"СОГЛАСОВАНО"
Директор ГБОУ

_____

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор
ООО "Альфа-Провиант"
_____ С.Г. Ланенкова

Меню
Школа кадетской направленности 5-8 класс
сезон осень-зима

Неделя 1 день: 1

"____"_____2026

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КОТЛЕТА КУРИНАЯ ЗАПЕЧЕННАЯ С МАКАРОНАМИ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (П/Ф КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ, Вода питьевая, Макароны, Масло растительное, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	200/5	13,26	16,65	41,35	368,54
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ (Чай, Варенье, Вода питьевая)	200	0,2	0,1	25	117
БУТЕРБРОД С ВЕТЧИНОЙ (Батон, Ветчина)	25/15	4,76	3,87	9,88	93,88
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5% ИЛИ ФРУКТ СВЕЖИЙ	200	5,6	5,07	26	172
Итого за Завтрак	**670**	**25,19**	**26,43**	**112,11**	**803,3**
Обед					
САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (Масло растительное, Огурцы свежие, Помидоры свежие, Соль)	125	1,25	6,5	5,63	86
БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ (Томат - паста, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Свекла очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Говядина, Капуста б/к свежая, Лимонная кислота, Лук репчатый, Масло растительное, Сахарный песок, Сметана, Соль)	250/15	6,26	8,83	12,89	159,21
РЫБА В КЛЯРЕ (Яйцо, Рыба филе с/м, Молоко, Лимонная кислота, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Соль)	120	18,72	15	16,44	268,8
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (Картофель очищенный, Молоко, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	200	4,27	6,93	26,4	185,87
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	5,1	1,98	25,5	155,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5
СОК ФРУКТОВЫЙ МУЛЬТИФРУКТ	200	1,01	0,18	20,6	88,06
СУХОФРУКТЫ (ИЗЮМ) В ИНД.УПАК.	100	2,9	0,6	88,6	264
Итого за Обед	**1 090**	**40,61**	**40,61**	**203,96**	**1248,84**
Итого за день	**1 760**	**65,8**	**67,04**	**316,07**	**2052,14**

Зав. производством _____

"СОГЛАСОВАНО"
Директор ГБОУ

_____

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор
ООО "Альфа-Провиант"

_____ С.Г. Ланенкова

Меню
Школа кадетской направленности 5-8 класс
сезон осень-зима

Неделя 1 день: 2

"____"_____2026

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНОМ (Молоко, Вода питьевая, Гречневая крупа, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль)	250/5	10,85	15,33	46,43	365,55
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88
КАКАО С МОЛОКОМ (Какао порошок, Молоко, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	4,1	3,5	21	132
БУТЕРБРОД С СЫРОМ (Сыр, Батон)	25/15	4,87	5,14	9,88	105,63
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	1,96	9,35	61,04
АПЕЛЬСИН	250	2,25	0,5	20,25	94,5
Итого за Завтрак	**790**	**24,94**	**27,17**	**116,79**	**810,6**
Обед					
СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ (Картофель очищенный, Сельдь -филе, Масло растительное)	125	7,73	9,85	18,66	193,75
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ (Батон, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Горох шлифованный, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	250/20	8,89	4,82	33,81	214,64
КОТЛЕТЫ МОСКОВСКИЕ (Батон, Молоко, Говядина, Лук репчатый, Масло растительное, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль, Сухари панировочные)	100	13,91	19,12	14,31	284
РАГУ ОВОЩНОЕ С ТЫКВОЙ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Тыква, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	220	4,28	9,29	21,39	186,27
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	5,1	1,98	25,5	155,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	2,74	1,48	19,75	103,75
НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ (Вода питьевая, Клюква протёртая с сахаром)	200	0,12	0,05	25	100,93
Итого за Обед	**1 025**	**42,77**	**46,59**	**158,42**	**1238,74**
Итого за день	**1 815**	**67,71**	**73,76**	**275,21**	**2049,34**

Зав. производством _____

"СОГЛАСОВАНО"
Директор ГБОУ

_____

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор
ООО "Альфа-Провиант"
_____ С.Г. Ланенкова

