

«СОГЛАСОВАНО»
Директор МБОУ г. Керчи РК
«Школа №28 имени Героев Эльтигена»
Шульман З.С.

«СОГЛАСОВАНО»
Генеральный директор
ООО «НЕКТАР»

«УТВЕРЖДАЮ»
ИП ОРЛОВ
по доверенности
№10-2025-К от 22.12.25г
Кравченко Т.Н.

Белан А.С.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на " 46 " 02 2026г

№реп	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 85,55 руб					
182	Каша овсяная жидкая молочная с маслом и сахаром	220	7,82	12,83	44,25	325,00
15	Сыр (порциями)	15	3,48	4,43		54,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Печенье	20	1,53	1,93	22,24	83,40
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный	20	1,78	0,67	9,35	50,04
	Итого	575	15,08	20,28	100,64	619,44
	Обед 129,53 руб					
53	Салат из свеклы с зеленым горошком	60	0,99	2,47	9,76	43,73
99	Суп из овощей	200	1,27	3,99	7,32	76,20
259	Жаркое по-домашнему из говядины	175	16,20	22,19	68,58	425,69
389	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	4,44	1,66	23,38	125,09
ПР	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	16,68	49,35
	Итого	715	26,00	30,61	145,92	805,06
	Всего за день	1290	41,08	50,89	246,56	1424,50

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ и старше на " 46 " 02 2026г

№реп	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 108,48 руб					
182	Каша овсяная жидкая молочная с маслом и сахаром	250	8,91	14,63	50,45	370,50
15	Сыр (порциями)	15	3,48	4,43		54,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Печенье	40	2,56	3,26	40,48	148,74
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,55	1,33	18,70	100,07
	Итого	645	18,97	24,07	134,43	780,31
	Обед 151,10 руб					
53	Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,65	4,12	14,59	72,90
99	Суп из овощей	250	1,58	4,98	9,14	95,00
259	Жаркое по-домашнему из говядины	225	20,90	28,63	88,47	549,17
389	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85,00
ПР	Хлеб пшеничный	70	6,22	2,32	32,73	175,13
ПР	Хлеб ржаной	50	3,50	0,50	27,79	82,22
	Итого	895	34,85	40,55	192,92	1059,42
	Всего за день	1540	53,82	64,62	327,35	1839,73

Зав.произв

Приятного аппетита

«СОГЛАСОВАНО»
Директор МБОУ г. Керчи РК
«Школа №28 имени Героев Эльтигена»
Шульман З.С.



«СОГЛАСОВАНО»
Генеральный директор
ООО "НЕКТАР"
Велан А.С.



«УТВЕРЖДАЮ»
ИП ОРЛОВ
по доверенности
№10 от 22.12.25г
Кравченко Т.Н.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на " 17.02 2026г

№репц	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 85,55 руб					
223.2	Запеканка из творога с изюмом	150	26,52	23,13	31,68	440,90
ПР	Молоко сгущенное	20	1,50	0,04	11,36	52,00
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	101,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,55	1,33	18,70	100,07
	Итого	510	35,14	27,58	87,49	740,97
	Обед 129,53 руб					
67	Винегрет овощной (лук репчатый)	60	0,84	6,02	8,74	75,04
96	Рассольник ленинградский	200	1,61	4,07	9,58	85,80
294	Котлета куриная с маслом сливочным	90/5	20,59	17,14	27,37	235,12
303	Каша вязкая гречневая	80	2,44	2,67	10,94	77,60
321	Капуста тушеная	80	1,65	2,59	13,07	60,00
342	Компот из яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	4,44	1,66	23,38	125,09
ПР	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	16,68	49,35
	Итого	795	33,83	34,61	137,64	822,00
	Всего за день	1305	68,97	62,19	225,13	1562,97

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ и старше на " 17 " 02 2026г

