



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.
//

МЕНЮ

27 мая 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2022	12	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	30,00	1,8	8,6	7,5	115
2011	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	57,00	12,3	12,4	40,4	324
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	16,00	4,3	3,5	12,4	99
Итого				110,00	22,1	24,8	84,6	653
Обед								
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	15,69	1,7	5,1	9,9	93
2012	87	СУП РЫБНЫЙ ИЗ САИРЫ	250	30,00	9,2	2,8	16,5	127
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	180	30,00	4	13,2	29,9	254
2011	294	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	100	39,00	14,9	22,4	13,1	314
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	388	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	9,00	0,7	0,3	17,2	86
Итого				130,69	34,2	44,1	110,9	989
Полдник								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	5,00	0,3		8,4	35
2008	2	ПЕЧЕНЬЕ	50	17,00	3,8	4,9	37,2	209
2008	3	ВАФЛИ	50	18,53	3,8	4,9	37,2	209
Итого				40,53	7,9	9,8	82,8	453
Всего				281,22	64,2	78,7	278,3	2095

«Согласовано»
 Директор МБОУ СОШ № 1
 им. А.А. Курбаева
 Снарская И.В. Для документов

Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

МЕНЮ

28 мая 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ	250	55,00	9,6	10,1	45,5	312
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	15,00	3,5	4,4		55
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	7,00	2	0,3	12,7	61
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	6,00	0,3		8,4	35
2022	12	БЛИНЧИКИ С ДЖЕМОМ	60	27,00	3,5	7	19,3	153
Итого				110,00	19,6	23,8	100,5	699
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	100	24,69	0,8	0,1	2,5	14
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	16,00	10,1	9,9	17,3	197
2011	321	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	36,00	4,3	5,1	15,6	128
2011	290	ПТИЦА, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	110	38,00	12,8	15,5	1,9	202
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	9,00			9,7	39
Итого				130,69	31,7	30,9	71,3	695
Полдник								
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	5,00	0,3		8,5	35
2011	424	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	35,53	7,7	12,8	59,8	386
Итого				40,53	8	12,8	68,3	421
Всего				281,22	59,3	67,5	240,1	1815

«Согласовано»
 Директор МБОУ СОШ № 1
 им. А.А. Курбаева
 Снарская И.В.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

[Signature]

МЕНЮ

29 мая 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2012	10	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	100	27,00	3	0,2	6,3	39
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	70,00	19,5	30,8	3,5	369
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2022	378	ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ	200	6,00	0,4	0,1	12,9	58
Итого				110,00	26,6	31,4	47	581
Обед								
2011	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	20,69	1,3	10,1	7,4	127
2011	103	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	28,00	7,3	7,3	20,2	176
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	26,00	9,5	7,4	43,2	277
2011	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	100	40,00	13	8,5	3,9	163
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	9,00	0,1	0,1	12,1	50
Итого				130,69	34,9	33,7	111,1	908
Полдник								
2011	360	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200	7,00	0,1		25,5	102
2011	418	СЛОЙКА С ПОВИДЛОМ	100	33,53	6,6	12	54,4	351
Итого				40,53	6,7	12	79,9	453
Всего				281,22	68,2	77,1	238	1942

«Согласовано»
 Директор МБОУ СОШ № 1
 им. А.А. Курбаева
 Снарская И.В.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

МЕНЮ

1 июня 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ	250	54,00	9,8	16,8	38,1	344
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	50	21,00	6,2	5,6	0,4	77
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	6,00	0,3		10,4	43
2026	1	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	22,00	0,4	0,4	9,5	46
Итого				110,00	20,4	23,1	82,7	625
Обед								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	17,69	1,3	0,1	11,4	52
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	30,00	7	10,4	10,8	166
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	26,00	6,9	5,7	44,1	255
2011	245	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	110	41,00	13,1	13,4	3,4	190
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	9,00			9,7	39
Итого				130,69	32	29,9	103,7	817
Полдник								
2022	378	ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ	200	6,00	0,3	0,1	12,7	56
2011	442	БУЛОЧКА К ЧАЮ	100	34,53	7,7	3,8	49,5	263
Итого				40,53	8	3,9	62,2	319
Всего				281,22	60,4	56,9	248,6	1761

«Согласовано»
Директор МБОУ СОШ № 1
им. А.А. Курбаева
Снарская И.В.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

МЕНЮ

2 июня 2026 г.

12-18 лет

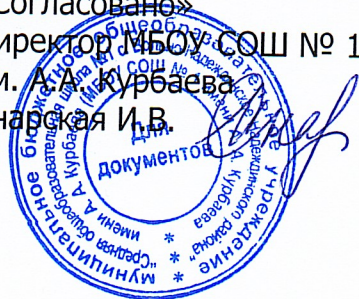
Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	200	73,00	15,9	11,6	10,7	215
2011	326	СОУС МОЛОЧНЫЙ	70	12,00	1	2,9	3,7	46
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	13,00	0,1	8,3	0,1	75
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	5,00	0,3		8,4	35
Итого				110,00	24,4	21,5	66,4	562
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ { ОГУРЦЫ }	100	28,69	0,8	0,1	2,5	14
2011	86	СВЕКОЛЬНИК	250	20,00	6,6	12,5	12,7	189
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	250	65,00	17,9	13,7	27,7	407
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	10,00	0,1	0,1	26,4	108
Итого				130,69	29,1	26,7	93,6	833
Полдник								
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	6,00	0,3		15,3	62
2011	425	БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ	100	34,53	6,8	14,3	59,6	395
Итого				40,53	7,1	14,3	74,9	457
Всего				281,22	65,5	72,2	268,7	2052

«Согласовано»

Директор МБОУ СОШ № 1

им. А.А. Курбаева

Снарская И.В.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

[Handwritten signature]

