

ООО "ТИТСЕРВИС"



ЛИЦЕЙ № 13

МЕНЮ НА « 02 МАРТА » 2026 Г
ПОНЕДЕЛЬНИК (2 НЕДЕЛЯ)СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР ЛИЦЕЯ

№ реп.сбор	выход	НАИМЕНОВАНИЕ	ккал	белки	жиры	углевод
		ЗАВТРАК				
		7-11 ЛЕТ				
54-16 к	200	КАША "ДРУЖБА"	168,9	5,0	5,8	24,1
54-1з	20	СЫР ТВЕРДЫХ СОРТОВ В НАРЕЗКЕ	71,7	4,7	5,9	0,
Пром	100	ФРУКТ (ЯБЛОКО)**	47,0	0,4	0,4	9,8
54-23 гн	200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	86,0	3,8	2,9	11,3
Пром	30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70,5	2,4	0,3	14,5
Пром	20	ХЛЕБ РЖАНОЙ	51,8	1,7	0,7	8,5
		ИТОГО	495,9	18	16	68,2
	570					
		ОБЕД				
		7-11 ЛЕТ				
54-2 з	60	ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	8,5	0,5	0,1	1,5
54-3С	200	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	106,7	1,9	5,1	13,2
54-10 г	150	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ	173,7	4,5	5,6	26,6
54-8м	100	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ	195,1	11,5	11,9	10,9
54-3хн	200	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	81,00	0,5	0,2	19,5
Пром	50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	117,5	3,95	0,5	24,15
Пром	30	ХЛЕБ РЖАНОЙ	77,7	2,55	1,0	12,75
			760,2	25,4	24,4	108,6
	790					

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
АВАНЕСОВА С К

ООО "ПИТСЕРВИС"

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР ЛИЦЕЯ

ЛИЦЕЙ № 13

МЕНЮ НА « 03 МАРТА » 2026 Г
ВТОРНИК (2 НЕДЕЛЯ)

реп.сбор	выкод	НАИМЕНОВАНИЕ	ккал	белки	жиры	углев
ЗАВТРАК						
7-11 ЛЕТ						
53-19 з	10	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	66,1	0,1	7,2	0,1
54-5з	60	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	37,6	0,6	3,1	1,8
54-3г	170	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	235,4	9,0	7,7	32,4
54-4 гн	200	ЧАЙ С САХАРОМ	26,8	0,2	0,0	6,5
Пром	45	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	105,75	3,6	0,45	21,7
Пром	25	ХЛЕБ РЖАНОЙ	64,75	2,1	0,8	10,6
	510	ИТОГО	536,4	15,6	19,3	73,1
ОБЕД						
7-11 ЛЕТ						
54-13 з	60	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	45,6	0,8	2,7	4,6
54-10с	200	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ (КРУПА ПЕРЛОВАЯ)	94,2	1,9	5,0	10,3
54-4г	150	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	233,7	8,3	6,3	36,0
367	100	ПТИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	146,4	9,5	11,1	2,2
54-25хн	200	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ	56,8	0,1	0,0	14,1
Пром	50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	117,5	3,95	0,5	24,15
Пром	30	ХЛЕБ ОСОВЫЙ	63,6	2,3	0,4	13,95
	790	ИТОГО :	757,8	26,85	26	105

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
АВАНЕСОВА С К



ЛИЦЕЙ № 13
МЕНЮ НА « 04 МАРТА » 2026 Г
СРЕДА (2 НЕДЕЛЯ)