Меню
Школа кадетской направленности 5-8 класс
сезон осень-зима

Неделя 1 день: 3

"____"_____2026

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ (Творог, Яйцо, Вода питьевая, Манная крупа, Масло растительное, Молоко сгущеное, Сахарный песок, Сметана, Соль, Сухари панировочные, Ванилин)	200	18,41	16,83	52,6	435,51
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	2,74	1,48	19,75	103,75
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	7,2	0,1	66,1
ЧАЙ С ЛИМОНОМ (Чай, Вода питьевая, Лимон, Сахарный песок)	200	0,29	0,1	16	65
РЯЖЕНКА М.Д.Ж.2,5% С САХАРОМ ИЛИ ФРУКТ СВЕЖИЙ (Ряженка, Сахарный песок)	200/15	5,8	5	23,4	161,9
Итого за Завтрак	**675**	**27,34**	**30,61**	**111,85**	**832,26**
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ (Петрушка свежая, Капуста б/к свежая, Масло растительное, Огурцы свежие, Соль)	125	1,67	7,5	8,75	109,17
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРИНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (Вермишель, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Соль, П/Ф ФРИКАДЕЛЬКИ КУРИНЫЕ)	250/40	8,25	4,5	27,85	184,9
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ "ЁЖИКИ" С СОУСОМ ТОМАТНЫМ (Томат - паста, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Говядина, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Масло сл-сливочное 82,5%, Мука пшеничная в/с, Рис, Сахарный песок, Соль)	100/20	16,11	17,73	13,05	276,64
РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ (Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Рис, Соль)	220	5,08	7,27	27,26	194,81
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	5,1	1,98	25,5	155,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,19	1,18	15,8	83
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ (Яблоко свежее, МАНДАРИНЫ СВЕЖИЕ, Вода питьевая, Лимонная кислота, Сахарный песок)	200	0,03	0,1	25,4	103,5
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	250	1	1	24,5	117,5
Итого за Обед	**1 305**	**39,43**	**41,26**	**168,11**	**1224,92**
Итого за день	**1 980**	**66,77**	**71,87**	**279,96**	**2057,18**

Зав. производством _____

"СОГЛАСОВАНО"
Директор ГБОУ

_____

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор
ООО "Альфа-Провиант"

_____ С.Г. Ланенкова

Меню
Школа кадетской направленности 5-8 класс
сезон осень-зима

Неделя 1 день: 4

"____"_____2026

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (Пшено, Молоко, Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Рис, Сахарный песок, Соль)	250/5	8,8	14,78	51,55	373,05
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88
ЧАЙ С САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	0,3	0,09	15,8	65,21
БУТЕРБРОД С СЫРОМ (Сыр, Батон)	25/20	6,04	6,6	9,88	123,54
МОЛОКО В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ М.Д.Ж. 3,2% ИЛИ ФРУКТ СВЕЖИЙ	200	5,6	4,9	9,3	104
ВАФЛИ	20	0,55	0,65	15	68,05
Итого за Завтрак	**745**	**22,66**	**27,76**	**111,41**	**785,73**
Обед					
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (Капуста квашенная, Лук репчатый, Масло растительное, Сахарный песок)	125	1,87	6,25	9,58	108,33
СУП РЫБНЫЙ С ОВОЩАМИ (Рыба филе с/м, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Рис, Соль)	250	6,88	4,75	12,5	120,25
ФИЛЕ ИНДЕЙКИ ТУШЕНОЕ С КАРТОФЕЛЕМ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Мясо индейки(филе), Петрушка свежая, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Соль)	320	20,67	26,33	55,77	554,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	5,1	1,98	25,5	155,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	2,74	1,48	19,75	103,75
СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ	200	1	0,2	20,6	88,2
ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	250			22,5	90
Итого за Обед	**1 255**	**38,26**	**40,99**	**166,2**	**1220,73**
Итого за день	**2 000**	**60,92**	**68,75**	**277,61**	**2006,46**