МЕНЮ

3 июня 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ	250	56,00	9,8	16,8	38,1	344
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	15,00	3,4	4,4		53
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	4,00	2	0,3	12,7	61
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	6,00	0,3		10,4	43
2026	1	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	22,00	0,4	0,4	9,5	46
Итого				110,00	19,7	30,5	95,1	737
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	100	18,69	1,1	0,2	3,8	24
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	23,00	6,9	7,3	20,4	175
2011	321	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	36,00	4,3	5,1	15,6	128
2011	294	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	100	39,00	14,9	22,4	13,1	314
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	360	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200	7,00	0,1		25,5	102
Итого				130,69	30,7	43,4	117	984
Полдник								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	5,00	0,3		10,3	42
2008	2	ВАФЛИ	50	17,00	3,8	4,9	37,2	209
2008	3	ПЕЧЕНЬЕ	50	18,53	3,8	4,9	37,2	209
Итого				40,53	7,9	9,8	84,7	460
Всего				281,22	58,3	83,7	296,8	2181

«Согласовано»

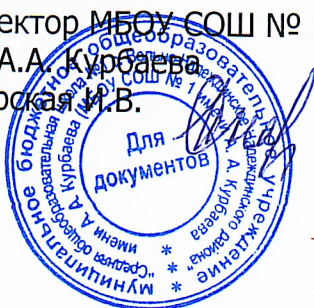
Директор МБОУ СОШ № 1

им. А.А. Курбаева

Снарская И.В.

Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.



МЕНЮ

4 июня 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2012	10	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИРОВАНный	100	27,00	3	0,2	6,3	39
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАльный	200	70,00	19,5	30,8	3,5	369
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧный	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2022	378	ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ	200	6,00	0,4	0,1	12,9	58
Итого				110,00	26,6	31,4	47	581
Обед								
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАНной КАПУСТЫ	100	15,69	1,7	5,1	9,9	93
2011	102	СУП КАРТОФЕльный С БОБОВыми	250	16,00	10,1	9,9	17,3	197
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	26,00	8	6	36,1	231
2011	260	ГУЛЯШ	105	51,00	11,6	30,4	3,1	333
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧный	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2008	396	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И СЛИВ	200	15,00	0,6	0,2	36,4	152
Итого				130,69	35,7	51,9	127,1	1121
Полдник								
2011	385	МОЛОКО	200	20,00	5,6	4,9	9,3	105
2011	424	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	20,53	7,7	12,8	59,8	386
Итого				40,53	13,3	17,7	69,1	491
Всего				281,22	75,2	101	242,4	2188

«Согласовано»

Директор МБОУ СОШ № 1
им. А.А. Курбасова
Снарская И.Б.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

[Handwritten signature]

МЕНЮ

5 июня 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2022	12	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	30,00	1,8	8,6	7,5	115
2011	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	57,00	12,3	12,4	40,4	324
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	16,00	4,3	3,5	12,4	99
Итого				110,00	22,1	24,8	84,6	653
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ{ ОГУРЦЫ }	100	19,69	0,8	0,1	1,6	13
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	16,00	6,3	11,5	9,1	165
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	180	32,00	4	13,2	29,9	254
2012	244	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ	115	47,00	6,9	1,6	3,5	57
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	9,00			9,7	39
Итого				130,69	22	19	93,4	636
Полдник								
2011	418	СЛОЙКА С ПОВИДЛОМ	100	35,53	6,6	12,2	54,4	353
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	5,00	0,3		10,3	42
Итого				40,53	6,9	12	64,7	393
Всего				281,22	50,5	55,3	254,6	1723

«Согласовано»
 Директор МБОУ СОШ № 1
 им. А.А. Курбаева
 Снарская И.В.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

[Handwritten signature]

МЕНЮ

8 июня 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2011	303.1	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ	250	56,00	10,5	10,6	52,1	347
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	15,00	3,5	4,4		55
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	4,00	2	0,3	12,7	61
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	6,00	0,3		10,4	43
2026	1	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	22,00	0,4	0,4	9,5	46
Итого				110,00	20,5	24,3	109,1	742
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	100	23,69	0,8	0,1	2,5	14
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	30,00	7	10,4	10,8	166
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	20,00	4,3	5,5	45,2	247
2011	245	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	110	41,00	13,1	13,4	3,4	190
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	9,00			9,7	39
Итого				130,69	28,9	29,7	95,9	771
Полдник								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	5,00	0,3		8,4	35
2011	442	БУЛОЧКА К ЧАЮ	100	35,53	7,7	3,8	49,5	263
Итого				40,53	8	3,8	57,9	298
Всего				281,22	57,4	57,8	262,9	1811

«Согласовано»
 Директор МБОУ СОШ № 1
 им. А.А. Курбаева
 Снарская И.С.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

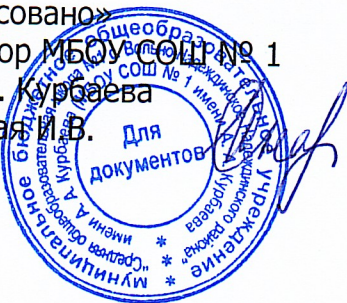
МЕНЮ

9 июня 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	200	73,00	15,9	11,6	10,7	215
2011	326	СОУС МОЛОЧНЫЙ	70	12,00	1	2,9	3,7	46
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	13,00	0,1	8,3	0,1	75
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	5,00	0,3		8,4	35
Итого				110,00	24,4	21,5	66,4	562
Обед								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	17,69	1,3	0,1	9,6	46
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	25,00	7,7	11,7	13,4	194
2011	199	ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ С МАСЛОМ	180	20,00	19,1	8,2	40,2	311
2011	279	ТЕФТЕЛЯ МЯСНАЯ В СОУСЕ	120	51,00	11,4	28,2	6,5	329
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	4,00	2	0,3	12,7	61
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	360	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200	6,00	0,1		25,5	102
Итого				130,69	43,3	48,5	119,5	1097
Полдник								
2022	10	ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ	200	6,00	0,3		7	30
2011	425	БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ	100	34,53	6,8	14,3	59,6	395
Итого				40,53	7,1	14,3	66,6	425
Всего				281,22	76,7	85,1	255,1	2109

