

С о г л а с о в а н о

Директор

Утверждаю

Директор ООО "СОП"
Евстигнеева С.А.

МЕНЮ НА ОКТЯБРЬ 2025 года

ЗАВТРАК 1-4 класс = 69,43 руб; ЗАВТРАК 5-11 класс=88,60 руб; ЗАВТРАК + ОБЕД =109,66 руб

СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ (справочно)

День недел и	Даты	Прием пищи	1-4 класс			5-11 класс		
			блюдо	Выход одного	Ккал	блюдо	Выход одного	Ккал
П о н е д е л ь н и к	13 октября	З А В Т Р А К	Каша молочная Дружба с маслом сливочным, яйцо вареное	180/5/48 /1шт	305	Котлеты Любительские с соусом сметанным	110	221
			Напиток витаминный	200	78	Макаронные изделия отварные	200	249
			Хлеб/Батон (порциями)	35	70	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	59
			Праники, 1 шт	39	87	Хлеб/Батон (порциями)	30	60
						Вафли, 1 шт	30	158
		О Б Е Д	Суп картофельный с горохом	250	142	Суп картофельный с горохом	250	142
			Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	59	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	59
			Хлеб/Батон (порциями)	40	80	Хлеб/Батон (порциями)	30	60
			Печенье бисквитное, 1 шт	28	123			
В т о р н и к	14 октября	З А В Т Р А К	Свекла отварная	60	24	Гуляш из филе птицы	100	211
			Плов из цыплят	200	368	Каша гречневая вязкая	180	189
			Чай полусладкий с курагой	200/10/7	54	Чай полусладкий с курагой	200/10/7	54
			Хлеб/Батон (порциями)	40	80	Хлеб/Батон (порциями)	35	70
						Печенье сдобное, 1 шт	37	171
		О Б Е Д	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250	94	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	250	94
			Напиток лимонный	200	65	Чай полусладкий	200/10	40
			Хлеб/Батон (порциями)	25	50	Хлеб/Батон (порциями)	40	80
			Пирожки печеные с курагой	80	206			
			или Вафли Молочные, 1 шт	30				
С р е д а	1, 15 октября	З А В Т Р А К	Биточки Дружба с соусом красным основным	100	180	Плов из филе цыплят с доп.гарниром овощи свежие (огурцы) порционно	250/50	404
			Макаронные изделия отварные	170	213	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	59
			Чай с сахаром	200/15	57	Хлеб/Батон (порциями)	45	90
			Хлеб/Батон (порциями)	30	60			
		О Б Е Д	Суп картофельный с крупой Гречишное зёрнышко	250	105	Суп картофельный с крупой Гречишное зёрнышко с зеленью	250/2	104
			Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	59	Чай с сахаром	200/15	57
			Хлеб/Батон (порциями)	40	80	Хлеб/Батон (порциями)	40	80
			Десерт фруктовый (яблоко)	110	52			
Ч е т в е р г	2, 16 октября	З А В Т Р А К	Котлеты Любительские с соусом красным основным	110	198	Картофель тушеный с филе птицы рубленным	220	256
			Каша гречневая вязкая	180	190	Чай полусладкий с черносливом	200/10/7	55
			Чай с сахаром	200/15	57	Хлеб/Батон (порциями)	45	90
			Хлеб/Батон (порциями)	30	60	Пирожки печеные с курагой	80	206
						или Пряники (Северные), 2 шт	78	
		О Б Е Д	Рассольник ленинградский со сметаной (круп перловая)	250	131	Рассольник ленинградский со сметаной (круп перловая)	200	107
			Чай с сахаром	200/15	57	Чай с сахаром	200/15	57
			Хлеб/Батон (порциями)	30	60	Хлеб/Батон (порциями)	25	50
			Пряник в индивидуальной упаковке, 1 шт	40	144			
П я т н и ц а	3, 17 октября	З А В Т Р А К	Гуляш из филе птицы	90	186	Биточки Дружба с соусом красным основным	100	180
			Рис отварной	150	212	Каша гречневая вязкая с доп.гарниром смесь овощная Мексиканская	180/50	203
			Чай с сахаром	200/15	57	Напиток из шиповника с апельсином	200	66
			Хлеб/Батон (порциями)	45	90	Хлеб/Батон (порциями)	30	60
		О Б Е Д	Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	72	Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	72
			Кофейный напиток с молоком	200	91	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	59
			Хлеб/Батон (порциями)	25	50	Хлеб/Батон (порциями)	45	90
			Булочка Творожная	50	162			
			или Печенье сдобное Домашнее, 1 шт	37				
С у б о т а	4, 18 октября	З А В Т Р А К	Паста с сыром	175	356	Сосиски для детского питания отварные с овощами свежими (помидоры) порционно	110	107
			Чай полусладкий	200/10	40	Макаронные изделия отварные	200	281
			Хлеб/Батон (порциями)	25	50	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	59
			Пюре фруктовое, 1 шт	90	32	Хлеб/Батон (порциями)	40	80
						Печенье бисквитное, 1 шт	28	123
		2 ЗАВТРАК	Напиток лимонный	200	65	Кофейный напиток	200	77
			Батончик шоколадный, 1 шт	26	144	Конфета вафельная в шоколадной глазури, 1 шт	39	208

