



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ
«Средняя школа №8» ЕМР РТ
И.А. Зайнаков

МЕНЮ на «24» ноября 2025 г. Понедельник

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1-4 классы							
1	Сырники из творога с кашей пшеничной молочной с маслом сливочным	60/180/5		386,40	16,02	18,13	42,98
2	Чай "Витаминный" с шиповником	185/10/5		54,20	0,24	0,09	12,43
3	Хлеб пшеничный	25		58,75	1,90	0,20	12,30
4	Хлеб ржаной	30		59,40	1,98	0,36	11,88
			74,77				
5-11 классы							
1	Сырники из творога с кашей пшеничной молочной с маслом сливочным	60/220/3		442,60	17,90	21,21	47,96
2	Чай "Витаминный" с шиповником	185/10/5		54,20	0,24	0,09	12,43
3	Хлеб пшеничный	30		70,50	2,28	0,24	14,76
4	Хлеб ржаной	40		79,20	2,64	0,48	15,84
			80,00				
ГПД							
1	Борщ из свежей капусты, со сметаной	250/7		115,09	1,98	5,97	11,18
2	Котлета из мяса птицы с макаронными изделиями отварными, с маслом сливочным	50/150/3		286,06	14,36	7,59	40,03
3	Компот из сухофруктов	200		132,80	0,66	0,09	32,01
4	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	20/20		86,60	2,84	0,40	17,76
			65,00				
Дотация							
1	Вафли	20		73,375	4,92	6,96	3,3
2	Компот из сухофруктов	200		132,80	0,66	0,09	32,01
			10,30				

Зав. столовой (ст. повар) _____

Мед. сестра _____



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ
«Средняя школа №8» ЕМР РТ
И.А. Зайнаков

МЕНЮ на «25» ноября 2025 г. Вторник (2 нед. 14)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1-4 классы							
1	Фрукты и ягоды свежие (апельсины)	180		77,40	1,62	0,36	14,58
2	Жаркое с филе индейки	50/150		390,00	14,79	19,68	35,57
3	Компот из сухофруктов (75С)	200		92,80	0,66	0,09	22,03
4	Хлеб ржаной	20		39,60	1,32	0,24	7,92
			74,77				
5-11 классы							
1	Фрукты и ягоды свежие (апельсины)	180		77,40	1,62	0,36	14,58
2	Жаркое с филе индейки	50/200		427,00	16,06	20,94	40,57
3	Сок	200		84,44	1,00	0,00	20,02
4	Хлеб пшеничный	25		58,75	1,90	0,20	12,30
5	Хлеб ржаной	30		59,40	1,98	0,36	11,88
			80,00				
ГПД							
1	Суп гороховый, с гречками	250/10		575,75	8,56	48,10	20,86
2	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/3		238,80	7,76	7,75	34,17
3	Чай с сахаром и лимоном	185/10/5		41,70	0,115	0,025	10,16
4	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	20/20		86,60	2,84	0,40	17,76
			65,00				
Дотация							
1	Печенье	20		63,6	1,46	2,50	8,8
2	Чай с сахаром	190/10		40,00	0,07	0,02	10,01
			10,30				

Зав. столовой (ст. повар) _____

Мед. сестра _____



УТВЕРЖДАЮ



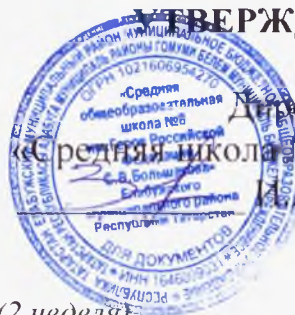
Директор МБОУ
«Средняя школа №8» ЕМР РТ
И.А. Зайнаков

МЕНЮ на «26» ноября 2025 г. Среда (2 ноября)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1-4 классы							
1	Салат из свежей капусты с морковью	80		48,32	1,05	2,60	5,17
2	Куриные наггетсы с макаронными изделиями отварными, с маслом сливочным	75/150/5		289,95	11,45	12,46	31,32
3	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5		41,32	0,11	0,02	10,15
4	Хлеб пшеничный	20		47,00	1,52	0,16	9,84
5	Хлеб ржаной	30		59,40	1,98	0,36	11,88
			74,77				
5-11 классы							
1	Салат из свежей капусты с морковью	100		90,53	1,75	4,33	8,62
2	Куриные наггетсы	100		272,00	12,22	15,14	15,32
3	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180/5		176,10	5,10	3,62	31,96
4	Чай с сахаром, с лимоном	185/10/5		41,32	0,11	0,02	10,15
5	Хлеб пшеничный	20		47,00	1,52	0,16	9,84
6	Хлеб ржаной	40		79,20	2,64	0,48	15,84
			80,00				
ГПД							
1	Суп картофельный на курином бульоне	250		114,00	2,34	2,83	16,87
2	Котлета из говядины с кашей пшенной молочной, с маслом сливочным	50/150/3		356,30	13,54	15,48	39,99
3	Напиток из изюма и яблок	200		118,40	0,25	0,12	28,87
4	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	20/20		86,60	2,84	0,40	17,76
			65,00				
Допация							
1	Печенье (крекер)	30		125,1	2,25	2,94	22,3
2	Чай с сахаром и лимоном	185/10/5		41,70	0,12	0,03	10,16
			10,30				