«Согласовано»
Директор МБОУ СОШ № 1
им. А.А. Курбаева
Снарская И.В.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

МЕНЮ

10 июня 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2022	12	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	30,00	1,8	8,6	7,5	115
2011	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	57,00	12,3	12,4	40,4	324
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	16,00	4,3	3,5	12,4	99
Итого				110,00	22,1	24,8	84,6	653
Обед								
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	15,69	1,7	5,1	9,9	93
2012	87	СУП РЫБНЫЙ ИЗ САЙРЫ	250	30,00	9,2	2,8	16,5	127
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	180	30,00	4	13,2	29,9	254
2011	294	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	100	39,00	14,9	22,4	13,1	314
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	388	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	9,00	0,7	0,3	17,2	86
Итого				130,69	34,2	44,1	110,9	989
Полдник								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	5,00	0,3		8,4	35
2008	2	ПЕЧЕНЬЕ	50	17,00	3,8	4,9	37,2	209
2008	3	ВАФЛИ	50	18,53	3,8	4,9	37,2	209
Итого				40,53	7,9	9,8	82,8	453
Всего				281,22	64,2	78,7	278,3	2095

«Согласовано»
 Директор МБОУ СОШ № 1
 им. А.А. Курбаева
 Снарская И.В.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

МЕНЮ

11 июня 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ	250	55,00	9,6	10,1	45,5	312
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	15,00	3,5	4,4		55
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	7,00	2	0,3	12,7	61
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	6,00	0,3		8,4	35
2022	12	БЛИНЧИКИ С ДЖЕМОМ	60	27,00	3,5	7	19,3	153
Итого				110,00	19,6	23,8	100,5	699
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	100	24,69	0,8	0,1	2,5	14
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	16,00	10,1	9,9	17,3	197
2011	321	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	36,00	4,3	5,1	15,6	128
2011	290	ПТИЦА, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	110	38,00	12,8	15,5	1,9	202
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	9,00			9,7	39
Итого				130,69	31,7	30,9	71,3	695
Полдник								
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	5,00	0,3		8,5	35
2011	424	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	35,53	7,7	12,8	59,8	386
Итого				40,53	8	12,8	68,3	421
Всего				281,22	59,3	67,5	240,1	1815

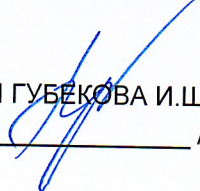
«Согласовано»

Директор МБОУ СОШ № 1
им. А.А. Кирбаева
Снарская И.В.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.



МЕНЮ

12 июня 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2012	10	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	100	27,00	3	0,2	6,3	39
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	70,00	19,5	30,8	3,5	369
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2022	378	ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ	200	6,00	0,4	0,1	12,9	58
Итого				110,00	26,6	31,4	47	581
Обед								
2011	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	20,69	1,3	10,1	7,4	127
2011	103	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	28,00	7,3	7,3	20,2	176
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	26,00	9,5	7,4	43,2	277
2011	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	100	40,00	13	8,5	3,9	163
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	9,00	0,1	0,1	12,1	50
Итого				130,69	34,9	33,7	111,1	908
Полдник								
2011	360	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200	7,00	0,1		25,5	102
2011	418	СЛОЙКА С ПОВИДЛОМ	100	33,53	6,6	12	54,4	351
Итого				40,53	6,7	12	79,9	453
Всего				281,22	68,2	77,1	238	1942

«Согласовано»
Директор МБОУ СОШ № 1
им. А.А. Курбаева
Снарская И.В.

Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

МЕНЮ

15 июня 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ	250	54,00	9,8	16,8	38,1	344
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	50	21,00	6,2	5,6	0,4	77
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	6,00	0,3		10,4	43
2026	1	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	22,00	0,4	0,4	9,5	46
Итого				110,00	20,4	23,1	82,7	625
Обед								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	17,69	1,3	0,1	11,4	52
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	30,00	7	10,4	10,8	166
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	26,00	6,9	5,7	44,1	255
2011	245	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	110	41,00	13,1	13,4	3,4	190
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	9,00			9,7	39
Итого				130,69	32	29,9	103,7	817
Полдник								
2022	378	ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ	200	6,00	0,3	0,1	12,7	56
2011	442	БУЛОЧКА К ЧАЮ	100	34,53	7,7	3,8	49,5	263
Итого				40,53	8	3,9	62,2	319
Всего				281,22	60,4	56,9	248,6	1761

«Согласовано»
 Директор МБОУ СОШ № 1
 им. А.А. Курбаева
 Снарская И.В.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

[Signature] //

МЕНЮ

16 июня 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	200	73,00	15,9	11,6	10,7	215
2011	326	СОУС МОЛОЧНЫЙ	70	12,00	1	2,9	3,7	46
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	13,00	0,1	8,3	0,1	75
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	5,00	0,3		8,4	35
Итого				110,00	24,4	21,5	66,4	562
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ { ОГУРЦЫ }	100	28,69	0,8	0,1	2,5	14
2011	86	СВЕКОЛЬНИК	250	20,00	6,6	12,5	12,7	189
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	250	65,00	17,9	13,7	27,7	407
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	10,00	0,1	0,1	26,4	108
Итого				130,69	29,1	26,7	93,6	833
Полдник								
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	6,00	0,3		15,3	62
2011	425	БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ	100	34,53	6,8	14,3	59,6	395
Итого				40,53	7,1	14,3	74,9	457
Всего				281,22	65,5	72,2	268,7	2052