Зав. производством _____

"СОГЛАСОВАНО"
Директор ГБОУ

_____

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор
ООО "Альфа-Провиант"
_____ С.Г. Ланенкова

Меню
Школа кадетской направленности 5-8 класс
сезон осень-зима

Неделя 1 день: 5

"____"_____2026

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
ОМЛЕТ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (Яйцо, Молоко, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	200/5	15,52	19,29	31,12	360,42
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ (Чай, Варенье, Вода питьевая)	200	0,2	0,1	25	117
БУТЕРБРОД С ВЕТЧИНОЙ (Батон, Ветчина)	25/15	4,76	3,87	9,88	93,88
МАНДАРИН	250	2	0,5	18,75	95
ПРЯНИКИ	30	1,8	4,3	16	109,8
Итого за Завтрак	**750**	**25,65**	**28,8**	**110,63**	**827,98**
Обед					
ВИНЕГРЕТ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Свекла очищенная, Горошек зелёный консерв., Капуста квашенная, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	125	1,75	11,51	21,61	197,02
СУП-ПЮРЕ ИЗ ТЫКВЫ С ГРЕНКАМИ (Батон, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Тыква, Молоко, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	250/10	5,33	6,07	24,44	174
НАГГЕТСЫ КУРИНЫЕ (П/Ф НАГГЕТСЫ КУРИНЫЕ, Масло растительное)	100	9,8	8,9	8,8	154,5
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ (Вода питьевая, Макароны, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	200	7,2	6,53	43,73	262,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	5,1	1,98	25,5	155,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,19	1,18	15,8	83
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (Шиповник, плоды шиповника сушеные, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	1	0,1	15,7	66,9
МОЛОКО В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ М.Д.Ж. 3,2% ИЛИ ФРУКТ СВЕЖИЙ	200	5,6	4,9	9,3	104
Итого за Обед	**1 185**	**37,97**	**41,17**	**164,88**	**1197,22**
Итого за день	**1 935**	**63,62**	**69,97**	**275,51**	**2026,2**

Зав. производством _____

"СОГЛАСОВАНО"
Директор ГБОУ

_____

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор
ООО "Альфа-Провиант"
_____ С.Г. Ланенкова

Меню
Школа кадетской направленности 5-8 класс
сезон осень-зима

Неделя 1 день: 6

"____"_____2026

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (Тыква, Пшено, Молоко, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль)	240/5	10,51	15,19	51,41	383,45
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	2,74	1,48	19,75	103,75
КАКАО С МОЛОКОМ (Какао порошок, Молоко, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	4,1	3,5	21	132
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5% ИЛИ ФРУКТ СВЕЖИЙ	200	5,6	5,07	26	172
АПЕЛЬСИН	250	2,25	0,5	20,25	94,5
Итого за Завтрак	**945**	**25,2**	**25,74**	**138,41**	**885,7**
Обед					
САЛАТ "МОЗАЙКА" (Кукуруза консервированная, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Масло растительное, Огурцы свежие, Соль)	125	1,87	9,37	11,46	141,67
СОЛЯНКА МЯСНАЯ СО СМЕТАНОЙ (Томат - паста, Свинина, Картофель очищенный, Вода питьевая, Говядина, Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы соленые, Сметана, Соль)	250/10	9,26	9,38	10,11	182,38
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ (Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Говядина, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Мука пшеничная в/с, Сметана, Соль)	100	15	15,5	2,38	209,38
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ "ПО-ДОМАШНЕМУ" (Морковь очищенная, Вода питьевая, Гречневая крупа, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	200	4,8	6,13	13,87	129,87
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	5,1	1,98	25,5	155,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5
СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,6	88,2
СУХОФРУКТЫ (ИЗЮМ) В ИНД.УПАК.	100	2,9	0,6	88,6	264
Итого за Обед	**1 065**	**41,03**	**43,75**	**180,42**	**1212,4**
Итого за день	**2 010**	**66,23**	**69,49**	**318,83**	**2098,1**

Зав. производством _____

"СОГЛАСОВАНО"
Директор ГБОУ

_____

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор
ООО "Альфа-Провиант"
_____ С.Г. Ланенкова

