



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на " 16 " 03 2026г

№репц	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 85,55 руб					
181	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом и сахаром	220	6,11	10,72	42,36	291,00
3	Бутерброд с сыром	50	5,80	8,30	14,83	157,00
209	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,00	66,00
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00
	Итого	510	17,06	23,64	72,19	574,00
	Обед 129,53 руб					
70	Огурцы соленые	60	0,48	0,06	1,02	6,00
102	Суп картофельный с горохом	200	4,39	4,22	13,22	118,60
234	Котлета рыбная с маслом сливочным	90/5	11,68	11,02	14,34	204,17
312	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,40
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	785	27,15	22,06	109,28	725,61
	Всего за день	1295	44,21	45,70	181,47	1299,61

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ и старше на " 16 " 03 2026г

№репц	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 108,48 руб					
181	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом и сахаром	260	7,27	12,76	50,41	346,69
3	Бутерброд с сыром	50	5,80	8,30	14,83	157,00
209	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,00	66,00
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00
	Итого	550	18,22	25,68	80,24	629,69
	Обед 151,10 руб					
70	Огурцы соленые	100	0,80	0,10	1,70	10,00
102	Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,28	16,53	148,25
234	Котлета рыбная с маслом сливочным	100/10	13,84	15,34	9,14	230,00
312	Пюре картофельное	180	3,67	5,76	24,53	164,90
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	960	34,52	29,30	132,62	895,50
	Всего за день	1510	52,74	54,98	212,86	1525,19

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-Кот 22.12.25г
Кравченко Т.Н.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на " 17 " 03 2026г

№реп	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 85,55 руб					
223	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
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119,00
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	36,05	28,44	89,12	758,97
	Обед 129,53 руб					
67	Винегрет овощной (лук зеленый)	60	0,83	6,01	3,93	73,19
96	Рассольник ленинградский	200	1,61	4,07	9,58	85,80
289	Рагу из птицы	175	16,58	15,47	20,06	286,44
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	715	26,22	27,60	105,65	752,87
	Всего за день	1225	62,27	56,04	194,76	1511,84

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ и старше на " 17 " 03 2026г

№реп	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 108,48 руб					
223	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
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119,00
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	45,07	36,30	99,89	908,88
	Обед 151,10 руб					
67	Винегрет овощной	100	1,39	10,02	6,55	122,00
96	Рассольник ленинградский	250	2,01	5,09	11,98	107,98
289	Рагу из птицы	230	21,74	20,29	26,30	375,52
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	900	35,52	38,31	137,36	995,85
	Всего за день	1460	80,59	74,61	237,25	1904,73

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-К от 22.12.25г
Кравченко Т.Н.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на " 19 " 03 2026г

№реп	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 85,55 руб					
291	Плов из птицы	180	15,25	9,42	32,16	274,80
377	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,55	1,33	18,70	100,07
ПР	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	11,12	32,90
	Итого	540	20,73	11,37	86,98	516,77
	Обед 129,53 руб					
40	Салат картофельный с морковью и зел. горошком	60	1,64	4,24	5,73	67,61
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,15	2,27	13,96	94,60
268	Биточек из говядины с маслом	90/5	14,82	18,88	12,83	283,20
321	Капуста тушеная	150	3,09	4,85	24,51	113,00
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	785	29,24	32,20	117,29	817,85
	Всего за день	1325	49,97	43,57	204,27	1334,62

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ и старше на " 19 " 03 2026г

№реп	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 108,48 руб					
291	Плов из птицы	225	19,07	11,78	40,20	343,50
377	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,55	1,33	18,70	100,07
ПР	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	11,12	32,90
	Итого	585	24,55	13,73	95,02	585,47
	Обед 151,10 руб					
40	Салат картофельный с морковью и зел. горошком	100	2,74	7,07	9,55	112,70
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,68	2,84	17,46	118,25
268	Биточек из говядины с маслом сливочным	100/10	15,84	22,54	13,22	322,00
321	Капуста тушеная	180	3,72	5,83	29,41	135,31
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	960	35,70	41,09	150,36	1030,61
	Всего за день	1545	60,25	54,82	245,38	1616,08

Зав.произв

Приятного аппетита

1н четв
март-май