

# Меню (1 день)



«СОГЛАСОВЫВАЮ»  
 Директор М.В. Селиванова  
В.А. Бардаков  
 16 марта 2026 года.

на 16 марта 2026 года.

## Меню

завтраков для обучающихся 1-4-х классов, в том числе для детей с ограниченными возможностями здоровья

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
396	Блинчики с повидлом 150/70	150	10,98	7,68	58,62	347,72
б/н	с повидлом	70	0,4		50,12	201,88
377	Чай с сахаром и лимоном 195/5	200	0,13	0,02	9,9	29,5
338	Фрукты по сезону	100	0,4	0,4	9,8	47
	Соль йодированная	1				
<b>ИТОГО:</b>		<b>520</b>	<b>11,91</b>	<b>8,1</b>	<b>128,4</b>	<b>626,1</b>

Меню завтраков для обучающихся 5-11-х классов, в том числе для детей с ограниченными возможностями здоровья

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
396	Блинчики с повидлом 170/80	170	12,4	8,7	66,4	394,1
б/н	с повидлом	80	0,45		57,3	230,7
377	Чай с сахаром и лимоном 195/5	200	0,13	0,02	9,9	29,5
338	Фрукты по сезону	100	0,4	0,4	12,3	47
	Соль йодированная	1				
<b>ИТОГО:</b>		<b>550</b>	<b>13,38</b>	<b>9,12</b>	<b>145,9</b>	<b>701,3</b>

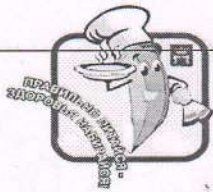
Стоимость питания: завтрак 1-4 кл. 95,00 руб., завтрак 5-11 кл. 95,00 руб., ОБЗ 95,00 руб

Основание: Контракт (договор) - г. Конаково

Руководитель: Воскресенская Воскресенская А.С.

Главный бухгалтер: Лавренова Лавренова С.Е.

Заведующий производством (Шеф повар) \_\_\_\_\_



# Меню (2день)



«СОГЛАСОВЫВАЮ»  
Директор М.В.Усманов З.И.Игор. Федкина  
В.А. Воронцов  
17 марта 2026 года.

на 17 марта 2026 года.

## Меню

завтраков для обучающихся 1-4-х классов, в том числе для детей с ограниченными возможностями здоровья

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
223/334	Запеканка из творога с повидлом 170/80	170	29,95	12,8	59,8	431,5
	повидло	80	0,45		57,3	230,7
376	Чай с сахаром	200	0,12	0,02	7	28,6
б/н	Батон нарезной	50	3,7	1,4	25,85	143
	Соль йодированная	1				
<b>ИТОГО:</b>		<b>500</b>	<b>34,22</b>	<b>14,22</b>	<b>150</b>	<b>833,8</b>

Меню завтраков для обучающихся 5-11-х классов, в том числе для детей с ограниченными возможностями здоровья

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
223/334	Запеканка из творога с повидлом 170/80	200	35,2	15,1	70,4	507,6
	повидло	80	0,45		57,3	230,7
376	Чай с сахаром	200	0,12	0,02	7	28,6
б/н	Батон нарезной	70	5,2	1,96	36,16	200,2
	Соль йодированная	1				
<b>ИТОГО:</b>		<b>550</b>	<b>40,97</b>	<b>17,08</b>	<b>170,9</b>	<b>967,1</b>

Стоимость питания: завтрак 1-4 кл. 95,00 руб., завтрак 5-11 кл. 95,00 руб., ОБЗ 95,00 руб

Основание: Контракт (договор) - г. Конаково

Руководитель: Воскресенская Воскресенская А.С.

Главный бухгалтер: Лавренова Лавренова С.Е.

Заведующий производством (Шеф повар) \_\_\_\_\_



# Меню (3 день)



«СОГЛАСОВЫВАЮ»  
 Директор МБОУ СОШ №3 пос. Теджи  
В. А. Ворданин  
 18 марта 2026 года.

на 18 марта 2026 года.

## Меню

завтраков для обучающихся 1-4-х классов, в том числе для детей с ограниченными возможностями здоровья

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
210	Омлет натуральный	180	16,7	29,8	3,2	347,6
б/н	Зеленый горошек	40	1,7	0,13	4,9	28
377	Чай с сахаром и лимоном 195/5	200	0,13	0,02	9,9	29,5
б/н	Батон нарезной	40	3,16	0,4	19,32	93,52
б/н	Хлеб ржаной	40	0,18	0,6	10,4	56
б/н	Соль йодированная	1				
ИТОГО:		500	21,87	30,95	47,72	554,62

Меню завтраков для обучающихся 5-11-х классов, в том числе для детей с ограниченными возможностями здоровья