«Согласовано»
 Директор МБОУ СОШ № 1
 им. А.А. Курбаева
 Снарская И.В.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

[Signature]

МЕНЮ

18 июня 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2012	10	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	100	27,00	3	0,2	6,3	39
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	70,00	19,5	30,8	3,5	369
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2022	378	ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ	200	6,00	0,4	0,1	12,9	58
Итого				110,00	26,6	31,4	47	581
Обед								
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	15,69	1,7	5,1	9,9	93
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	16,00	10,1	9,9	17,3	197
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	26,00	8	6	36,1	231
2011	260	ГУЛЯШ	105	51,00	11,6	30,4	3,1	333
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2008	396	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И СЛИВ	200	15,00	0,6	0,2	36,4	152
Итого				130,69	35,7	51,9	127,1	1121
Полдник								
2011	385	МОЛОКО	200	20,00	5,6	4,9	9,3	105
2011	424	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	20,53	7,7	12,8	59,8	386
Итого				40,53	13,3	17,7	69,1	491
Всего				281,22	75,2	101	242,4	2188

«Согласовано»
 Директор МБОУ СОШ № 1
 им. А.А. Курбаева
 Снарская И.В.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

МЕНЮ

19 июня 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2022	12	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	30,00	1,8	8,6	7,5	115
2011	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	57,00	12,3	12,4	40,4	324
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	16,00	4,3	3,5	12,4	99
Итого				110,00	22,1	24,8	84,6	653
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ{ ОГУРЦЫ }	100	19,69	0,8	0,1	1,6	13
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	16,00	6,3	11,5	9,1	165
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	180	32,00	4	13,2	29,9	254
2012	244	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ	115	47,00	6,9	1,6	3,5	57
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	9,00			9,7	39
Итого				130,69	22	19	93,4	636
Полдник								
2011	418	СЛОЙКА С ПОВИДЛОМ	100	35,53	6,6	12,2	54,4	353
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	5,00	0,3		10,3	42
Итого				40,53	6,9	12	64,7	393
Всего				281,22	50,5	55,3	254,6	1723

«Согласовано»
Директор МБОУ СОШ № 1
им. А.А. Курбаева
Снарская И.В.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

МЕНЮ

22 июня 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2011	303.1	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ	250	56,00	10,5	10,6	52,1	347
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	15,00	3,5	4,4		55
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	4,00	2	0,3	12,7	61
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	6,00	0,3		10,4	43
2026	1	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	22,00	0,4	0,4	9,5	46
Итого				110,00	20,5	24,3	109,1	742
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	100	23,69	0,8	0,1	2,5	14
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	30,00	7	10,4	10,8	166
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	20,00	4,3	5,5	45,2	247
2011	245	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	110	41,00	13,1	13,4	3,4	190
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	9,00			9,7	39
Итого				130,69	28,9	29,7	95,9	771
Полдник								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	5,00	0,3		8,4	35
2011	442	БУЛОЧКА К ЧАЮ	100	35,53	7,7	3,8	49,5	263
Итого				40,53	8	3,8	57,9	298
Всего				281,22	57,4	57,8	262,9	1811

«Согласовано»
 Директор МБОУ СОШ № 1
 им. А.А. Курбаева
 Снарская И.В.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

МЕНЮ

23 июня 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	200	73,00	15,9	11,6	10,7	215
2011	326	СОУС МОЛОЧНЫЙ	70	12,00	1	2,9	3,7	46
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	13,00	0,1	8,3	0,1	75
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	5,00	0,3		8,4	35
Итого				110,00	24,4	21,5	66,4	562
Обед								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	17,69	1,3	0,1	9,6	46
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	25,00	7,7	11,7	13,4	194
2011	199	ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ С МАСЛОМ	180	20,00	19,1	8,2	40,2	311
2011	279	ТЕФТЕЛЯ МЯСНАЯ В СОУСЕ	120	51,00	11,4	28,2	6,5	329
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	4,00	2	0,3	12,7	61
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	360	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200	6,00	0,1		25,5	102
Итого				130,69	43,3	48,5	119,5	1097
Полдник								
2022	10	ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ	200	6,00	0,3		7	30
2011	425	БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ	100	34,53	6,8	14,3	59,6	395
Итого				40,53	7,1	14,3	66,6	425
Всего				281,22	76,7	85,1	255,1	2109

«Согласовано»
Директор МБОУ СОШ № 1
им. А.А. Курбаева
Снарская И.В.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

МЕНЮ

24 июня 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2022	12	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	30,00	1,8	8,6	7,5	115
2011	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	57,00	12,3	12,4	40,4	324
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	16,00	4,3	3,5	12,4	99
Итого				110,00	22,1	24,8	84,6	653
Обед								
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	15,69	1,7	5,1	9,9	93
2012	87	СУП РЫБНЫЙ ИЗ САЙРЫ	250	30,00	9,2	2,8	16,5	127
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	180	30,00	4	13,2	29,9	254
2011	294	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	100	39,00	14,9	22,4	13,1	314
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	388	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	9,00	0,7	0,3	17,2	86
Итого				130,69	34,2	44,1	110,9	989
Полдник								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	5,00	0,3		8,4	35
2008	2	ПЕЧЕНЬЕ	50	17,00	3,8	4,9	37,2	209
2008	3	ВАФЛИ	50	18,53	3,8	4,9	37,2	209
Итого				40,53	7,9	9,8	82,8	453
Всего				281,22	64,2	78,7	278,3	2095

«Согласовано»
Директор МБОУ СОШ № 1
им. А.А. Курбаева
Снарская И.В.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

