

# Меню (1 день)

«СОГЛАСОВЫВАЮ»

Директор Ильин С.В. 3-й класс

9 февраля 2026 года.

на 9 февраля 2026 года.

## Меню

обедов для обучающихся 1-4-х классов, в том числе детей находящихся в трудной жизненной ситуации, для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей посещающих группу продлённого дня.

| № рец. | Приём пищи, наименование блюда                | Масса порции | Пищевые вещества (г.) |       |       | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------|-----------------------------------------------|--------------|-----------------------|-------|-------|--------------------------------|
|        |                                               |              | Б                     | Ж     | У     |                                |
| 52     | Салат из свеклы с растительным маслом         | 60           | 0,08                  | 3,00  | 4,80  | 50,10                          |
| 96     | Рассольник по-Ленинградски на курином бульоне | 200          | 2,30                  | 4,20  | 9,60  | 113,80                         |
|        | Сосиска отварная                              | 90           | 9,90                  | 21,51 | 0,34  | 234,50                         |
| 309    | Макароны отварные со сливочным маслом         | 150          | 5,52                  | 4,52  | 26,45 | 168,45                         |
| 342    | Компот из свежих яблок                        | 180          | 0,14                  | 0,14  | 25,10 | 103,14                         |
|        | Хлеб ржаной                                   | 30           | 1,40                  | 0,47  | 7,80  | 42,00                          |
|        | Соль иодированная                             | 1            |                       |       |       |                                |
| ИТОГО: |                                               | 710          | 19,34                 | 33,84 | 74,09 | 711,99                         |

Меню обедов для обучающихся 5-11-х классов, в том числе детей находящихся в трудной жизненной ситуации, для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей, посещающих группу продлённого дня, являющихся членами семей отдельных категорий граждан Российской Федерации, принимающих (принимавших) участие в специальной военной операции

| № рец. | Приём пищи, наименование блюда                | Масса порции | Пищевые вещества (г.) |       |       | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------|-----------------------------------------------|--------------|-----------------------|-------|-------|--------------------------------|
|        |                                               |              | Б                     | Ж     | У     |                                |
| 52     | Салат из свеклы с растительным маслом         | 100          | 1,30                  | 5,00  | 8,00  | 83,50                          |
| 96     | Рассольник по-Ленинградски на курином бульоне | 250          | 2,87                  | 5,25  | 12,00 | 141,25                         |
|        | Сосиска отварная                              | 100          | 15,69                 | 15,08 | 14,65 | 257,40                         |
| 309    | Макароны отварные со сливочным маслом         | 180          | 6,6                   | 5,4   | 31,74 | 202,14                         |
| 342    | Компот из свежих яблок                        | 180          | 0,14                  | 0,14  | 25,10 | 103,14                         |
|        | Хлеб ржаной                                   | 30           | 1,40                  | 0,47  | 7,80  | 42,00                          |
|        | Соль иодированная                             | 1            |                       |       |       |                                |
| ИТОГО: |                                               | 840          | 28                    | 31,34 | 99,29 | 829,43                         |

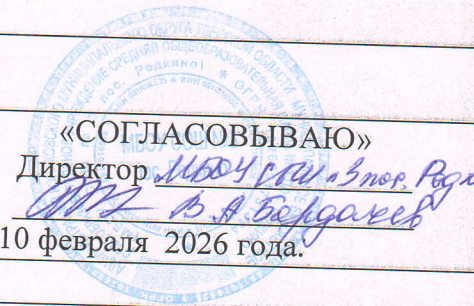
Стоимость питания: обед 1-4 кл. – 85,00 руб (ТЖС) – 73,51 руб., обед 5-11 кл 85,00 руб, ТЖС 73,51 руб., ОВЗ – 85,00 руб, ГПД – 85,00 руб., СВО – 85,00 руб

Основание: Контракт (договор) – г. Конаково

Руководитель: Лавренова Лавренова С.Е.

Главный бухгалтер: Лавренова Лавренова С.Е.

Заведующий производством (Шеф-повар)



10 февраля 2026 года.

