



Согласовано:
Генеральный директор ОАО «Исток»
Сербин А.М.
2025г.

6.



Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ №6
« 2025г.

МЕНЮ

На 16 Июня 2025

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ							
предварительное накрытие период школьных летних каникул для детей в возрасте от 6 до 10 лет							
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
182	Каша жидкая молочная рисовая	1/200/5	7,10	15,90	47,70	362,00	17-25
379	Кофейный напиток с молоком 2,5% жирности	1/200	3,58	2,68	28,34	151,8	14-35
1058	Ватрушка с повидлом	1/60	3,82	2,55	37,82	190,29	7-75
	Итого	465	14,5	21,13	134,99	704,09	39-35
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
71	Овощи свежие в нарезке(помидоры или огурцы)	1/60	0,72	0,12	2,76	15,60	7-68
102	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	1/200	4,14	4,28	18,88	130,60	13-34
301	Кнели из кур, бройлер-цыплят с рисом	1/90/5	14,40	21,82	7,42	283,50	63-25
302	Каша рассыпчатая пшеничная	1/150/5	6,58	5,06	41,29	237,00	8-48
пром	Сок фруктовый (яблочный)	1/200	1,00	0,00	24,40	101,60	14-30
122	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,30	14,50	71,00	1-65
124	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,60	1-13
	Итого	760	30,53	31,82	115,93	873,9	109-83

Технолог:

Варданян О.Е.



МЕНЮ

На 17 Июня 2025

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ							
предварительное накрытие период школьных летних каникул для детей в возрасте от 6 до 10 лет							
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
181	Каша жидкая молочная из манной крупы	1/200/5	6,0	3,0	43,4	225,0	16-10
376	Чай с сахаром	1/200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	2-10
пром	Булочка «Ладушка» йодированная	1/50	2,75	0,55	26,8	139,0	18-20
338	Фрукты (яблоко)	1/100	0,40	0,00	12,60	52	10-40
	Итого	570	9,25	3,55	97,8	476	46-80
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
145	Свекольник	1/205	1,34	2,90	10,25	72,73	15-41
279/ 333	Тефтели из говядины 2-ой вариант с соусом сметанным 15% жирности с томатом и луком	1/90/50	10,69	15,53	15,91	245,63	72-84
302	Каша рассыпчатая гречневая	1/150/5	7,52	6,28	40,73	279,60	9-68
352	Кисель из яблок	1/200	0,12	0,00	30,12	121,00	7-25
122	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,30	14,50	71,00	1-65
124	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,60	1-13
	Итого	750	23,36	25,25	118,19	824,56	107-96

Технолог:
Варданян О.Е.



МЕНЮ
На 18 Июня 2025
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ							
предварительное накрытие период школьных летних каникул для детей в возрасте от 6 до 10 лет							
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
71	Овощи свежие в нарезке(помидоры или огурцы)	1/60	0,72	0,12	2,76	15,60	10-56
295	Котлета рубленая из бройлер-цыплят с маслом сливочным 72,5% жирности	1/90/5	13,68	20,34	13,32	291,60	51-90
321	Капуста тушеная	1/150	3,11	4,01	20,10	253,85	17-35
864	Компот из лимонов	1/200	0,08	0,00	27,08	108,00	8-96
122	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,30	14,50	71,00	1-65
124	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,60	1-13
	Итого	555	20,56	24,89	81,68	759,65	91-55
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
101	Суп картофельный с крупой (ячневой)	1/200	1,60	2,18	16,74	96,00	10-68
229	Рыба, тушенная (минтай) в томате с овощами	1/90/50	12,74	6,72	6,72	238,60	68-42
312	Пюре картофельное	1/150	3,12	5,10	18,57	132,60	20-80
342	Компот из свежих плодов	1/200	0,16	0,00	29,00	116,60	6-42
122	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,30	14,50	71,00	1-65
124	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,60	1-13
	Итого	740	21,31	14,54	92,21	689,4	109-10

Технолог:
Варданян О.Е.



Согласовано:
Генеральный директор ОАО «Исток»
Сербица А.М.
2025г.



Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ №
« ____ » ____ 2025г.