МЕНЮ

25 июня 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ	250	55,00	9,6	10,1	45,5	312
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	15,00	3,5	4,4		55
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	7,00	2	0,3	12,7	61
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	6,00	0,3		8,4	35
2022	12	БЛИНЧИКИ С ДЖЕМОМ	60	27,00	3,5	7	19,3	153
Итого				110,00	19,6	23,8	100,5	699
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	100	24,69	0,8	0,1	2,5	14
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	16,00	10,1	9,9	17,3	197
2011	321	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	36,00	4,3	5,1	15,6	128
2011	290	ПТИЦА, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	110	38,00	12,8	15,5	1,9	202
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	9,00			9,7	39
Итого				130,69	31,7	30,9	71,3	695
Полдник								
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	5,00	0,3		8,5	35
2011	424	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	35,53	7,7	12,8	59,8	386
Итого				40,53	8	12,8	68,3	421
Всего				281,22	59,3	67,5	240,1	1815

«Согласовано»
Директор МБОУ СОШ № 1
им. А.А. Курбаева
Снарская И.В.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

МЕНЮ

26 июня 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2012	10	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	100	27,00	3	0,2	6,3	39
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	70,00	19,5	30,8	3,5	369
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2022	378	ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ	200	6,00	0,4	0,1	12,9	58
Итого				110,00	26,6	31,4	47	581
Обед								
2011	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	20,69	1,3	10,1	7,4	127
2011	103	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	28,00	7,3	7,3	20,2	176
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	26,00	9,5	7,4	43,2	277
2011	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	100	40,00	13	8,5	3,9	163
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	9,00	0,1	0,1	12,1	50
Итого				130,69	34,9	33,7	111,1	908
Полдник								
2011	360	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200	7,00	0,1		25,5	102
2011	418	СЛОЙКА С ПОВИДЛОМ	100	33,53	6,6	12	54,4	351
Итого				40,53	6,7	12	79,9	453
Всего				281,22	68,2	77,1	238	1942

«Согласовано»
 Директор МБОУ СОШ № 1
 им. А.А. Курбаева
 Снарская И.В.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

_____ //

МЕНЮ

29 июня 2026 г.

12-18 лет

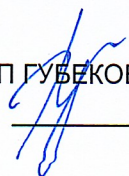
Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ	250	54,00	9,8	16,8	38,1	344
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	50	21,00	6,2	5,6	0,4	77
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	6,00	0,3		10,4	43
2026	1	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	22,00	0,4	0,4	9,5	46
Итого				110,00	20,4	23,1	82,7	625
Обед								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	17,69	1,3	0,1	11,4	52
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	30,00	7	10,4	10,8	166
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	26,00	6,9	5,7	44,1	255
2011	245	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	110	41,00	13,1	13,4	3,4	190
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	9,00			9,7	39
Итого				130,69	32	29,9	103,7	817
Полдник								
2022	378	ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ	200	6,00	0,3	0,1	12,7	56
2011	442	БУЛОЧКА К ЧАЮ	100	34,53	7,7	3,8	49,5	263
Итого				40,53	8	3,9	62,2	319
Всего				281,22	60,4	56,9	248,6	1761

«Согласовано»
Директор МБОУ СОШ № 1
им. А.А. Сербасова
Снарская И.В.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.


//

МЕНЮ

30 июня 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	200	73,00	15,9	11,6	10,7	215
2011	326	СОУС МОЛОЧНЫЙ	70	12,00	1	2,9	3,7	46
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	13,00	0,1	8,3	0,1	75
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	5,00	0,3		8,4	35
Итого				110,00	24,4	21,5	66,4	562
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ { ОГУРЦЫ }	100	28,69	0,8	0,1	2,5	14
2011	86	СВЕКОЛЬНИК	250	20,00	6,6	12,5	12,7	189
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	250	65,00	17,9	13,7	27,7	407
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	10,00	0,1	0,1	26,4	108
Итого				130,69	29,1	26,7	93,6	833
Полдник								
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	6,00	0,3		15,3	62
2011	425	БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ	100	34,53	6,8	14,3	59,6	395
Итого				40,53	7,1	14,3	74,9	457
Всего				281,22	65,5	72,2	268,7	2052

«Согласовано»
 Директор МБОУ СОШ № 1
 им. А.А. Курбаева
 Снарская И.В.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.
 //

МЕНЮ

1 июля 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ	250	56,00	9,8	16,8	38,1	344
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	15,00	3,4	4,4		53
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	4,00	2	0,3	12,7	61
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	6,00	0,3		10,4	43
2026	1	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	22,00	0,4	0,4	9,5	46
Итого				110,00	19,7	30,5	95,1	737
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	100	18,69	1,1	0,2	3,8	24
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	23,00	6,9	7,3	20,4	175
2011	321	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	36,00	4,3	5,1	15,6	128
2011	294	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	100	39,00	14,9	22,4	13,1	314
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	360	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200	7,00	0,1		25,5	102
Итого				130,69	30,7	43,4	117	984
Полдник								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	5,00	0,3		10,3	42
2008	2	ВАФЛИ	50	17,00	3,8	4,9	37,2	209
2008	3	ПЕЧЕНЬЕ	50	18,53	3,8	4,9	37,2	209
Итого				40,53	7,9	9,8	84,7	460
Всего				281,22	58,3	83,7	296,8	2181

«Согласовано»

Директор МБОУ СОШ № 1

им. А.А. Курбаева

Снарская И.В.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

МЕНЮ

2 июля 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2012	10	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	100	27,00	3	0,2	6,3	39
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	70,00	19,5	30,8	3,5	369
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2022	378	ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ	200	6,00	0,4	0,1	12,9	58
Итого				110,00	26,6	31,4	47	581
Обед								
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	15,69	1,7	5,1	9,9	93
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	16,00	10,1	9,9	17,3	197
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	26,00	8	6	36,1	231
2011	260	ГУЛЯШ	105	51,00	11,6	30,4	3,1	333
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2008	396	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И СЛИВ	200	15,00	0,6	0,2	36,4	152
Итого				130,69	35,7	51,9	127,1	1121
Полдник								
2011	385	МОЛОКО	200	20,00	5,6	4,9	9,3	105
2011	424	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	20,53	7,7	12,8	59,8	386
Итого				40,53	13,3	17,7	69,1	491
Всего				281,22	75,2	101	242,4	2188