Меню
Школа кадетской направленности 5-8 класс
сезон осень-зима

Неделя 2 день: 1

"____"_____2026

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ОВСЯНО-ГРЕЧНЕВАЯ "ЗДОРОВЬЕ" С МАСЛОМ (Геркулес, Молоко, Вода питьевая, Гречневая крупа, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль)	250/5	11,3	14,98	38,18	332,93
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88
ЧАЙ С САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	0,3	0,09	15,8	65,21
БУТЕРБРОД С ВЕТЧИНОЙ (Батон, Ветчина)	25/15	4,76	3,87	9,88	93,88
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5% ИЛИ ФРУКТ СВЕЖИЙ	200	5,6	5,07	26	172
ПРЯНИКИ	30	1,8	4,3	16	109,8
Итого за Завтрак	**750**	**25,13**	**29,05**	**115,74**	**825,7**
Обед					
САЛАТ "ЗДОРОВЬЕ" (Морковь очищенная, Свекла очищенная, Вода питьевая, Горошек зелёный консерв., Лимонная кислота, Масло растительное, Сахарный песок, Соль)	125	2,08	11,04	10,83	151,04
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (Томат - паста, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Говядина, Капуста б/к свежая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Сметана, Соль)	250/15/15	6,42	10,63	8,53	159,71
КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С РЫБОЙ (Рыба филе с/м, Картофель очищенный, Соль, Молоко, Масло растительное, Сухари панировочные, Мука пшеничная в/с,Масло сл-сливочное 82,5% , Сыр, Яйцо, Соус Школьный)	320	20,13	13,6	44,47	380,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	5,1	1,98	25,5	155,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88
СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ	200	1	0,2	20,6	88,2
СУХОФРУКТЫ (ИЗЮМ) В ИНД.УПАК.	100	2,9	0,6	88,6	264
Итого за Обед	**1 110**	**39**	**38,79**	**208,41**	**1251,03**
Итого за день	**1 860**	**64,13**	**67,84**	**324,15**	**2076,73**

Зав. производством _____

"СОГЛАСОВАНО"
Директор ГБОУ

_____

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор
ООО "Альфа-Провиант"
_____ С.Г. Ланенкова

Меню
Школа кадетской направленности 5-8 класс
сезон осень-зима

Неделя 2 день: 2

"____"_____2026

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
ФРИКАДЕЛЬКИ КУРИНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ С МАКАРОНАМИ (Вода питьевая, Макароны, Масло растительное, Соль, П/Ф ФРИКАДЕЛЬКИ КУРИНЫЕ)	250	18,56	16,88	51,63	432,63
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	2,74	1,48	19,75	103,75
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	7,2	0,1	66,1
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ (Чай, Варенье, Вода питьевая)	200	0,2	0,1	25	117
АПЕЛЬСИН	250	2,25	0,5	20,25	94,5
Итого за Завтрак	**760**	**23,85**	**26,16**	**116,73**	**813,98**
Обед					
САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (Масло растительное, Огурцы свежие, Помидоры свежие, Соль)	125	1,25	6,5	5,63	86
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ (Батон, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Горох шлифованный, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	250/15	8,27	4,74	30,01	196,23
ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ (Свинина, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Рис, Соль)	300	22,95	28,25	57,9	577,65
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	5,1	1,98	25,5	155,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	2,74	1,48	19,75	103,75
КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ (Крахмал, Вода питьевая, Клюква протёртая с сахаром)	200	0,1		27,3	109,6
Итого за Обед	**1 000**	**40,41**	**42,95**	**166,09**	**1228,63**
Итого за день	**1 760**	**64,26**	**69,11**	**282,82**	**2042,61**

Зав. производством _____

"СОГЛАСОВАНО"
Директор ГБОУ

_____

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор
ООО "Альфа-Провиант"