№репц	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 108,48 руб					
223.2	Запеканка из творога с изюмом	200	35,54	30,99	42,45	590,81
ПР	Молоко сгущенное	20	1,50	0,04	11,36	52,00
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	101,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,55	1,33	18,70	100,07
	Итого	560	44,16	35,44	98,26	890,88
	Обед 151,10 руб					
67	Винегрет овощной (лук репчатый)	100	1,40	10,04	14,58	125,10
96	Рассольник ленинградский	250	2,01	5,09	11,98	107,98
294	Котлета куриная с маслом сливочным	100/10	22,91	22,27	30,47	290,56
303	Каша вязкая гречневая	80	2,44	2,67	10,94	77,60
321	Капуста тушеная	100	2,07	3,24	16,34	75,00
342	Компот из яблок	200	0,16	0,16	27,88	114,00
ПР	Хлеб пшеничный	70	6,22	2,32	32,73	175,13
ПР	Хлеб ржаной	50	3,50	0,50	27,79	82,22
	Итого	960	40,71	46,29	172,71	1047,59
	Всего за день	1520	84,86	81,73	270,97	1938,47

Зав.произв

Приятного аппетита

«СОГЛАСОВАНО»
 Директор МБОУ г. Керчи РК
 «Школа №28 имени Героев Эльтигена»
 Шульман З.С.

«СОГЛАСОВАНО»
 Генеральный директор
 ООО "НЕКТАР"

«УТВЕРЖДАЮ»
 ИП ОРЛОВ
 по доверенности
 №10-2025-К от 22.12.25г
 Кравченко Т.Н.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на " 18 02 2026г

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 85,55 руб					
ПР	Икра кабачковая	60	1,64	4,31	8,73	80,26
210	Омлет натуральный	170	15,80	18,13	28,39	328,27
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119,00
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,55	1,33	18,70	100,07
ПР	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	16,68	49,35
	Итого	500	27,17	27,62	90,07	676,95
	Обед 129,53 руб					
45	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,79	1,95	3,88	36,24
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,15	2,27	13,96	94,60
291	Плов из птицы	180	15,25	9,42	32,16	274,80
389	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	4,44	1,66	23,38	125,09
ПР	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	16,68	49,35
	Итого	720	25,73	15,60	110,26	665,08
	Всего за день	1220	52,89	43,21	200,33	1342,03

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ и старше на " 18 02 2026г

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 108,48 руб					
ПР	Икра кабачковая	100	2,73	7,19	14,55	133,80
210	Омлет натуральный	200	18,63	23,19	31,05	387,23
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119,00
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,55	1,33	18,70	100,07
ПР	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	16,68	49,35
	Итого	570	31,09	35,55	98,55	789,45
	Обед 151,10 руб					
45	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,47	60,40
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,68	2,84	17,46	118,25
291	Плов из птицы	225	19,07	11,78	40,20	343,50
389	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85,00
ПР	Хлеб пшеничный	70	6,22	2,32	32,73	175,13
ПР	Хлеб ржаной	50	3,50	0,50	27,79	82,22
	Итого	895	33,78	20,69	144,84	864,50
	Всего за день	1465	64,87	56,24	243,39	1653,95

Зав.произв.

Приятного аппетита

«СОГЛАСОВАНО»
Директор МБОУ «Школа № 28 имени Героев Злытигена»
Шульман Э.С.

«СОГЛАСОВАНО»
Генеральный директор
ООО "НЕКТАР"
Белан А.С.

«УТВЕРЖДАЮ»
ИП ОРЛОВ
по доверенности
№10-2025-К от 22.12.25г
Кравченко Т.Н.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на "19" 02 2026г

№реп	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 85,55 руб					
70	Огурцы соленые	60	0,48	0,06	1,02	6,00
268	Биточек из говядины с маслом сливочным	90/5	14,82	18,88	12,83	283,20
303	Каша вязкая пшенная	150	4,18	5,00	23,94	157,00
377	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный	20	1,78	0,67	9,35	50,04
ПР	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	11,12	32,90
	Итого	545	22,79	24,83	73,46	591,14
	Обед 129,53 руб					
52	Салат из отварной свеклы	60	0,85	3,61	9,92	55,67
82	Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,94	8,75	83,00
292/331	Птица, тушенная в соусе с овощами	175	15,24	13,49	15,05	242,67
389	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	4,44	1,66	23,38	125,09
ПР	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	16,68	49,35
	Итого	715	25,07	23,00	93,98	640,78
	Всего за день	1260	47,86	47,83	167,44	1231,92