№ реп.сбор	выход	НАИМЕНОВАНИЕ	ккал	белки	жиры	углев
		ЗАВТРАК				
		7-11 ЛЕТ				
54-1з	10	СЫР ТВЕРДЫХ СОРТОВ В НАРЕЗКЕ	35,9	2,3	2,9	0,0
54-9к	200	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ	272,9	8,6	11,3	34,3
Пром	100	ФРУКТ (ГРУША)**	42,3	0,4	0,3	9,5
54-21гн	200	КАКАО С МОЛОКОМ	100,4	4,6	3,6	12,6
Пром	15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35,25	1,2	0,15	7,2
Пром	15	ХЛЕБ РЖАНОЙ	38,85	1,3	0,5	6,4
		ИТОГО	525,6	18,4	18,8	70
	540					
		ОБЕД				
		7-11 ЛЕТ				
21	100	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	104	1,2	6	11,2
54-2с	200	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	90,2	1,7	4,3	9,7
354	250	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ, СМЕТАНОЙ	243,6	16,9	12,3	24,4
54-4 хн	200	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	75,8	0,4	0,1	18,4
Пром	50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	117,5	3,95	0,5	24,15
Пром	30	ХЛЕБ РЖАНОЙ	77,7	2,55	1,0	12,75
		ИТОГО	708,8	26,7	24,2	100,6
	830					

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
АВАНЕСОВА С К

ООО "ПИТСЕРВИС"



ЛИЦЕЙ № 13
МЕНЮ НА « 05 МАРТА » 2026 Г
ЧЕТВЕРГ (2 НЕДЕЛЯ)

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР ЛИЦЕЯ

реп. сбор	выход	НАИМЕНОВАНИЕ	ккал	белки	жиры	углев
		ЗАВТРАК				
		7-11 ЛЕТ				
54-3о	150	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	201,00	11,1	15,00	5,2
Пром	100	ФРУКТ (БАНАН)**	96,0	1,5	0,5	21,0
54-2гн	200	ЧАЙ С САХАРОМ	26,8	0,2	0,0	6,5
Пром	45	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	105,75	3,55	0,45	21,7
Пром	30	ХЛЕБ РЖАНОЙ	77,7	2,55	1,0	12,75
		ИТОГО	507,25	18,9	17	67,2
	525					
		ОБЕД				
		7-11 ЛЕТ				
54-8 з	60	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	81,5	1,00	6,1	5,8
54-7с	200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	102,0	2,5	2,2	18,1
54-9г	150	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	133,4	2,8	7,4	13,6
54-29 м	90	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	172,1	12,3	9,9	6,1
54-5 хн	200	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ВИШНИ	42,5	0,2	0,1	10,2
Пром	60	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	141,0	4,7	0,6	34,0
Пром	30	ХЛЕБ РЖАНОЙ	77,7	2,55	1,0	12,75
		ИТОГО :	750,2	26,05	27,3	101
	790					

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
АВАНЕСОВА С К

ООО "ПИТсервис"



ЛИЦЕЙ № 13

МЕНЮ НА « 06 МАРТА » 2026 Г
ПЯТНИЦА (2 НЕДЕЛЯ)СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР ЛИЦЕЯ

реп.сбор	выход	НАИМЕНОВАНИЕ	ккал	белки	жиры	углев
		ЗАВТРАК				
		7-11 ЛЕТ				
53-19 з	10	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	66,1	0,1	7,2	0,1
282	170	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ ,СМЕТАНОЙ	271,0	10,6	7,6	40,1
Пром	100	ФРУКТ (МАНДАРИН)**	38,00	0,8	0,2	7,5
54-4гн	200	ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	50,9	1,6	1,1	8,7
Пром	30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70,5	2,4	0,3	14,5
Пром	20	ХЛЕБ РЖАНОЙ	51,8	1,7	0,7	8,5
	530	ИТОГО	548,3	17,2	17,1	79,4
		ОБЕД				
		7-11 ЛЕТ				
54-27з	60	МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ ДОЛЬКАМИ	37,6	0,8	2,0	4,1
54-8с	200	СУП ГОРОХОВЫЙ	116,8	4,2	4,00	15,9
54-1г	150	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	196,8	5,4	4,9	32,8
367	100	ПТИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	146,4	9,5	11,1	2,2
54-3 хн	200	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	81,3	0,5	0,2	19,5
Пром	50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	117,5	3,95	0,5	24,15
Пром	30	ХЛЕБ РЖАНОЙ	77,7	2,55	1,0	12,75
	790	ИТОГО :	774,1	26,9	23,7	11,1

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
АВАНЕСОВА С К



ЛИЦЕЙ № 13

МЕНЮ НА « 10 МАРТА » 2026 Г
ВТОРНИК (1 НЕДЕЛЯ)СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР ЛИЦЕЯ