обедов для обучающихся 1-4-х классов, в том числе детей находящихся в трудной жизненной ситуации, для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей посещающих группу продлённого дня

Меню обедов для обучающихся 5-11-х классов, в том числе детей находящихся в трудной жизненной ситуации, для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей, посещающих группу продлённого дня, являющихся членами семей отдельных категорий граждан Российской Федерации, принимающих (принимавших) участие в специальной военной операции

Стоимость питания: обед 1-4 кл. – 85,00руб (ТЖС)–73,51 руб., обед 5-11 кл 85,00 руб, ТЖС 73,51 руб., ОВЗ –85,00 руб, ГПД – 85,00 руб., СВО – 85,00руб

Основание: Контракт (договор) – г. Конаново

Лавренова С.Е.

Лавренова С.Е.

производством (Шеф повар)



# Меню (3 день)

«СОГЛАСОВЫВАЮ»

Директор МБОУ СОШ №3 г. Конаково

11 февраля 2026 года.

на 11 февраля 2026 года.

## Меню

обедов для обучающихся 1-4-х классов, в том числе детей находящихся в трудной жизненной ситуации, для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей посещающих группу продлённого дня

| № рец. | Приём пищи, наименование блюда          | Масса порции | Пищевые вещества (г.) |       |       | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------|-----------------------------------------|--------------|-----------------------|-------|-------|--------------------------------|
|        |                                         |              | Б                     | Ж     | У     |                                |
| 62     | Салат из моркови с сахаром              | 60           | 0,70                  | 0,06  | 7,90  | 49,02                          |
| 88     | Щи из свежей капусты на курином бульоне | 200          | 2,10                  | 4,12  | 6,32  | 99,80                          |
| 278,1  | Тефтели из мяса птицы с соусом (60/30)  | 90           | 14,10                 | 13,60 | 13,20 | 231,70                         |
| 309    | Макароны отварные                       | 150          | 5,52                  | 4,52  | 26,45 | 168,45                         |
| 349    | Компот из сухофруктов                   | 180          | 1,04                  | 0,3   | 42,5  | 132,12                         |
|        | Хлеб ржаной                             | 20           | 0,90                  | 0,30  | 5,20  | 28,00                          |
|        | Хлеб пшеничный (батон)                  | 20           | 1,58                  | 0,20  | 9,66  | 46,76                          |
|        | соль йодированная                       | 1            |                       |       |       |                                |
| ИТОГО  |                                         | 720          | 25,94                 | 23,1  | 111,2 | 755,85                         |

Меню обедов для обучающихся 5-11-х классов, в том числе детей находящихся в трудной жизненной ситуации, для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей, посещающих группу продлённого дня, являющихся членами семей отдельных категорий граждан Российской Федерации, принимающих (принимавших) участие в специальной

военной операции

| № рец. | Приём пищи, наименование блюда          | Масса порции | Пищевые вещества (г.) |       |       | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------|-----------------------------------------|--------------|-----------------------|-------|-------|--------------------------------|
|        |                                         |              | Б                     | Ж     | У     |                                |
| 62     | Салат из моркови с сахаром              | 100          | 1,20                  | 0,10  | 11,50 | 81,70                          |
| 88     | Щи из свежей капусты на курином бульоне | 250          | 2,60                  | 5,15  | 7,90  | 124,75                         |
| 278,1  | Тефтели из мяса птицы с соусом (60/30)  | 100          | 15,69                 | 15,08 | 14,65 | 257,40                         |
| 309    | Макароны отварные                       | 180          | 6,60                  | 5,40  | 31,74 | 202,14                         |
| 349    | Компот из сухофруктов                   | 180          | 1,04                  | 0,3   | 42,5  | 132,12                         |
|        | Хлеб ржаной                             | 20           | 0,90                  | 0,30  | 5,20  | 28,00                          |
|        | Хлеб пшеничный (батон)                  | 20           | 1,58                  | 0,20  | 9,66  | 46,76                          |
|        | соль йодированная                       | 1            |                       |       |       |                                |
| ИТОГО  |                                         | 850          | 29,61                 | 26,53 | 123,2 | 872,87                         |

Стоимость питания: обед 1-4 кл – 85,00руб (ТЖС)–73,51 руб., обед 5-11 кл 85,00 руб, ТЖС 73,51 руб., ОВЗ –85,00 руб, ГПД – 85,00 руб., СВО – 85,00руб

Основание: Контракт (договор) – г. Конаково

Руководитель: Лавренова

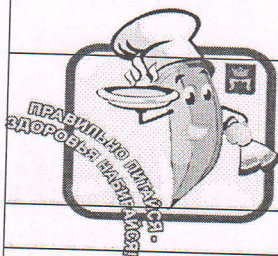
Лавренова С.Е.