Зав. столовой (ст. повар) _____

Мед. сестра _____



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ
«Средняя школа №8» ЕМР РТ
И.А. Зайнаков

МЕНЮ на «27» ноября 2025 г. Четверг (2 неделя)

№ п\п	Наименование блюда	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1-4 классы							
1	Сыр порционно	10		34,33	2,63	2,66	0,00
2	Котлеты из говядины с кашей гречневой рассыпчатой с маслом сливочным	75/180/3		405,55	13,44	16,73	48,49
3	Чай с сахаром	190/10		40,00	0,07	0,02	10,01
4	Хлеб пшеничный	50		117,50	3,80	0,40	24,60
			74,77				
5-11 классы							
1	Сыр порционно	20		68,67	5,26	5,32	0,00
2	Котлеты из говядины с кашей гречневой рассыпчатой с маслом сливочным	75/200/5		485,60	14,47	18,40	61,40
3	Чай с сахаром	190/10		40,00	0,07	0,02	10,01
4	Хлеб пшеничный	50		117,50	3,80	0,40	24,60
			80,00				
ГПД							
1	Солянка по-домашнему, со сметаной	250/10		184,83	8,29	10,65	7,55
2	Овощное рагу	180		243,43	3,03	18,84	14,74
3	Чай с сахаром	200		40,00	0,07	0,02	10,01
4	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	20/20		86,60	2,84	0,40	17,76
			65,00				
Дотация							
1	Булочка слобная	50		159	3,64	6,26	22,0
2	Компот из сухофруктов	200		132,80	0,66	0,09	32,01
			10,30				

Зав. столовой (ст. повар) _____

Мед. сестра _____



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ
«Средняя школа №8» ЕМР РТ
И.А. Зайнаков



МЕНЮ на «28» ноября 2025 г. Пятница (2 неделя)

№ п\п	Наименование блюда	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1-4 классы							
1	Салат из моркови	60		49,02	0,74	0,06	9,98
2	Котлета из мяса птицы с рисом отварным рассыпчатым, с маслом сливочным	75/150/5		404,85	15,04	16,11	49,07
3	Какао с молоком	200		78,60	1,58	3,54	7,60
4	Хлеб пшеничный	30		70,50	2,28	0,24	14,76
			74,77				
5-11 классы							
1	Котлета из мяса птицы с рисом отварным рассыпчатым, с маслом сливочным	75/180/5		480,76	17,08	21,43	56,60
2	Огурцы свежие (доп. гарнир)	60		7,20	0,42	0,06	1,14
3	Чай "Витаминный" с шиповником	185/10/5		54,20	0,24	0,09	12,43
4	Хлеб пшеничный	25		58,75	1,90	0,20	12,30
	Хлеб ржаной	40		79,20	2,64	0,48	15,84
			80,00				
ГПД							
1	Рассольник ленинградский, с куриными фрикадельками, со сметаной	250/10/7		139,19	3,56	7,46	13,03
2	Омлет натуральный	100		149,06	10,10	11,27	1,79
3	Кисель	200		123,60	0,6	0,1	30,2
4	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	20/20		86,60	2,84	0,40	17,76
			65,00				
Дотация							
1	Печенье	20		63,6	1,46	2,50	8,8
2	Компот из свежих яблок	200		114,60	0,16	0,16	27,88
			10,30				

Зав. столовой (ст. повар) _____

Мед. сестра _____



УТВЕРЖДАЮ



Директор МБОУ
«Средняя школа №8» ЕМР РТ
И.А. Зайнаков

МЕНЮ на «29» ноября 2025 г. Суббота (2 неделя)

№ п\п	Наименование блюда	Выход	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1-4 классы							
1	Салат из отварной свеклы	60		55,68	0,84	3,61	4,96
2	Биточки рыбные со сметанным соусом	75/25		152,03	9,50	6,35	12,48
3	Пюре картофельное с маслом сливочным	150/3		150,45	3,08	6,25	20,47
4	Компот из свежих яблок (75С)	200		74,60	0,16	0,10	17,90
5	Хлеб пшеничный	25		58,75	1,90	0,20	12,30
			74,77				
5-11 классы							
1	Биточки рыбные со сметанным соусом	75/25		152,03	9,50	6,35	12,48
2	Пюре картофельное с маслом сливочным	180/5		197,70	3,71	9,38	24,59
3	Помидоры свежие порционно (доп.гарнир)	40		8,80	0,44	0,08	1,52
4	Сок	200		84,44	1,00	0,00	20,02
5	Хлеб пшеничный	20		47,00	1,52	0,16	9,84
6	Хлеб ржаной	30		59,40	1,98	0,36	11,88
			80,00				
ГПД							
1	Суп - лапша с картофелем, с мясом птицы	250/10		132,55	5,65	6,10	11,62
2	Котлета из мяса птицы с кашей пшеничной молочной, с маслом сливочным	50/150/3		314,26	15,12	9,78	41,25
3	Чай с сахаром	200		40,00	0,07	0,02	10,01
4	Хлеб ржано-пшеничный/пшеничный	20/20		86,60	2,84	0,40	17,76
			65,00				
Дотация							
1	Печенье (крекер)	30		125,1	2,25	2,94	22,3
2	Чай с сахаром и лимоном	185/10/5		41,70	0,12	0,03	10,16
			10,30				

Зав. столовой (ст. повар) _____

Мед. сестра _____