_____ С.Г. Ланенкова

Меню
Школа кадетской направленности 5-8 класс
сезон осень-зима

Неделя 2 день: 3

"____"_____2026

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
СЫРНИКИ С ВАРЕНЬЕМ (Варенье, П/Ф СЫРНИКИ, Масло растительное)	200	24,97	20,85	55,77	510,62
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	2,74	1,48	19,75	103,75
ЧАЙ С ЛИМОНОМ (Чай, Вода питьевая, Лимон, Сахарный песок)	200	0,29	0,1	16	65
КЕФИР М.Д.Ж.2,5% С САХАРОМ ИЛИ ФРУКТ СВЕЖИЙ (Кефир, Сахарный песок)	200/15	5,8	5	23	159,9
Итого за Завтрак	**665**	**33,8**	**27,43**	**114,52**	**839,27**
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (Морковь очищенная, Капуста б/к свежая, Лимонная кислота, Лук репчатый, Масло растительное, Сахарный песок, Соль)	125	3,33	12,71	12,92	178,54
СУП РЫБНЫЙ С ОВОЩАМИ (Рыба филе с/м, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Рис, Соль)	250	6,88	4,75	12,5	120,25
ПЕЛЬМЕНИ "КЛАССИЧЕСКИЕ" СО СМЕТАНОЙ (Вода питьевая, Масло растительное, Сметана, Соль, П/Ф ПЕЛЬМЕНИ "КЛАССИЧЕСКИЕ")	280	17,16	19,5	46,21	429
ИЛИ ЛЮЛЯ-КЕБАБ С КАРТОФЕЛЬНЫМ ПЮРЕ	100/180				
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	5,1	1,98	25,5	155,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	2,74	1,48	19,75	103,75
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ (Яблоко свежее, МАНДАРИНЫ СВЕЖИЕ, Вода питьевая, Лимонная кислота, Сахарный песок)	200	0,03	0,1	25,4	103,5
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	250	1	1	24,5	117,5
Итого за Обед	**1 215**	**36,24**	**41,52**	**166,78**	**1207,94**
Итого за день	**1 880**	**70,04**	**68,95**	**281,3**	**2047,21**

Зав. производством _____

"СОГЛАСОВАНО"
Директор ГБОУ

_____

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор
ООО "Альфа-Провиант"

_____ С.Г. Ланенкова

Меню
Школа кадетской направленности 5-8 класс
сезон осень-зима

Неделя 2 день: 4

"_____"_____2026

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С ИЗЮМОМ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (Пшеничка, Молоко, Вода питьевая, Изюм, виноград суш.«Изюм», в.с., Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль)	250/5	10,05	14,6	53,18	384,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88
ЧАЙ С САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	0,3	0,09	15,8	65,21
БУТЕРБРОД С СЫРОМ (Сыр, Батон)	25/15	4,87	5,14	9,88	105,63
МОЛОКО В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ М.Д.Ж. 3,2% ИЛИ ФРУКТ СВЕЖИЙ	200	5,6	4,9	9,3	104
ВАФЛИ	20	0,55	0,65	15	68,05
Итого за Завтрак	**740**	**22,74**	**26,12**	**113,04**	**779,57**
Обед					
ВИНЕГРЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И С СЕЛЬДЬЮ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Свекла очищенная, Сельдь - филе, Горошек зелёный консерв., Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы	125	14,87	16,25	32,87	224
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Говядина, Горошек зелёный консерв., Капуста б/к свежая, Лук репчатый, Масло растительное, Сметана, Соль)	250/15/10	6,29	9,58	10,55	153,21
КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ИНДЕЙКИ (Батон, Мясо индейки(филе), Вода питьевая, Масло растительное, Соль, Сухари панировочные)	100	11,8	11	15	242,2
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ "ПО-ДОМАШНЕМУ" (Морковь очищенная, Вода питьевая, Гречневая крупа, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	220	5,28	6,75	15,25	142,85
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	5,1	1,98	25,5	155,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	2,74	1,48	19,75	103,75
СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,6	88,2
ФРУКТОВОЕ ПЮРЕ	250			22,5	90
Итого за Обед	**1 280**	**47,08**	**47,24**	**162,02**	**1199,61**
Итого за день	**2 020**	**69,82**	**73,36**	**275,06**	**1979,18**