Главный бухгалтер: Лавренова

Лавренова С.Е.

Заведующий: Лавренова

производством (Повар)



# Меню (4день)

«СОГЛАСОВЫВАЮ»  
Директор МБОУ СОШ № 3 г. Конаково  
В.А. Бардаков  
12 февраля 2026 года.

на 12 февраля 2026 года.

## Меню

обедов для обучающихся 1-4-х классов, в том числе детей находящихся в трудной жизненной ситуации, для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей посещающих группу продлённого дня

| № рецеп. | Приём пищи, наименование блюда                  | Масса порции | Пищевые вещества (г.) |       |       | Энергетическая ценность (ккал) |
|----------|-------------------------------------------------|--------------|-----------------------|-------|-------|--------------------------------|
|          |                                                 |              | Б                     | Ж     | У     |                                |
| 45/47    | Салат из свежей капусты или квашеной            | 60           | 0,07                  | 1,90  | 4,50  | 36,24                          |
| 82       | Борщ с картофелем и капустой на курином бульоне | 200          | 2,08                  | 4,10  | 8,70  | 111,00                         |
| 290      | Птица тушеная с соусом № 331 (60/30)            | 90           | 10,5                  | 10,5  | 3,2   | 149,4                          |
| 302      | Каша рассыпчатая гречневая                      | 170          | 9,75                  | 6,90  | 43,79 | 276,31                         |
| 349      | Чай с сахаром                                   | 200          | 0,10                  | 0,02  | 7,00  | 28,60                          |
|          | Хлеб ржаной                                     | 20           | 0,90                  | 0,30  | 5,20  | 28,00                          |
|          | Хлеб пшеничный (батон)                          | 20           | 1,58                  | 0,20  | 9,66  | 46,76                          |
|          | Соль иодированная                               | 1            |                       |       |       |                                |
| ИТОГО    |                                                 | 760          | 24,98                 | 23,92 | 82,05 | 676,31                         |

Меню обедов для обучающихся 5-11-х классов, в том числе детей находящихся в трудной жизненной ситуации, для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей, посещающих группу продлённого дня, являющихся членами семей отдельных категорий граждан Российской Федерации, принимающих (принимавших) участие в специальной военной операции

| № рецеп. | Приём пищи, наименование блюда                  | Масса порции | Пищевые вещества (г.) |       |       | Энергетическая ценность (ккал) |
|----------|-------------------------------------------------|--------------|-----------------------|-------|-------|--------------------------------|
|          |                                                 |              | Б                     | Ж     | У     |                                |
| 45/47    | Салат из свежей капусты или квашеной            | 100          | 0,10                  | 3,20  | 6,50  | 73,05                          |
| 82       | Борщ с картофелем и капустой на курином бульоне | 250          | 2,60                  | 5,10  | 10,90 | 138,75                         |
| 290      | Птица тушеная с соусом № 331 (60/30)            | 100          | 13,28                 | 10,84 | 2,9   | 166                            |
| 302      | Каша рассыпчатая гречневая                      | 180          | 10,32                 | 7,30  | 46,40 | 292,56                         |
| 349      | Чай с сахаром                                   | 200          | 0,10                  | 0,02  | 7,00  | 28,60                          |
|          | Хлеб ржаной                                     | 20           | 0,90                  | 0,30  | 5,20  | 28,00                          |
|          | Хлеб пшеничный (батон)                          | 20           | 1,58                  | 0,20  | 9,66  | 46,76                          |
|          | Соль иодированная                               | 1            |                       |       |       |                                |
| ИТОГО    |                                                 | 870          | 28,88                 | 26,96 | 88,56 | 773,72                         |

Стоимость питания: обед 1-4 кл. – 85,00 руб (ТЖС) – 73,51 руб., обед 5-11 кл 85,00 руб, ТЖС 73,51 руб., ОВЗ – 85,00 руб, ГПД – 85,00 руб., СВО – 85,00 руб

Основание: Контракт (договор) г. Конаково

Руководитель: Лавренова Лавренова С.Е.