№	реп.сбо	выход	НАИМЕНОВАНИЕ	ккал	белки	жиры	углев
			ЗАВТРАК				
			7-11 ЛЕТ				
54-5 з		100	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	62,6	1,00	5,2	3,0
54-3г		150	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	207,7	7,9	6,8	28,6
54-23гн		200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	86	3,8	2,9	11,3
Пром		45	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	105,75	3,6	0,45	21,7
Пром		25	ХЛЕБ РЖАНОЙ	64,75	2,1	0,8	10,6
		520					
			ИТОГО	526,8	18,4	16,2	75,2
			ОБЕД				
			7-11 ЛЕТ				
54-16 з		100	ВИНЕГРЕТ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	111,8	1,1	8,8	6,8
54-1 с		200	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	72,1	1,6	4,9	5,3
54-6г		150	РИС ОТВАРНОЙ	203,5	3,7	4,8	36,5
54-14 р		100	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ (МИНТАЙ)	112,2	12,9	4,00	6,1
54-1 хн		200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	81,	0,5	0,	19,8
Пром		50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	117,5	3,95	0,5	24,15
Пром		30	ХЛЕБ РЖАНОЙ	77,7	2,55	1,0	12,75
		830					
			ИТОГО	775,8	26,3	24	111,4

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
АВАНЕСОВА С К



СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР ЛИЦЕЯ
Алишери
Для документов

ккал	белки	жиры	угл
------	-------	------	-----

**ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
АВАНЕСОВА С К**





ООО "ПИТСЕРВИС"

ЛИЦЕЙ № 13
МЕНЮ НА « 12 МАРТА » 2026 Г
ЧЕТВЕРГ (1 НЕДЕЛЯ)



№ реп.сбо р	ВЫХОД	НАИМЕНОВАНИЕ	ккал	белки	жиры	углев
		ЗАВТРАК				
		7-11 ЛЕТ				
53-19з	10	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	66,1	0,1	7,2	0,1
282	170	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ ,СМЕТАНОЙ	271,0	10,6	7,6	40,1
Пром	100	ФРУКТ (ЯБЛОКО) **	47,0	0,4	0,4	9,8
54-4 гн	200	ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	50,9	1,6	1,1	8,7
Пром	30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70,5	2,4	0,3	14,5
Пром	20	ХЛЕБ РЖАНОЙ	51,8	1,7	0,7	8,5
	530					
		ИТОГО	557,3	16,8	17,3	81,7
		ОБЕД				
		7-11 ЛЕТ				
54-5 з	60	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	37,6	0,6	3,1	1,8
54-8с	200	СУП ГОРОХОВЫЙ	116,8	4,2	4,0	15,9
54-1г	150	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	196,8	5,4	4,9	32,8
325	100	АЗУ	184,1	9,9	10,1	4,0
54-5хн	200	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ВИШНИ	42,5	0,2	0,1	10,2
Пром	50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	117,5	3,95	0,5	24,15
Пром	30	ХЛЕБ РЖАНОЙ	77,7	2,55	1,0	12,75
	790					
		ИТОГО :	773	26,8	23,7	101,6

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
АВАНЕСОВА С К



СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР ЛИЦЕЯ



ЛИЦЕЙ № 13
МЕНЮ НА « 13 МАРТА » 2026 Г
ПЯТНИЦА (1 НЕДЕЛЯ)

№	р	выход	НАИМЕНОВАНИЕ	ккал	белки	жиры	углев
			ЗАВТРАК				
54-9г	130		РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	115,6	2,4	6,4	11,8
54-8м	70		ТЕФТЕЛИ ИЗХ ГОВЯДИНЫ	136,36	8,05	8,3	7,6
54-2гн	200		ЧАЙ С САХАРОМ	26,8	0,2	0,0	6,5
Пром	50		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	117,5	3,95	0,5	24,15
Пром	50		ХЛЕБ ОСОВЫЙ	129,5	4,25	1,6	21,25
				526	18,85	16,8	71,3
	500						
			ОБЕД				
			7-11 ЛЕТ				
54-28 З	80		СВЕКЛА ОТВАРНАЯ ДОЛЬКАМИ	33,6	1,2	0,2	7,1
54-10с	200		СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ (КРУПА ПЕРЛОВАЯ)	94,2	1,9	5,0	10,3
54-11 г	150		КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	139,4	3,2	5,2	19,8
54-18 М	100		ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ	196,5	12,75	11,5	6,6
54-1 хн	200		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	81,00	0,5	0,	19,8
Пром	50		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	117,5	3,95	0,5	24,15
Пром	30		ХЛЕБ РЖАНОЙ	77,7	2,55	1,00	12,75
			ИТОГО :	739,9	26,05	23,4	100,5
	810						