День недели	Даты	Прием пищи	1-4 класс			5-11 класс		
			блюдо	Выход одного	Ккал	блюдо	Выход одного	Ккал
Понедельник	6, 20 октября	Завтрак	Каша рисовая вязкая молочная с маслом сливочным	200/7	269	Котлеты Любительские с соусом сметанным	110	221
			Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	59	Макаронные изделия отварные	200	249
			Хлеб/Батон (порциями)	30	60	Кофейный напиток	200	77
			Пирожное песочное, 1 шт	50	174	Хлеб/Батон (порциями)	35	70
		Обед				Пряник в индивидуальной упаковке, 1 шт	40	144
			Суп картофельный с горохом, с зеленью	250/2	143	Суп картофельный с горохом	250	142
			Напиток из шиповника с апельсином	200	66	Чай с сахаром и лимоном	200/15/5	58
			Хлеб/Батон (порциями)	45	90	Хлеб/Батон (порциями)	40	80
Вторник	7, 21 октября	Завтрак	Котлеты Любительские с соусом красным основным	90	187	Плов из филе цыплят с доп. гарниром овощи свежие (огурцы) порционно	250/20	465
			Макаронные изделия отварные	170	213	Чай полусладкий	200/10	40
			Чай полусладкий с черносливом	200/10/7	55	Хлеб/Батон (порциями)	45	90
			Хлеб/Батон (порциями)	25	50	Булочка Маковка	65	244
						или Изделие бисквитное Кекс для детского питания, 1 шт	28	
		Обед	Суп картофельный с крупой Рисовое зернышко	250	103	Суп картофельный с крупой Рисовое зернышко	250	103
			Напиток витаминный	200	78	Чай полусладкий с черносливом	200/10/7	55
			Хлеб/Батон (порциями)	20	40	Хлеб/Батон (порциями)	25	50
			Булочка Маковка	65	244			
			или Изделие бисквитное Кекс для детского питания, 1 шт	28				
Среда	8, 22 октября	Завтрак	Овощи свежие (огурцы) порционно	85	10	Биточки Дружба с соусом сметанным	100	234
			Картофель тушеный с филе птицы рубленным	150	307	Каша гречневая вязкая с доп. гарниром овощи свежие (помидоры) порционно	190/40	210
			Чай с сахаром	200/15	57	Напиток апельсиновый	200	68
			Хлеб/Батон (порциями)	50	100	Хлеб/Батон (порциями)	30	60
		Обед	Суп с макаронными изделиями и картофелем	220	65	Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	72
			Напиток апельсиновый	200	68	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	59
			Хлеб/Батон (порциями)	25	50	Хлеб/Батон (порциями)	45	90
			Десерт фруктовый (яблоко)	110	52			
Четверг	9, 23 октября	Завтрак	Свекла отварная	60	24	Цыплята отварные (голень)	110	275
			Плов с мясом говядины рубленным	180	326	Макаронные изделия отварные с доп. гарниром горошек зеленый припущенный замороженный	190/25	255
			Чай с сахаром	200/15	57	Чай полусладкий с курагой	200/10/7	54
			Хлеб/Батон (порциями)	30	60	Хлеб/Батон (порциями)	25	50
			Вафли неглазированные, 1 шт	20	81			
		Обед	Суп картофельный с крупой Гречишное зернышко	250	105	Суп картофельный с крупой Гречишное зернышко с зеленью	250/3	103
			Чай полусладкий с курагой	200/10/7	54	Чай с сахаром	200/15	57
			Хлеб/Батон (порциями)	45	90	Хлеб/Батон (порциями)	35	70
			Рулет с маком	100	366			
			или Печенье сахарное Коломенское, 1 шт	30				
Пятница	10, 24 октября	Завтрак	Гуляш из филе птицы	100	194	Котлеты Крепыш с соусом красным основным	100	227
			Макаронные изделия отварные	170	213	Рис отварной с овощным миксом (зам. горошек и кукуруза)	180	223
			Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	59	Чай с сахаром и лимоном	200/15/5	58
			Хлеб/Батон (порциями)	25	50	Хлеб/Батон (порциями)	50	100
		Обед	Борщ с картофелем со свежей капустой, со сметаной	200	88	Борщ со свежей капустой и картофелем, со сметаной	250	108
			Чай полусладкий	200/10	40	Чай полусладкий	200/10	40
			Хлеб/Батон (порциями)	25	50	Хлеб/Батон (порциями)	20	40
			Изделие бисквитное, 1 шт	35	154			
Суббота	11, 25 октября	Завтрак	Каша гречневая вязкая с сосиской отварной для детского питания	230	281	Сосиски для детского питания отварные с овощами свежими (огурцы) порционно	110	100
			Чай с сахаром	200/15	57	Каша гречневая вязкая	180	189
			Хлеб/Батон (порциями)	35	70	Чай с сахаром	200/15	57
			Конфета вафельная в шоколадной глазури, 1 шт	39	150	Хлеб/Батон (порциями)	30	60
		2 завтрак				Изделие бисквитное, 1 шт	35	154
			Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	59	Кофейный напиток	200	77
			Печенье сахарное, 2 шт	60	270	Печенье сдобное, 1 шт	37	171