«Согласовано»
Директор МБОУ СОШ № 1
им. А.А. Курбаева
Снарская И.В.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

МЕНЮ

3 июля 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2022	12	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	30,00	1,8	8,6	7,5	115
2011	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	57,00	12,3	12,4	40,4	324
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	16,00	4,3	3,5	12,4	99
Итого				110,00	22,1	24,8	84,6	653
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ{ ОГУРЦЫ }	100	19,69	0,8	0,1	1,6	13
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	16,00	6,3	11,5	9,1	165
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	180	32,00	4	13,2	29,9	254
2012	244	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ	115	47,00	6,9	1,6	3,5	57
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	9,00			9,7	39
Итого				130,69	22	19	93,4	636
Полдник								
2011	418	СЛОЙКА С ПОВИДЛОМ	100	35,53	6,6	12,2	54,4	353
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	5,00	0,3		10,3	42
Итого				40,53	6,9	12	64,7	393
Всего				281,22	50,5	55,3	254,6	1723

«Согласовано»

Директор МБОУ СОШ № 1

им. А.А. Курбанова

Снарская И.В.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

[Signature] //

МЕНЮ

6 июля 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2011	303.1	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ	250	56,00	10,5	10,6	52,1	347
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	15,00	3,5	4,4		55
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	4,00	2	0,3	12,7	61
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	6,00	0,3		10,4	43
2026	1	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	22,00	0,4	0,4	9,5	46
Итого				110,00	20,5	24,3	109,1	742
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	100	23,69	0,8	0,1	2,5	14
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	30,00	7	10,4	10,8	166
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	20,00	4,3	5,5	45,2	247
2011	245	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	110	41,00	13,1	13,4	3,4	190
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	9,00			9,7	39
Итого				130,69	28,9	29,7	95,9	771
Полдник								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	5,00	0,3		8,4	35
2011	442	БУЛОЧКА К ЧАЮ	100	35,53	7,7	3,8	49,5	263
Итого				40,53	8	3,8	57,9	298
Всего				281,22	57,4	57,8	262,9	1811

«Согласовано»

Директор МБОУ СОШ № 1
им. А.А. Курбаева
Снарская И.В.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

МЕНЮ

7 июля 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	200	73,00	15,9	11,6	10,7	215
2011	326	СОУС МОЛОЧНЫЙ	70	12,00	1	2,9	3,7	46
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	13,00	0,1	8,3	0,1	75
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	5,00	0,3		8,4	35
Итого				110,00	24,4	21,5	66,4	562
Обед								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	17,69	1,3	0,1	9,6	46
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	25,00	7,7	11,7	13,4	194
2011	199	ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ С МАСЛОМ	180	20,00	19,1	8,2	40,2	311
2011	279	ТЕФТЕЛЯ МЯСНАЯ В СОУСЕ	120	51,00	11,4	28,2	6,5	329
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	4,00	2	0,3	12,7	61
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	360	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200	6,00	0,1		25,5	102
Итого				130,69	43,3	48,5	119,5	1097
Полдник								
2022	10	ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ	200	6,00	0,3		7	30
2011	425	БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ	100	34,53	6,8	14,3	59,6	395
Итого				40,53	7,1	14,3	66,6	425
Всего				281,22	76,7	85,1	255,1	2109

«Согласовано»
Директор МБОУ СОШ № 1
им. А.А. Курбаева
Снарская И.В.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

[Signature]
//

МЕНЮ

8 июля 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2022	12	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	30,00	1,8	8,6	7,5	115
2011	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	57,00	12,3	12,4	40,4	324
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	16,00	4,3	3,5	12,4	99
Итого				110,00	22,1	24,8	84,6	653
Обед								
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	15,69	1,7	5,1	9,9	93
2012	87	СУП РЫБНЫЙ ИЗ САЙРЫ	250	30,00	9,2	2,8	16,5	127
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	180	30,00	4	13,2	29,9	254
2011	294	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	100	39,00	14,9	22,4	13,1	314
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	388	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	9,00	0,7	0,3	17,2	86
Итого				130,69	34,2	44,1	110,9	989
Полдник								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	5,00	0,3		8,4	35
2008	2	ПЕЧЕНЬЕ	50	17,00	3,8	4,9	37,2	209
2008	3	ВАФЛИ	50	18,53	3,8	4,9	37,2	209
Итого				40,53	7,9	9,8	82,8	453
Всего				281,22	64,2	78,7	278,3	2095

«Согласовано»
 Директор МБОУ СОШ № 1
 им. А.А. Курбаева
 Снарская И.В. Для



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

МЕНЮ

10 июля 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2012	10	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	100	27,00	3	0,2	6,3	39
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	70,00	19,5	30,8	3,5	369
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2022	378	ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ	200	6,00	0,4	0,1	12,9	58
Итого				110,00	26,6	31,4	47	581
Обед								
2011	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	20,69	1,3	10,1	7,4	127
2011	103	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	28,00	7,3	7,3	20,2	176
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	26,00	9,5	7,4	43,2	277
2011	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	100	40,00	13	8,5	3,9	163
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	9,00	0,1	0,1	12,1	50
Итого				130,69	34,9	33,7	111,1	908
Полдник								
2011	360	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200	7,00	0,1		25,5	102
2011	418	СЛОЙКА С ПОВИДЛОМ	100	33,53	6,6	12	54,4	351
Итого				40,53	6,7	12	79,9	453
Всего				281,22	68,2	77,1	238	1942