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
АВАНЕСОВА С К



ЛИЦЕЙ № 13
МЕНЮ НА « 16 МАРТА » 2026 Г
ПОНЕДЕЛЬНИК (2 НЕДЕЛЯ)

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР ЛИЦЕЯ



№ реп.сбор	выход	НАИМЕНОВАНИЕ	ккал	белки	жиры	углев
		ЗАВТРАК				
		7-11 ЛЕТ				
54-16 к	200	КАША "ДРУЖБА"	168,9	5,0	5,8	24,1
54-1з	20	СЫР ТВЕРДЫХ СОРТОВ В НАРЕЗКЕ	71,7	4,7	5,9	0,
Пром	100	ФРУКТ (ЯБЛОКО)**	47,0	0,4	0,4	9,8
54-23 гн	200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	86,0	3,8	2,9	11,3
Пром	30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70,5	2,4	0,3	14,5
Пром	20	ХЛЕБ РЖАНОЙ	51,8	1,7	0,7	8,5
		ИТОГО	495,9	18	16	68,2
	570					
		ОБЕД				
		7-11 ЛЕТ				
54-2 з	60	ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	8,5	0,5	0,1	1,5
54-3С	200	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	106,7	1,9	5,1	13,2
54-10 г	150	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ	173,7	4,5	5,6	26,6
54-8м	100	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ	195,1	11,5	11,9	10,9
54-3хн	200	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	81,00	0,5	0,2	19,5
Пром	50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	117,5	3,95	0,5	24,15
Пром	30	ХЛЕБ РЖАНОЙ	77,7	2,55	1,0	12,75
			760,2	25,4	24,4	108,6
	790					

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
АВАНЕСОВА С К

ООО "ПИТСЕРВИС"

ЛИЦЕЙ № 13

МЕНЮ НА « 17 МАРТА » 2026 Г
ВТОРНИК (2 НЕДЕЛЯ)СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР ЛИЦЕЯ

реп.сбор	выход	НАИМЕНОВАНИЕ	ккал	белки	жиры	углев
ЗАВТРАК						
7-11 ЛЕТ						
53-19 з	10	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	66,1	0,1	7,2	0,1
54-5з	60	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	37,6	0,6	3,1	1,8
54-3г	170	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	235,4	9,0	7,7	32,4
54-4 гн	200	ЧАЙ С САХАРОМ	26,8	0,2	0,0	6,5
Пром	45	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	105,75	3,6	0,45	21,7
Пром	25	ХЛЕБ РЖАНОЙ	64,75	2,1	0,8	10,6
	510	ИТОГО	536,4	15,6	19,3	73,1
ОБЕД						
7-11 ЛЕТ						
54-13 з	60	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	45,6	0,8	2,7	4,6
54-10с	200	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ (КРУПА ПЕРЛОВАЯ)	94,2	1,9	5,0	10,3
54-4г	150	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	233,7	8,3	6,3	36,0
367	100	ПТИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	146,4	9,5	11,1	2,2
54-25хн	200	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ	56,8	0,1	0,0	14,1
Пром	50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	117,5	3,95	0,5	24,15
Пром	30	ХЛЕБ ОСОВЫЙ	63,6	2,3	0,4	13,95
	790	ИТОГО :	757,8	26,85	26	105

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
АВАНЕСОВА С К



СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР ЛИЦЕЯ



ЛИЦЕЙ № 13
МЕНЮ НА " 18 МАРТА " 2026 Г
СРЕДА (2 НЕДЕЛЯ)