Главный бухгалтер: Лавренова Лавренова С.Е.

Заведующий производством: Шеф повар



# Меню (5 день)

«СОГЛАСОВЫВАЮ»  
Директор МБОУ СОШ № 3 г. Конаково  
В.А. Бардаков  
13 февраля 2026 года.

на 13 февраля 2026 года.

## Меню

обедов для обучающихся 1-4-х классов, в том числе детей находящихся в трудной жизненной ситуации, для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей посещающих группу продлённого дня

| № рец. | Приём пищи, наименование блюда        | Масса порции | Пищевые вещества (г.) |       |       | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------|---------------------------------------|--------------|-----------------------|-------|-------|--------------------------------|
|        |                                       |              | Б                     | Ж     | У     |                                |
| 52     | Салат из свеклы с растительным маслом | 60           | 0,08                  | 3,00  | 4,80  | 50,10                          |
| 99     | Суп овощной на курином бульоне        | 200          | 1,27                  | 3,99  | 7,30  | 76,20                          |
| 259    | Жаркое по-домашнему с мясом свинины   | 200          | 14,05                 | 33,70 | 18,90 | 437,70                         |
| 349    | Чай с сахаром                         | 200          | 0,10                  | 0,02  | 7,00  | 28,60                          |
|        | Хлеб пшеничный (батон)                | 30           | 2,25                  | 0,84  | 15,51 | 70,14                          |
|        | Хлеб ржаной                           | 30           | 1,4                   | 0,47  | 7,8   | 42                             |
|        | Соль иодированная                     | 1            |                       |       |       |                                |
| ИТОГО: |                                       | 720          | 19,15                 | 42,02 | 61,31 | 704,74                         |

Меню обедов для обучающихся 5-11-х классов, в том числе детей находящихся в трудной жизненной ситуации, для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей, посещающих группу продлённого дня, являющихся членами семей отдельных категорий граждан Российской Федерации, принимающих (принимавших) участие в специальной военной операции

| № рец. | Приём пищи, наименование блюда        | Масса порции | Пищевые вещества (г.) |       |       | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------|---------------------------------------|--------------|-----------------------|-------|-------|--------------------------------|
|        |                                       |              | Б                     | Ж     | У     |                                |
| 52     | Салат из свеклы с растительным маслом | 100          | 1,30                  | 5,00  | 8,00  | 83,50                          |
| 99     | Суп овощной на курином бульоне        | 250          | 1,60                  | 4,98  | 9,10  | 95,25                          |
| 259    | Жаркое по-домашнему с мясом свинины   | 280          | 19,67                 | 47,18 | 26,46 | 612,78                         |
| 349    | Чай с сахаром                         | 200          | 0,10                  | 0,02  | 7,00  | 28,60                          |
|        | Хлеб пшеничный (батон)                | 30           | 2,25                  | 0,84  | 15,51 | 70,14                          |
|        | Хлеб ржаной                           | 30           | 1,4                   | 0,47  | 7,8   | 42                             |
|        | Соль иодированная                     | 1            |                       |       |       |                                |
| ИТОГО: |                                       | 890          | 26,32                 | 58,49 | 73,87 | 932,27                         |

Стоимость питания: обед 1-4 кл – 85,00руб (ТЖС)–73,51 руб., обед 5-11 кл 85,00 руб, ТЖС 73,51 руб., ОВЗ –85,00 руб, ГПД – 85,00 руб., СВО – 85,00руб

Основание: Контракт (договор) г. Конаково

Руководитель: Лавренова Лавренова С.Е.

Главный бухгалтер: Лавренова Лавренова С.Е.

Заведующий производством (Шеф повар)