МЕНЮ

На 19 Июня 2025

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ							
предварительное накрытие период школьных летних каникул для детей в возрасте от 6 до 10 лет							
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
71	Овощи свежие в нарезке(помидоры или огурцы)	1/60	0,72	0,12	2,76	15,60	7-68
234	Котлеты или биточки рыбные(минтай) с маслом сливочным 72,5% жирности	1/90/5	13,32	16,92	10,44	224,66	37-72
166	Каша рассыпчатая рисовая с овощами	1/150	3,5	3,74	34,69	186	9-38
376	Чай с сахаром	1/200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	2-10
122	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,30	14,50	71,00	1-65
124	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,60	1-13
	Итого	570	21,09	21,32	84,07	591,86	59-66
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
75	Икра морковная	1/60	1,26	4,08	8,28	75,00	8-08
102	Суп картофельный с крупой (пшенной)	1/200	4,14	4,28	18,88	130,60	11-00
289	Рагу из птицы	1/90/150	18,38	22,22	25,10	395,40	87-73
122	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,30	14,50	71,00	1-65
124	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,60	1-13
пром	Сок фруктовый	1/200	1,00	0,00	24,40	101,60	14-30
	Итого	750	28,47	31,12	97,84	787,2	123-89

Технолог:
Варданян О.Е.

Согласовано:
Генеральный директор ОАО «Исток»
Сербиц А.М.
«___» _____ 2025г.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 6

«___» _____ 2025г.



МЕНЮ

На 20 Июня 2025

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ							
предварительное накрытие период школьных летних каникул для детей в возрасте от 6 до 10 лет							
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
209	Яйцо вареное	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00	15-20
73	Икра кабачковая	1/100	1,40	4,80	8,50	83,00	21-20
376	Чай с сахаром	1/200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	2-10
122	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,30	14,50	71,00	1-65
124	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,60	1-13
338	Фрукты (яблоко)	1/100	0,40	0,00	12,60	52	10-40
	Итого	505	10,69	9,64	57,58	363,6	51-68
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
71	Овощи свежие в нарезке(помидоры или огурцы)	1/60	0,72	0,12	2,76	15,60	10-56
84	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной 15% жирности	1/200/5	1,46	3,92	12,16	89,90	15-97
131	Голубцы «Любительские» из мяса говядины	1/90	7,97	7,97	5,84	126,70	38-19
331	Соус сметанный 15% жирности с томатом	1/50	0,90	2,61	3,83	42,50	4-57
202	Макаронные изделия отварные	1/150	5,40	6,30	36,60	225,00	8-48
349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,08	0,00	21,82	87,60	6-42
122	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,30	14,50	71,00	1-65
124	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,60	1-13
	Итого	805	20,22	21,46	104,19	692,90	86-97

Технолог:
Варданян О.Е.



Согласовано:
Генеральный директор ОАО «Исток»

Сербиш А.М.

2025г.



Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ №

« 2025г.

МЕНЮ

На 21 Июня 2025

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ							
предварительное накрытие период школьных летних каникул для детей в возрасте от 6 до 10 лет							
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
209	Яйцо вареное	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00	15-20
73	Икра кабачковая	1/100	1,40	4,80	8,50	83,00	24-01
864	Компот из лимонов	1/200	0,08	0,00	27,08	108,60	8-96
15	Сыр «Российский» (порциями) 50% жирности	1/20	4,64	5,91	0,00	72,00	20-64
122	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,30	14,50	71,00	1-65
124	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,60	1-13
338	Фрукты (яблоко)	1/100	0,40	0,00	12,60	52,00	13-00
	Итого	510	15,31	15,85	69,66	484,2	84-59
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
71	Овощи свежие в нарезке(помидоры или огурцы)	1/60	0,72	0,12	2,76	15,60	10-56
102	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	1/200	4,14	4,28	18,88	130,60	12-02
234	Котлеты или биточки рыбные (минтай) с маслом 72,5% жирности	1/90/5	13,32	16,92	10,44	224,66	37-72
166	Каша рассыпчатая пшениная с овощами	1/150	3,5	3,74	34,69	186	6-34
349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,08	0,00	21,82	87,60	6-44
122	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,30	14,50	71,00	1-65
124	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,60	1-13
	Итого	755	25,45	25,6	109,77	750,06	75-86

Технолог:
Варданян О.Е.