№ рецептур		выход	НАИМЕНОВАНИЕ	ккал	белки	жиры	углев
ЗАВТРАК							
7-11 ЛЕТ							
54-1з	10		СЫР ТВЕРДЫХ СОРТОВ В НАРЕЗКЕ	35,9	2,3	2,9	0,0
54-9к	200		КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ	272,9	8,6	11,3	34,3
Пром	100		ФРУКТ (ГРУША)**	42,3	0,4	0,3	9,5
54-21гн	200		КАКАО С МОЛОКОМ	100,4	4,6	3,6	12,6
Пром	15		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35,25	1,2	0,15	7,2
Пром	15		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38,85	1,3	0,5	6,4
ИТОГО				525,6	18,4	18,8	70
540							
ОБЕД							
7-11 ЛЕТ							
21	100		САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	104	1,2	6	11,2
54-2с	200		БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	90,2	1,7	4,3	9,7
354	250		ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ, СМЕТАНОЙ	243,6	16,9	12,3	24,4
54-4 хн	200		КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	75,8	0,4	0,1	18,4
Пром	50		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	117,5	3,95	0,5	24,15
Пром	30		ХЛЕБ РЖАНОЙ	77,7	2,55	1,0	12,75
ИТОГО				708,8	26,7	24,2	100,6
830							

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
АВАНЕСОВА С К



ЛИЦЕЙ № 13
МЕНЮ НА « 19 МАРТА » 2026 Г
ЧЕТВЕРГ (2 НЕДЕЛЯ)



реп. сбор. выход		НАИМЕНОВАНИЕ	ккал	белки	жиры	углев
		ЗАВТРАК				
		7-11 ЛЕТ				
54-3о	150	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	201,00	11,1	15,00	5,2
Пром	100	ФРУКТ (БАНАН)**	96,0	1,5	0,5	21,0
54-2гн	200	ЧАЙ С САХАРОМ	26,8	0,2	0,0	6,5
Пром	45	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	105,75	3,55	0,45	21,7
Пром	30	ХЛЕБ РЖАНОЙ	77,7	2,55	1,0	12,75
		ИТОГО	507,25	18,9	17	67,2
525						
		ОБЕД				
		7-11 ЛЕТ				
54-8 з	60	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	81,5	1,00	6,1	5,8
54-7с	200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	102,0	2,5	2,2	18,1
54-9г	150	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	133,4	2,8	7,4	13,6
54-29 м	90	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	172,1	12,3	9,9	6,1
54-5 хн	200	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ВИШНИ	42,5	0,2	0,1	10,2
Пром	60	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	141,0	4,7	0,6	34,0
Пром	30	ХЛЕБ РЖАНОЙ	77,7	2,55	1,0	12,75
		ИТОГО :	750,2	26,05	27,3	101
790						

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
АВАНЕСОВА С К



СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР ЛИЦЕЯ



ЛИЦЕЙ № 13
МЕНЮ НА « 20 МАРТА » 2026 Г
ПЯТНИЦА (2 НЕДЕЛЯ)

реп.сбор	выход	НАИМЕНОВАНИЕ	ккал	белки	жиры	углев
		ЗАВТРАК				
		7-11 ЛЕТ				
53-19 з	10	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	66,1	0,1	7,2	0,1
282	170	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ ,СМЕТАНОЙ	271,0	10,6	7,6	40,1
Пром	100	ФРУКТ (МАНДАРИН)**	38,00	0,8	0,2	7,5
54-4гн	200	ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	50,9	1,6	1,1	8,7
Пром	30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70,5	2,4	0,3	14,5
Пром	20	ХЛЕБ РЖАНОЙ	51,8	1,7	0,7	8,5
	530	ИТОГО	548,3	17,2	17,1	79,4
		ОБЕД				
		7-11 ЛЕТ				
54-27з	60	МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ ДОЛЬКАМИ	37,6	0,8	2,0	4,1
54-8с	200	СУП ГОРОХОВЫЙ	116,8	4,2	4,00	15,9
54-1г	150	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	196,8	5,4	4,9	32,8
367	100	ПТИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	146,4	9,5	11,1	2,2
54-3 хн	200	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	81,3	0,5	0,2	19,5
Пром	50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	117,5	3,95	0,5	24,15
Пром	30	ХЛЕБ РЖАНОЙ	77,7	2,55	1,0	12,75
	790	ИТОГО :	774,1	26,9	23,7	111

