

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на " 23 " 03 2026г

| №рец | 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 |
| 1 | Бутерброд с маслом | 40 | 2,36 | 7,49 | 14,89 | 136,00 |
| 338 | Яблоко | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| 376 | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 |
| | Итого | 560 | 10,65 | 20,74 | 83,94 | 568,00 |
| | Обед 129,53 руб | | | | | |
| 52 | Салат из отварной свеклы | 60 | 0,85 | 3,61 | 9,92 | 55,67 |
| 103 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200 | 2,15 | 2,27 | 13,96 | 94,60 |
| 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 | 26,74 | 30,03 | 152,72 | 835,40 |
| | Всего за день | 1275 | 37,39 | 50,77 | 236,66 | 1403,40 |

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ и старше на " 23 " 03 2026г

| №рец | 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 |
| 1 | Бутерброд с маслом | 40 | 2,36 | 7,49 | 14,89 | 136,00 |
| 338 | Яблоко | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| 376 | Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15,00 | 60,00 |
| | Итого | 590 | 11,74 | 22,54 | 90,14 | 613,50 |
| | Обед 151,10 руб | | | | | |
| 52 | Салат из отварной свеклы | 100 | 1,41 | 6,01 | 16,52 | 92,80 |
| 103 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 250 | 2,68 | 2,84 | 17,46 | 118,25 |
| 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 | 35,71 | 40,30 | 203,17 | 1102,57 |
| | Всего за день | 1485 | 47,45 | 62,84 | 293,31 | 1716,07 |

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 " 24 " 03 2026г

| №рец | 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 |
| 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 | | | | | |
| 37 | Салат картофельный с огурцами солеными и зеленым луком | 60 | 0,82 | 4,76 | 10,22 | 66,53 |
| 82 | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 1,44 | 3,94 | 8,75 | 83,00 |
| 234 | Котлета рыбная с маслом сливочным | 90/5 | 11,68 | 11,02 | 14,34 | 204,17 |
| 304.1 | Рис отварной с овощами | 150 | 4,15 | 10,58 | 42,65 | 265,00 |
| 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 | 785 | 25,29 | 32,35 | 148,03 | 926,14 |
| | Всего за день | 1295 | 60,43 | 59,93 | 235,52 | 1667,11 |

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ и старше на " 24 " 03 2026г

| №рец | 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 |
| 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 | | | | | |
| 37 | Салат картофельный с огурцами солеными и зеленым луком | 100 | 1,37 | 7,94 | 17,02 | 110,90 |
| 82 | Борщ с капустой и картофелем | 250 | 1,80 | 4,92 | 10,93 | 104,00 |
| 234 | Котлета рыбная с маслом сливочным | 100/10 | 13,84 | 15,34 | 9,14 | 230,00 |
| 304.1 | Рис отварной с овощами | 180 | 4,98 | 12,70 | 51,18 | 318,00 |
| 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 | 960 | 32,37 | 43,81 | 180,81 | 1153,25 |
| | Всего за день | 1520 | 76,53 | 79,25 | 279,07 | 2044,13 |

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 " 25 " 03 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 |
| 211 | Омлет с сыром | 180 | 21,49 | 26,27 | 3,06 | 416,62 |
| 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 | 20 | 1,40 | 0,20 | 11,12 | 32,90 |
| | Итого | 500 | 32,16 | 35,66 | 59,18 | 748,85 |
| | 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 |
| 294 | Котлета куриная с маслом сливочным | 90/5 | 20,59 | 17,14 | 27,37 | 235,12 |
| 303 | Каша вязкая ячневая | 150 | 3,24 | 4,23 | 20,84 | 134,38 |
| 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 | 36,24 | 27,61 | 122,71 | 753,54 |
| | Всего за день | 1285 | 68,40 | 63,26 | 181,89 | 1502,39 |

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ и старше на " 25 " 03 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 |
| 211 | Омлет с сыром | 200 | 23,88 | 29,19 | 3,40 | 462,87 |
| 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 | 20 | 1,40 | 0,20 | 11,12 | 32,90 |
| | Итого | 560 | 35,64 | 41,45 | 65,34 | 848,64 |
| | 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 |
| 294 | Котлета куриная с маслом сливочным | 100/10 | 22,91 | 22,27 | 30,47 | 290,56 |
| 303 | Каша вязкая ячневая | 180 | 3,89 | 5,08 | 25,00 | 161,26 |
| 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 | 27,9 | 82,22 |
| | Итого | 960 | 43,81 | 35,55 | 154,42 | 952,42 |
| | Всего за день | 1520 | 79,45 | 77,00 | 219,76 | 1801,06 |

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.