«Согласовано»
Директор МБОУ СОШ № 1
им. А.А. Курбаева
Снарская И.В.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

МЕНЮ

13 июля 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ	250	54,00	9,8	16,8	38,1	344
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	50	21,00	6,2	5,6	0,4	77
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	6,00	0,3		10,4	43
2026	1	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	22,00	0,4	0,4	9,5	46
Итого				110,00	20,4	23,1	82,7	625
Обед								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	17,69	1,3	0,1	11,4	52
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	30,00	7	10,4	10,8	166
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	26,00	6,9	5,7	44,1	255
2011	245	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	110	41,00	13,1	13,4	3,4	190
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	9,00			9,7	39
Итого				130,69	32	29,9	103,7	817
Полдник								
2022	378	ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ	200	6,00	0,3	0,1	12,7	56
2011	442	БУЛОЧКА К ЧАЮ	100	34,53	7,7	3,8	49,5	263
Итого				40,53	8	3,9	62,2	319
Всего				281,22	60,4	56,9	248,6	1761

«Согласовано»
Директор МБОУ СОШ № 1
им. А.А. Курбаева
Снарская И.В.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

МЕНЮ

14 июля 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	200	73,00	15,9	11,6	10,7	215
2011	326	СОУС МОЛОЧНЫЙ	70	12,00	1	2,9	3,7	46
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	13,00	0,1	8,3	0,1	75
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	5,00	0,3		8,4	35
Итого				110,00	24,4	21,5	66,4	562
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ { ОГУРЦЫ }	100	28,69	0,8	0,1	2,5	14
2011	86	СВЕКОЛЬНИК	250	20,00	6,6	12,5	12,7	189
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	250	65,00	17,9	13,7	27,7	407
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	10,00	0,1	0,1	26,4	108
Итого				130,69	29,1	26,7	93,6	833
Полдник								
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	6,00	0,3		15,3	62
2011	425	БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ	100	34,53	6,8	14,3	59,6	395
Итого				40,53	7,1	14,3	74,9	457
Всего				281,22	65,5	72,2	268,7	2052

«Согласовано»
Директор МБОУ СОШ № 1
им. А.А. Гурбаева
Снарская И.В.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

[Signature] //

МЕНЮ

15 июля 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ	250	56,00	9,8	16,8	38,1	344
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	15,00	3,4	4,4		53
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	4,00	2	0,3	12,7	61
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	6,00	0,3		10,4	43
2026	1	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	22,00	0,4	0,4	9,5	46
Итого				110,00	19,7	30,5	95,1	737
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	100	18,69	1,1	0,2	3,8	24
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	23,00	6,9	7,3	20,4	175
2011	321	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	36,00	4,3	5,1	15,6	128
2011	294	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	100	39,00	14,9	22,4	13,1	314
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	360	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200	7,00	0,1		25,5	102
Итого				130,69	30,7	43,4	117	984
Полдник								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	5,00	0,3		10,3	42
2008	2	ВАФЛИ	50	17,00	3,8	4,9	37,2	209
2008	3	ПЕЧЕНЬЕ	50	18,53	3,8	4,9	37,2	209
Итого				40,53	7,9	9,8	84,7	460
Всего				281,22	58,3	83,7	296,8	2181

«Согласовано»
 Директор МБОУ СОШ № 1
 им. А.А. Курбаева
 Снарская И.В.



Утверждаю
 ИП ГУБЕКОВА И.Ш.
 //

МЕНЮ

16 июля 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2012	10	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	100	27,00	3	0,2	6,3	39
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	70,00	19,5	30,8	3,5	369
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2022	378	ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ	200	6,00	0,4	0,1	12,9	58
Итого				110,00	26,6	31,4	47	581
Обед								
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	15,69	1,7	5,1	9,9	93
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	16,00	10,1	9,9	17,3	197
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	26,00	8	6	36,1	231
2011	260	ГУЛЯШ	105	51,00	11,6	30,4	3,1	333
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2008	396	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И СЛИВ	200	15,00	0,6	0,2	36,4	152
Итого				130,69	35,7	51,9	127,1	1121
Полдник								
2011	385	МОЛОКО	200	20,00	5,6	4,9	9,3	105
2011	424	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	20,53	7,7	12,8	59,8	386
Итого				40,53	13,3	17,7	69,1	491
Всего				281,22	75,2	101	242,4	2188

«Согласовано»

Директор МБОУ СОШ № 1

им. А.А. Курбаева

Снарская И.В.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

[Handwritten signature]

МЕНЮ 17 июля 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2022	12	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	30,00	1,8	8,6	7,5	115
2011	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	57,00	12,3	12,4	40,4	324
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	16,00	4,3	3,5	12,4	99
Итого				110,00	22,1	24,8	84,6	653
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ{ ОГУРЦЫ }	100	19,69	0,8	0,1	1,6	13
2011	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	16,00	6,3	11,5	9,1	165
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	180	32,00	4	13,2	29,9	254
2012	244	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ	115	47,00	6,9	1,6	3,5	57
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	9,00			9,7	39
Итого				130,69	22	19	93,4	636
Полдник								
2011	418	СЛОЙКА С ПОВИДЛОМ	100	35,53	6,6	12,2	54,4	353
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	5,00	0,3		10,3	42
Итого				40,53	6,9	12	64,7	393
Всего				281,22	50,5	55,3	254,6	1723

«Согласовано»
Директор МБОУ СОШ № 1
им. А.А. Курбаева
Снарская И.В.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