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
АВАНЕСОВА С К



ООО "ПИТсервис"

ЛИЦЕЙ № 13

МЕНЮ НА « 23 МАРТА » 2026 Г
ПОНЕДЕЛЬНИК (1 НЕДЕЛЯ)СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР ЛИЦЕЯ

реп.сбо р	выход	НАИМЕНОВАНИЕ	ккал	белки	жиры	углев
		ЗАВТРАК				
		7-11 ЛЕТ				
54-1з	15	СЫР ТВЕРДЫХ СОРТОВ В НАРЕЗКЕ	53,8	3,5	4,4	0,
54-9к	200	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ	272,9	8,6	11,3	34,3
Пром	100	ФРУКТ (МАНДАРИН)	38	0,8	0,2	7,5
54-2гн	200	ЧАЙ С САХАРОМ	26,8	0,2	0,	6,5
Пром	45	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	105,75	3,6	0,45	21,7
Пром	25	ХЛЕБ РЖАНОЙ	64,75	2,1	0,8	10,6
	585	ИТОГО	562	18,8	17,2	80,6
		ОБЕД				
		7-11 ЛЕТ				
54-11з	60	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	74,2	0,6	6,1	4,3
54-4 с	200	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	98,5	1,9	5,1	11,2
54-11 г	150	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	139,4	3,2	5,2	19,8
54-29 м	90	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	172,1	12,3	9,9	6,1
54-3 х	200	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	81,3	0,5	0,2	19,5
Пром	60	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	141	4,7	0,6	29,0
Пром	30	ХЛЕБ ОСОВЫЙ	63,6	2,3	0,4	13,95
	790	ИТОГО	770,1	25,5	27,5	103,85

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
АВАНЕСОВА С К



ООО "ПИТСЕРВИС"

ЛИЦЕЙ № 13
МЕНЮ НА « 24 МАРТА » 2026 Г
ВТОРНИК (1 НЕДЕЛЯ)

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР ЛИЦЕЯ

№	реп.сбо	выход	НАИМЕНОВАНИЕ	ккал	белки	жиры	углев
			ЗАВТРАК				
			7-11 ЛЕТ				
54-5 з	100		САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	62,6	1,00	5,2	3,0
54-3г	150		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	207,7	7,9	6,8	28,6
54-23гн	200		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	86	3,8	2,9	11,3
Пром	45		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	105,75	3,6	0,45	21,7
Пром	25		ХЛЕБ РЖАНОЙ	64,75	2,1	0,8	10,6
	520		ИТОГО	526,8	18,4	16,2	75,2
			ОБЕД				
			7-11 ЛЕТ				
54-16 з	100		ВИНЕГРЕТ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	111,8	1,1	8,8	6,8
54-1 с	200		ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	72,1	1,6	4,9	5,3
54-6г	150		РИС ОТВАРНОЙ	203,5	3,7	4,8	36,5
54-14 р	100		КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ (МИНТАЙ)	112,2	12,9	4,00	6,1
54-1 хн	200		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	81,	0,5	0,	19,8
Пром	50		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	117,5	3,95	0,5	24,15
Пром	30		ХЛЕБ РЖАНОЙ	77,7	2,55	1,0	12,75
	830		ИТОГО	775,8	26,3	24	111,4

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
АВАНЕСОВА С К



ЛИЦЕЙ № 13
МЕНЮ НА « 25 МАРТА » 2026 Г
СРЕДА (1 НЕДЕЛЯ)