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ и старше на "19" 02 2026г

№реп	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 108,48 руб					
70	Огурцы соленые	100	0,80	0,10	1,70	10,00
268	Биточек из говядины с маслом	100/10	15,84	22,54	13,22	322,00
303	Каша вязкая пшенная	180	5,03	6,01	28,76	189,19
377	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,55	1,33	18,70	100,07
ПР	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	16,68	49,35
	Итого	660	27,45	30,30	94,26	732,61
	Обед 151,10 руб					
52	Салат из отварной свеклы	100	1,41	6,01	16,52	92,80
82	Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,92	10,93	104,00
292/331	Птица, тушенная в соусе с овощами	225	19,59	17,34	19,35	312,00
389	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85,00
ПР	Хлеб пшеничный	70	6,22	2,32	32,78	175,13
ПР	Хлеб ржаной	50	3,50	0,50	27,79	82,22
	Итого	895	33,52	31,09	127,52	951,15
	Всего за день	1555	60,96	61,39	221,78	1583,76

Зав.произв

Приятного аппетита

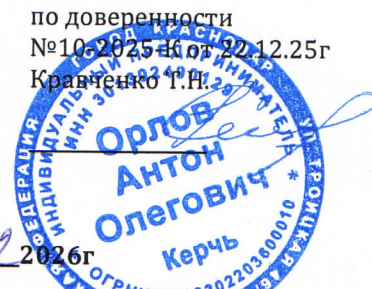
«СОГЛАСОВАНО»
Директор МБОУ г. Керчи РК
«Школа № 28 имени Героев Эльтигена»
Шульман З.С.



«СОГЛАСОВАНО»
Генеральный директор
ООО "НЕКТАР"
Белан А.С.



«УТВЕРЖДАЮ»
ИП ОРЛОВ
по доверенности
№10-2025 от 22.12.25г
Кравченко Т.Н.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на "20.02" 2026г

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 85,55 руб					
204	Макаронные изделия отварные с сыром	150	10,94	12,83	35,98	286,23
1	Бутерброд с маслом	40	2,36	7,49	14,89	136,00
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	11,12	32,90
	Итого	510	15,17	20,94	86,79	562,13
	Обед 129,53 руб					
56	Салат овощной с яблоками	60	0,69	0,11	4,31	86,06
102	Суп картофельный с горохом	200	4,39	4,22	13,22	118,60
239/331	Тефтеля рыбная с соусом	90/30	11,48	10,39	15,25	200,38
312	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,40
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	133,00
ПР	Хлеб пшеничный.	50	4,44	1,66	23,38	125,09
ПР	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	16,68	49,35
	Итого	810	26,83	21,57	125,29	849,88

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ и старше на "20.02" 2026г

№рец	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 108,48 руб					
204	Макаронные изделия отварные с сыром	200	14,66	17,19	48,21	383,55
1	Бутерброд с маслом	40	2,36	7,49	14,89	136,00
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	11,12	32,90
	Итого	560	18,89	25,30	99,02	659,45
	Обед 151,10 руб					
56	Салат овощной с яблоками	100	1,16	0,18	7,20	143,72
102	Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,28	16,53	148,25
239/331	Тефтели рыбные с соусом	100/30	13,04	12,38	18,11	235,99
312	Пюре картофельное	180	3,67	5,76	24,53	164,90
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	133,00
ПР	Хлеб пшеничный	70	6,22	2,32	32,73	175,13
ПР	Хлеб ржаной	50	3,50	0,50	27,79	82,22
	Итого	980	33,75	26,51	158,91	1083,21

Зав.произв

Приятного аппетита