Белан А.С.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на " 26 " 03 2026г

| №рец | Наименование блюда | Выход | Белки | Жиры | Угл-ды | ККАЛ |
|---------|---|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| | Завтрак 85,55 руб | | | | | |
| 292/331 | Птица, тушенная в соусе с овощами | 175 | 15,24 | 13,49 | 15,05 | 242,67 |
| 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 | 20 | 1,78 | 0,67 | 9,35 | 50,04 |
| ПР | Хлеб ржаной | 20 | 1,40 | 0,20 | 11,12 | 32,90 |
| | Итого | 515 | 18,95 | 14,78 | 60,52 | 434,61 |
| | Обед 129,53 руб | | | | | |
| 40 | Салат картофельный с морковью и зел. горошком | 60 | 1,64 | 4,24 | 5,73 | 67,61 |
| 99 | Суп из овощей | 200 | 1,27 | 3,99 | 7,32 | 76,20 |
| 268 | Биточек из говядины с маслом сливочным | 90/5 | 14,82 | 18,88 | 12,83 | 283,20 |
| 303 | Каша вязкая гречневая | 150 | 4,58 | 5,00 | 20,52 | 145,00 |
| 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 | 785 | 29,01 | 34,23 | 114,34 | 860,45 |
| | Всего за день | 1300 | 47,96 | 49,01 | 174,86 | 1295,06 |

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ и старше на " 26 " 03 2026г

| №рец | Наименование блюда | Выход | Белки | Жиры | Угл-ды | ККАЛ |
|---------|---|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| | Завтрак 108,48 руб | | | | | |
| 292/331 | Птица, тушенная в соусе с овощами | 225 | 19,59 | 17,34 | 19,35 | 312,00 |
| 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 | 20 | 1,78 | 0,67 | 9,35 | 50,04 |
| ПР | Хлеб ржаной | 20 | 1,40 | 0,20 | 11,12 | 32,90 |
| | Итого | 565 | 23,30 | 18,63 | 64,82 | 503,94 |
| | Обед 151,10 руб | | | | | |
| 40 | Салат картофельный с морковью и зел. горошком | 100 | 2,74 | 7,07 | 9,55 | 112,70 |
| 99 | Суп из овощей | 250 | 1,58 | 4,98 | 9,14 | 95,00 |
| 268 | Биточек из говядины с маслом сливочным | 100/10 | 15,84 | 22,54 | 13,22 | 322,00 |
| 303 | Каша вязкая гречневая | 180 | 5,50 | 6,01 | 24,65 | 174,78 |
| 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 | 35,54 | 43,58 | 144,96 | 1075,83 |
| | Всего за день | 1525 | 58,84 | 62,21 | 209,78 | 1579,77 |

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 " 24 " 03 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 |
| ПР | Печенье | 40 | 2,56 | 3,26 | 40,48 | 148,74 |
| 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 | 15,37 | 16,71 | 112,38 | 574,87 |
| | Обед 129,53 руб | | | | | |
| 51 | Салат из свеклы с курагой и изюмом | 60 | 1,11 | 3,62 | 10,83 | 80,38 |
| 108 | Суп картофельный с клецками | 200 | 2,85 | 5,57 | 15,03 | 135,48 |
| 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 | 25,70 | 26,43 | 133,62 | 861,08 |
| | Всего за день | 1320 | 41,07 | 43,14 | 246,00 | 1435,95 |

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ и старше на " 24 " 03 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 |
| ПР | Печенье | 40 | 2,56 | 3,26 | 40,48 | 148,74 |
| 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 | 19,09 | 21,07 | 124,61 | 672,19 |
| | Обед 151,10 руб | | | | | |
| 51 | Салат из свеклы с курагой и изюмом | 100 | 1,85 | 6,04 | 18,06 | 134,00 |
| 108 | Суп картофельный с клецками | 250 | 3,56 | 6,96 | 18,79 | 169,35 |
| 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 | 32,51 | 34,05 | 172,03 | 1094,59 |

Зав.произв

Приятного аппетита