реп.сбо р	выход	НАИМЕНОВАНИЕ	ккал	белки	жиры	углев
		ЗАВТРАК				
		7-11 ЛЕТ				
54-3о	150	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	201	11,1	15,00	5,2
Пром	100	ФРУКТ (БАНАН)	96	1,5	0,5	21,0
54-3 гн	200	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	27,9	0,3	0,00	6,7
Пром	45	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	105,75	3,6	0,45	21,7
Пром	25	ХЛЕБ РЖАНОЙ	71,	2,0	0,8	12,70
	520					
		ИТОГО	501,65	18,5	16,8	67,3
		ОБЕД				
		7-11 ЛЕТ				
54-7 з	60	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	85,7	1,6	6,1	6,2
54-7 с	200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	102	2,5	2,2	18,1
54-5 г	150	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	187,1	4,4	5,25	30,45
367	100	ПТИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	146,4	9,5	11,1	2,2
54-2 хн	200	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	66,9	1,00	0,1	15,7
Пром	60	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	141,0	4,7	0,6	29,00
Пром	30	ХЛЕБ РЖАНОЙ	77,7	2,55	1,00	12,75
	800					
		ИТОГО	806,8	26,25	26,35	114,4

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
АВАНЕСОВА С К



ЛИЦЕЙ № 13
МЕНЮ НА « 26 МАРТА » 2026 Г
ЧЕТВЕРГ (1 НЕДЕЛЯ)



№ реп.сбо р	выход	НАИМЕНОВАНИЕ	ккал	белки	жиры	углев
		ЗАВТРАК				
		7-11 ЛЕТ				
53-19з	10	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	66,1	0,1	7,2	0,1
282	170	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ ,СМЕТАНОЙ	271,0	10,6	7,6	40,1
Пром	100	ФРУКТ (ЯБЛОКО) **	47,0	0,4	0,4	9,8
54-4 гн	200	ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	50,9	1,6	1,1	8,7
Пром	30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70,5	2,4	0,3	14,5
Пром	20	ХЛЕБ РЖАНОЙ	51,8	1,7	0,7	8,5
	530					
		ИТОГО	557,3	16,8	17,3	81,7
		ОБЕД				
		7-11 ЛЕТ				
54-5 з	60	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	37,6	0,6	3,1	1,8
54-8с	200	СУП ГОРОХОВЫЙ	116,8	4,2	4,00	15,9
54-1г	150	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	196,8	5,4	4,9	32,8
325	100	АЗУ	184,1	9,9	10,1	4,0
54-5хн	200	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ВИШНИ	42,5	0,2	0,1	10,2
Пром	50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	117,5	3,95	0,5	24,15
Пром	30	ХЛЕБ РЖАНОЙ	77,7	2,55	1,0	12,75
	790					
		ИТОГО :	773	26,8	23,7	101,6

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
АВАНЕСОВА С К



ЛИЦЕЙ № 13
МЕНЮ НА « 27 МАРТА » 2026 Г
ПЯТНИЦА (1 НЕДЕЛЯ)



реп.сбор	выход	НАИМЕНОВАНИЕ	ккал	белки	жиры	углев
Р		ЗАВТРАК				
54-9г	130	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	115,6	2,4	6,4	11,8
54-8м	70	ТЕФТЕЛИ ИЗХ ГОВЯДИНЫ	136,36	8,05	8,3	7,6
54-2гн	200	ЧАЙ С САХАРОМ	26,8	0,2	0,0	6,5
Пром	50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	117,5	3,95	0,5	24,15
Пром	50	ХЛЕБ ОСОВЫЙ	129,5	4,25	1,6	21,25
	500					
		ОБЕД	526	18,85	16,8	71,3
		7-11 ЛЕТ				
54-28 з	80	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ ДОЛЬКАМИ	33,6	1,2	0,2	7,1
54-10с	200	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ (КРУПА ПЕРЛОВАЯ)	94,2	1,9	5,0	10,3
54-11 г	150	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	139,4	3,2	5,2	19,8
54-18 М	100	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ	196,5	12,75	11,5	6,6
54-1 хн	200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	81,00	0,5	0,	19,8
Пром	50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	117,5	3,95	0,5	24,15
Пром	30	ХЛЕБ РЖАНОЙ	77,7	2,55	1,00	12,75
	810					
ИТОГО :			739,9	26,05	23,4	100,5

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ
АВАНЕСОВА С К