Зав. производством _____

"СОГЛАСОВАНО"
Директор ГБОУ

_____

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор
ООО "Альфа-Провиант"

_____ С.Г. Ланенкова

Меню
Школа кадетской направленности 5-8 класс
сезон осень-зима

Неделя 2 день: 5

"____"_____2026

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
ОМЛЕТ С ВЕТЧИНОЙ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (Яйцо, Ветчина, Молоко, Масло растительное, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	220/5	19,85	24,75	35,4	443,98
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	2,74	1,48	19,75	103,75
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ (Чай, Варенье, Вода питьевая)	200	0,2	0,1	25	117
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	1,96	9,35	61,04
МАНДАРИН	250	2	0,5	18,75	95
Итого за Завтрак	**745**	**26,29**	**28,79**	**108,25**	**820,77**
Обед					
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (Капуста квашенная, Лук репчатый, Масло растительное, Сахарный песок)	125	1,87	6,25	9,58	108,33
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРИНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Соль, П/Ф ФРИКАДЕЛЬКИ КУРИНЫЕ)	250/40	7,45	8,3	22,08	192,8
КОТЛЕТА "ЗДОРОВЬЕ" (Батон, Яйцо, Морковь очищенная, Молоко, Вода питьевая, Говядина, Лук репчатый, Масло растительное, Соль, Сухари панировочные)	120	16,44	14,28	28,08	306,6
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ (Вода питьевая, Макароны, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	220	7,92	7,19	48,11	288,64
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	5,1	1,98	25,5	155,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	2,74	1,48	19,75	103,75
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (Вода питьевая, Изюм, виноград суш.«Изюм», в.с., Лимонная кислота, Сахарный песок)	200	0,5	0,1	15	62,9
Итого за Обед	**1 065**	**42,02**	**39,58**	**168,1**	**1218,42**
Итого за день	**1 810**	**68,31**	**68,37**	**276,35**	**2039,19**

Зав. производством _____

"СОГЛАСОВАНО"
Директор ГБОУ

_____

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор
ООО "Альфа-Провиант"

_____ С.Г. Ланенкова

Меню
Школа кадетской направленности 5-8 класс
сезон осень-зима

Неделя 2 день: 6

"____"_____2026

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С ТЫКВОЙ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (Тыква, Молоко, Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Рис, Сахарный песок, Соль)	250/5	8,3	14,38	55,83	385,55
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (Молоко, Кофейный напиток, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	2,2	3,8	22,3	132
БУТЕРБРОД С СЫРОМ (Сыр, Батон)	25/20	6,04	6,6	9,88	123,54
РЯЖЕНКА М.Д.Ж.2,5% С САХАРОМ ИЛИ ФРУКТ СВЕЖИЙ (Ряженка, Сахарный песок)	200/15	5,8	5	23,4	161,9
Итого за Завтрак	**740**	**23,71**	**30,52**	**121,29**	**854,87**
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ОГУРЦАМИ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ (Морковь очищенная, Горошек зелёный консерв., Масло растительное, Огурцы свежие, Соль)	125	1,87	8,33	5,83	112,5
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Говядина, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы соленые, Рис, Сметана, Соль)	250/20	8,08	11	16,65	197,6
КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С МЯСОМ И СЫРОМ (Морковь очищенная, Лук репчатый, Картофель очищенный, Говядина, Масло растительное, Масло сл-сливочное 82,5%, Помидоры свежие, Сыр, Яйцо, Соус школьный, Мука пшеничная в/с, Молоко, Соль)	320	12,67	14,63	32,23	311,29
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	5,1	1,98	25,5	155,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	2,74	1,48	19,75	103,75
СОК ФРУКТОВЫЙ МУЛЬТИФРУКТ	200	1,01	0,18	20,6	88,06
СУХОФРУКТЫ (ИЗЮМ) В ИНД.УПАК.	100	2,9	0,6	88,6	264
Итого за Обед	**1 125**	**34,37**	**38,2**	**209,16**	**1232,6**
Итого за день	**1 865**	**58,08**	**68,72**	**330,45**	**2087,47**

Зав. производством _____