56	84,38
Питание обучающихся с ОВЗ 5-11кл				
Завтрак				
1	Каша "Дружба"	220	228,80	31,88
2	Рулет с начинкой	70	220,00	32,00
3	Чай с сахаром	200	43,90	3,30
4	Фрукты свежие (яблоки)	100	44,40	17,20
	Итого завтрак	590	537,10	84,38
Обед				
1	Борщ с капустой и картофелем	250	175,00	20,89
2	Биточки рубленые из птицы с соусом (70/50)	120	139,92	42,48
3	Каша рассыпчатая гречневая	180	280,84	20,94
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	5,64
5	Хлеб пшеничный йодированный	50	130,63	3,75
	Итого обед	800	839,07	93,70
	Итого за день	1390	1376,17	178,08



Утверждаю:

Директор ООО "Мегаполис"

В.А.Лысенко



Согласовано

Директор МБОУ СОШ № 7

Сальск

С.Ю.Лысикова

ЧЕТВЕРГ 2 неделя

дата " _____ " _____ 2026г

№ п/п	Наименование блюд	выход порции	калорийность блюда	СТОИМОСТЬ блюда
Завтрак для обучающихся 5-11 кл, членов семей участников СВО и многодетных семей				
1	Паста "Альфредо"	210	263,85	54,94
2	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	101,60	9,44
3	Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,00
4	Фрукты свежие (мандарины)	100	98,00	17,00
5	Итого завтрак	550	557,21	84,38
Обед для обучающихся 5-11 кл, членов семей участников СВО и многодетных семей				
1	Суп картофельный с крупой (гречневая)	200	112,46	16,67
2	Капуста, тушеная с мясом птицы	60	54,89	32,42
3	Пюре картофельное	150	169,33	27,18
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	5,64
5	Хлеб пшеничный йодированный	33	77,35	2,47
	Итого обед	643	526,71	84,38
Питание обучающихся с ОВЗ 5-11кл				
Завтрак				
1	Паста "Альфредо"	210	263,85	54,94
2	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	101,60	9,44
3	Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,00
4	Фрукты свежие (мандарины)	100	98,00	17,00
	Итого завтрак	550	557,21	84,38
Обед				
1	Суп картофельный с крупой (гречневая)	250	157,44	18,81
2	Котлеты мясо-картофельное по-хлыновски с соусом (80/50)	130	148,87	50,41
3	Каша вязкая пшенная	180	230,96	15,84
4	Компот из свежих яблок	200	112,50	5,64
5	Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,00
	Итого обед	800	743,53	93,70
	Итого за день	1350	1300,74	178,08



Утверждаю:
Директор ООО "Мегаполис"
В.А.Лысенко



Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 7
Лысикова

ПЯТНИЦА 2 неделя

дата " " 2026г

№ п/п	Наименование блюд	выход порции	калорийность блюда	стоимость блюда
Завтрак для обучающихся 5-11 кл, членов семей участников СВО и многодетных семей				
1	Рыба, тушеная в томате с овощами (филе) (50/50)	100	182,36	41,12
2	Пюре картофельное	180	164,00	29,00
3	Чай с сахаром	200	43,90	3,30
4	Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,00
5	Кондитерское изделие (печенье)	40	119,50	7,96
	Итого завтрак	560	603,52	84,38
Обед для обучающихся 5-11 кл, членов семей участников СВО и многодетных семей				
1	Свекольник со сметаной	200	151,30	19,88
2	Плов из птицы	190	255,18	48,09
3	Овощи соленые (огурцы)	25	41,70	7,28
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	5,64
5	Хлеб пшеничный йодированный	46	107,82	3,49
6	Итого обед	661	668,68	84,38
Питание обучающихся с ОВЗ 5-11кл				
Завтрак				
1	Рыба, тушеная в томате с овощами (филе) (50/50)	100	182,36	41,12
2	Пюре картофельное	180	164,00	29,00
3	Чай с сахаром	200	43,90	3,30
4	Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,00
5	Кондитерское изделие (печенье)	40	119,50	7,96
	Итого завтрак	560	603,52	84,38
Обед				
1	Свекольник со сметаной	260	170,38	21,89
2	Плов из птицы	190	255,18	48,09
3	Овощи соленые (огурцы)	100	139,00	14,33
4	Компот из смеси сухофруктов	200	112,68	5,64
5	Хлеб пшеничный йодированный	50	130,63	3,75
6	Итого обед	800	807,87	93,70
	Итого за день	1360	1411,39	178,08