На 16 Июня 2025

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ							
предварительное накрытие период школьных летних каникул для детей в возрасте от 11 до 15 лет							
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
182	Каша жидкая молочная рисовая	1/200/5	2,19	5,09	22,53	145,33	17-25
379	Кофейный напиток с молоком 2,5% жирности	1/200	3,58	2,68	28,34	151,80	14-35
1058	Ватрушка с повидлом	1/100	6,37	4,26	63,03	317,14	16-10
	Итого	505	12,14	12,03	113,9	614,27	47-70
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
71	Овощи свежие в нарезке(помидоры или огурцы)	1/60	0,72	0,12	2,76	15,60	7-68
102	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	1/250	5,18	5,35	23,6	163,25	17-69
301	Кнели из кур, бройлер-цыплят с рисом	1/90/5	14,40	21,82	7,42	283,50	63-25
302	Каша рассыпчатая пшеничная	1/180/5	7,90	6,07	49,55	284,40	9-89
пром	Сок фруктовый (яблочный)	1/200	1,00	0,00	24,40	101,60	14-30
122	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,30	14,50	71,00	1-65
124	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,60	1-13
	Итого	840	32,89	33,9	128,91	953,95	115-59

Технолог:
Варданян О.Е.

O.E. 



« _____ » 2025г.

На 17 Июня 2025

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ							
предварительное накрытие период школьных летних каникул для детей в возрасте от 11 до 15 лет							
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
181	Каша жидкая молочная из манной крупы	1/200/5	6,0	3,0	43,4	225,0	16-10
376	Чай с сахаром	1/200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	2-10
пром	Булочка «Ладушка» йодированная	1/100	2,75	0,55	26,8	139,0	30-00
338	Фрукты (яблоко)	1/100	0,40	0,00	12,60	52	10-40
	Итого	620	9,25	3,55	97,8	476	58-60
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
145	Свекольник	1/260	0,79	3,87	13,67	96,97	17-30
279/ 333	Тефтели из говядины 2-ой вариант с соусом сметанным 15% жирности с томатом и луком	1/90/50	10,69	15,53	15,91	245,63	72-84
302	Каша рассыпчатая гречневая	1/180/5	9,02	7,54	48,87	299,52	10-12
352	Кисель из яблок	1/200	0,12	0,00	30,12	121,00	7-25
122	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,30	14,50	71,00	1-65
124	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,60	1-13
	Итого	835	24,31	27,48	129,75	868,72	110-29

Технолог:
Варданян О.Е.

г. О.Е. 



Согласовано:
Генеральный директор ОАО «Исток»
Сербиц А.М.
«___» _____ 2025г.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №

«___» _____ 2025г.



МЕНЮ
На 18 Июня 2025
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ							
предварительное накрытие период школьных летних каникул для детей в возрасте от 11 до 15 лет							
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
71	Овощи свежие в нарезке(помидоры или огурцы)	1/100	0,72	0,12	2,76	15,60	16-80
295	Котлета рубленая из бройлер-цыплят с маслом сливочным 72,5% жирности	1/100/5	13,68	20,34	13,32	291,60	56-57
321	Капуста тушеная	1/180	3,11	4,01	20,10	253,85	20-02
864	Компот из лимонов	1/200	0,08	0,00	27,08	108,00	8-96
122	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,30	14,50	71,00	1-65
124	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,60	1-13
	Итого	635	21,28	25,01	84,44	774,65	105-13
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
101	Суп картофельный с крупой (ячневой)	1/250	1,60	2,18	16,74	96,00	13-57
229	Рыба, тушеная (минтай) в томате с овощами	1/100/50	12,74	6,72	6,72	238,60	72-91
312	Пюре картофельное	1/180	3,74	6,12	22,28	159,12	26-62
342	Компот из свежих плодов	1/200	0,16	0,00	29,00	116,60	6-42
122	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,30	14,50	71,00	1-65
124	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,60	1-13
	Итого	830	22,33	16,11	100,11	636,17	122-30

Технолог:
Варданян О.Е.



Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ №



МЕНЮ

На 19 Июня 2025

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ							
предварительное накрытие период школьных летних каникул для детей в возрасте от 11 до 15 лет							
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
71	Овощи свежие в нарезке(помидоры или огурцы)	1/60	0,72	0,12	2,76	15,60	7-68
234	Котлеты или биточки рыбные(минтай) с маслом сливочным 72,5% жирности	1/100/5	13,32	16,92	10,44	224,66	41-26
166	Каша рассыпчатая рисовая с овощами	1/180	4,20	4,49	41,63	223,20	11-01
376	Чай с сахаром	1/200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	2-10
122	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,30	14,50	71,00	1-65
124	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,60	1-13
	Итого	610	21,09	24,57	91,37	423,06	64-83
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
75	Икра морковная	1/60	1,26	4,08	8,28	75,00	8-08
102	Суп картофельный с крупой (пшенной)	1/250	5,08	5,35	23,85	163,75	13-80
289	Рагу из птицы	1/90/150	18,38	22,22	25,10	395,40	87-73
122	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,30	14,50	71,00	1-65
124	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,60	1-13
пром	Сок фруктовый	1/200	1,00	0,00	24,40	101,60	14-30
	Итого	800	29,41	32,19	102,81	820,35	126-69

Технолог:
Варданян О.Е.



Согласовано:
Генеральный директор ОАО «Исток»

Сербиш А.М.

2025г.

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ №

«

2025г.



МЕНЮ

На 20 Июня 2025

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ							
предварительное накрытие период школьных летних каникул для детей в возрасте от 11 до 15 лет							
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
209	Яйцо вареное	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00	15-20
73	Икра кабачковая	1/100	1,40	4,80	8,50	83,00	21-20
376	Чай с сахаром	1/200/15	0,10	0,00	15,00	60,00	2-10
122	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,30	14,50	71,00	1-65
124	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,60	1-13
338	Фрукты (яблоко)	1/100	0,40	0,00	12,60	52	10-40
	Итого	505	10,69	9,64	57,58	363,6	51-68
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
71	Овощи свежие в нарезке(помидоры или огурцы)	1/60	0,72	0,12	2,76	15,60	10-56
84	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной 15% жирности	1/250/5	3,60	5,10	20,33	141,50	18-08
131	Голубцы «Любительские» из мясо говядины	1/100	7,97	7,97	5,84	126,70	42-43
331	Соус сметанный 15% жирности с томатом	1/50	0,90	2,61	3,83	42,50	4-57
202	Макаронные изделия отварные	1/150	5,40	6,30	36,60	225,00	8-48
349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,08	0,00	21,82	87,60	6-42
122	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,30	14,50	71,00	1-65
124	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,60	1-13
	Итого	895	23,2	16,94	118,96	722,3	93-64

Технолог:

Варданян О.Е.



Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ №

«_____» 2025г.



МЕНЮ

На 21 Июня 2025

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ							
предварительное накрытие период школьных летних каникул для детей в возрасте от 11 до 15 лет							
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
209	Яйцо вареное	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00	15-20
73	Икра кабачковая	1/100	1,40	4,80	8,50	83,00	24-01
864	Компот из лимонов	1/200	0,08	0,00	27,08	108,60	8-96
15	Сыр «Российский» (порциями) 50% жирности	1/20	4,64	5,91	0,00	72,00	20-64
122	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,30	14,50	71,00	1-65
124	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,60	1-13
338	Фрукты (яблоко)	1/100	0,40	0,00	12,60	52,00	13-00
	Итого	510	15,31	15,85	69,66	484,2	84-59
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
71	Овощи свежие в нарезке(помидоры или огурцы)	1/60	0,72	0,12	2,76	15,60	10-56
102	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	1/250	5,18	5,35	23,6	163,25	17-69
234	Котлеты или биточки рыбные (минтай) с маслом 72,5% жирности	1/90/5	13,32	16,92	10,44	224,66	37-72
166	Каша рассыпчатая пшениная с овощами	1/180	4,20	4,49	41,63	223,2	7-65
349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	0,08	0,00	21,82	87,60	6-44
122	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,30	14,50	71,00	1-65
124	Хлеб ржаной	1/20	1,32	0,24	6,68	34,60	1-13
	Итого	835	27,19	27,42	121,43	819,91	82-84

Технолог:
Варданян О.Е.