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
210	Омлет натуральный	220	20,4	36,4	3,9	424,8
б/н	Зеленый горошек	50	2,1	0,16	6,1	35
377	Чай с сахаром и лимоном 195/5	200	0,13	0,02	9,9	29,5
б/н	Батон нарезной	40	3,16	0,4	19,32	93,52
б/н	Хлеб ржаной	40	0,18	0,6	10,4	56
б/н	Соль йодированная	1				
ИТОГО:		550	25,97	37,58	49,62	638,82

Стоимость питания: завтрак 1-4 кл. 95,00 руб., завтрак 5-11 кл. 95,00 руб., ОБЗ 95,00 руб

Основание: Контракт (договор) - г. Конаково

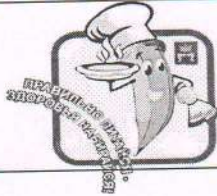
Руководитель Воскресенская Воскресенская А.С.

Главный бухгалтер Лавренова Лавренова С.Е.

Заведующий \_\_\_\_\_  
 производством (Шеф повар) \_\_\_\_\_



# Меню (4день)



«СОГЛАСОВЫВАЮ»  
 Директор Ирина Владимировна Федкина  
В.А. Бордачев  
 19 марта 2026 года.

на 19 марта 2026 года.

## Меню

завтраков для обучающихся 1-4-х классов, в том числе для детей с ограниченными возможностями здоровья

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
204	Макароны отварные с сыром 170/10	170	6,1	16,2	34,4	228,9
	Сыр	10	2,32	2,95	-	36
376	Чай с сахаром	200	0,12	0,02	7	28,6
б/н	Батон нарезной	50	3,7	1,4	25,85	143
338	Фрукты по сезону	100	0,4	0,4	9,8	47
	Соль йодированная	1				
<b>ИТОГО</b>		<b>530</b>	<b>12,64</b>	<b>20,97</b>	<b>77,05</b>	<b>483,5</b>

Меню завтраков для обучающихся 5-11-х классов, в том числе для детей с ограниченными возможностями здоровья

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
204	Макароны отварные с сыром 190/10	190	6,8	18,1	38,4	255,8
	Сыр	10	2,32	2,95	-	36
376	Чай с сахаром	200	0,12	0,02	7	28,6
б/н	Батон нарезной	70	5,2	1,96	36,16	200,2
338	Фрукты по сезону	100	0,4	0,4	12,3	47
	Соль йодированная	1				
<b>ИТОГО</b>		<b>570</b>	<b>14,84</b>	<b>23,43</b>	<b>93,86</b>	<b>567,6</b>

Стоимость питания: завтрак 1-4 кл. 95,00 руб., завтрак 5-11 кл. 95,00 руб., ОБЗ 95,00 руб

Основание: Контракт (договор) - г. Конаково

Руководитель: Воскресенская Воскресенская А.С.

Главный бухгалтер: Лавренова Лавренова С.Е.

Заведующий производством (Шеф повар) \_\_\_\_\_



# Меню (5 день)



«СОГЛАСОВЫВАЮ»  
 Директор МБОУ СОШ №3 им. Есенина  
М. В. А. Богданов  
 20 марта 2026 года.

на 20 марта 2026 года.

## Меню

завтраков для обучающихся 1-4-х классов, в том числе для детей с ограниченными возможностями здоровья

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
175	Каша «Дружба» молочная (рис, пшено)	250	6,9	12,7	49,4	340,9
382	Какао с молоком	200	6,5	1,3	19	94,7
б/н	Батон нарезной	50	3,7	1,4	25,85	143
	Соль йодированная					
<b>ИТОГО:</b>		<b>500</b>	<b>17,1</b>	<b>15,4</b>	<b>94,25</b>	<b>578,6</b>

Меню завтраков для обучающихся 5-11-х классов, в том числе для детей с ограниченными возможностями здоровья

№ рецептуры	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
175	Каша «Дружба» молочная (рис, пшено)	280	7,7	14,2	55,3	381,8
382	Какао с молоком	200	6,5	1,3	19	94,7
б/н	Батон нарезной	70	5,2	1,96	36,16	200,2
	Соль йодированная					
<b>ИТОГО:</b>		<b>550</b>	<b>19,4</b>	<b>17,46</b>	<b>110,5</b>	<b>676,7</b>

Стоимость питания: завтрак 1-4 кл. 95,00 руб., завтрак 5-11 кл. 95,00 руб., ОБЗ 95,00 руб

Основание: Контракт (договор) - г. Конаково

Руководитель: Воскресенская Воскресенская А.С.

Главный бухгалтер: Лавренова Лавренова С.Е.

Заведующий производством (Шеф повар) \_\_\_\_\_