МЕНЮ

20 июля 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2011	303.1	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ	250	56,00	10,5	10,6	52,1	347
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	15,00	3,5	4,4		55
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	4,00	2	0,3	12,7	61
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	6,00	0,3		10,4	43
2026	1	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	22,00	0,4	0,4	9,5	46
Итого				110,00	20,5	24,3	109,1	742
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	100	23,69	0,8	0,1	2,5	14
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	30,00	7	10,4	10,8	166
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	20,00	4,3	5,5	45,2	247
2011	245	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	110	41,00	13,1	13,4	3,4	190
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	9,00			9,7	39
Итого				130,69	28,9	29,7	95,9	771
Полдник								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	5,00	0,3		8,4	35
2011	442	БУЛОЧКА К ЧАЮ	100	35,53	7,7	3,8	49,5	263
Итого				40,53	8	3,8	57,9	298
Всего				281,22	57,4	57,8	262,9	1811

«Согласовано»
Директор МБОУ СОШ № 1
им. А.А. Курсаева
Снарская И.В.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

_____ //

МЕНЮ

21 июля 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	200	73,00	15,9	11,6	10,7	215
2011	326	СОУС МОЛОЧНЫЙ	70	12,00	1	2,9	3,7	46
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	13,00	0,1	8,3	0,1	75
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	5,00	0,3		8,4	35
Итого				110,00	24,4	21,5	66,4	562
Обед								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	17,69	1,3	0,1	9,6	46
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	25,00	7,7	11,7	13,4	194
2011	199	ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ С МАСЛОМ	180	20,00	19,1	8,2	40,2	311
2011	279	ТЕФТЕЛЯ МЯСНАЯ В СОУСЕ	120	51,00	11,4	28,2	6,5	329
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	4,00	2	0,3	12,7	61
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	360	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200	6,00	0,1		25,5	102
Итого				130,69	43,3	48,5	119,5	1097
Полдник								
2022	10	ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ	200	6,00	0,3		7	30
2011	425	БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ	100	34,53	6,8	14,3	59,6	395
Итого				40,53	7,1	14,3	66,6	425
Всего				281,22	76,7	85,1	255,1	2109

«Согласовано»
 Директор МБОУ СОШ № 1
 им. А.А. Кирбаева
 Снарская И.В.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

[Handwritten signature]

МЕНЮ

22 июля 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2022	12	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	30,00	1,8	8,6	7,5	115
2011	204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	57,00	12,3	12,4	40,4	324
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	16,00	4,3	3,5	12,4	99
Итого				110,00	22,1	24,8	84,6	653
Обед								
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	15,69	1,7	5,1	9,9	93
2012	87	СУП РЫБНЫЙ ИЗ САЙРЫ	250	30,00	9,2	2,8	16,5	127
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	180	30,00	4	13,2	29,9	254
2011	294	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	100	39,00	14,9	22,4	13,1	314
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	388	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	9,00	0,7	0,3	17,2	86
Итого				130,69	34,2	44,1	110,9	989
Полдник								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	5,00	0,3		8,4	35
2008	2	ПЕЧЕНЬЕ	50	17,00	3,8	4,9	37,2	209
2008	3	ВАФЛИ	50	18,53	3,8	4,9	37,2	209
Итого				40,53	7,9	9,8	82,8	453
Всего				281,22	64,2	78,7	278,3	2095

«Согласовано»

Директор МБОУ СОШ № 1
им. А.А. Курбаева
Снарская И.В.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

[Handwritten signature] //

МЕНЮ

23 июля 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ	250	55,00	9,6	10,1	45,5	312
2011	15	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	15,00	3,5	4,4		55
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	7,00	2	0,3	12,7	61
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	6,00	0,3		8,4	35
2022	12	БЛИНЧИКИ С ДЖЕМОМ	60	27,00	3,5	7	19,3	153
Итого				110,00	19,6	23,8	100,5	699
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	100	24,69	0,8	0,1	2,5	14
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	16,00	10,1	9,9	17,3	197
2011	321	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	36,00	4,3	5,1	15,6	128
2011	290	ПТИЦА, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	110	38,00	12,8	15,5	1,9	202
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	9,00			9,7	39
Итого				130,69	31,7	30,9	71,3	695
Полдник								
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	5,00	0,3		8,5	35
2011	424	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	35,53	7,7	12,8	59,8	386
Итого				40,53	8	12,8	68,3	421
Всего				281,22	59,3	67,5	240,1	1815

«Согласовано»
 Директор МБОУ СОШ № 1
 им. А.А. Курбаева
 Снарская И.В.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

МЕНЮ

24 июля 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2012	10	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	100	27,00	3	0,2	6,3	39
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	70,00	19,5	30,8	3,5	369
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2022	378	ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ	200	6,00	0,4	0,1	12,9	58
Итого				110,00	26,6	31,4	47	581
Обед								
2011	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	20,69	1,3	10,1	7,4	127
2011	103	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	28,00	7,3	7,3	20,2	176
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	26,00	9,5	7,4	43,2	277
2011	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	100	40,00	13	8,5	3,9	163
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	9,00	0,1	0,1	12,1	50
Итого				130,69	34,9	33,7	111,1	908
Полдник								
2011	360	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200	7,00	0,1		25,5	102
2011	418	СЛОЙКА С ПОВИДЛОМ	100	33,53	6,6	12	54,4	351
Итого				40,53	6,7	12	79,9	453
Всего				281,22	68,2	77,1	238	1942

«Согласовано»
 Директор МБОУ СОШ № 1
 им. А.А. Зурбаева
 Снарская И.В.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

[Handwritten signature] //

МЕНЮ

27 июля 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ	250	54,00	9,8	16,8	38,1	344
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	50	21,00	6,2	5,6	0,4	77
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	6,00	0,3		10,4	43
2026	1	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	22,00	0,4	0,4	9,5	46
Итого				110,00	20,4	23,1	82,7	625
Обед								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	17,69	1,3	0,1	11,4	52
2011	99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250	30,00	7	10,4	10,8	166
2011	203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	26,00	6,9	5,7	44,1	255
2011	245	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	110	41,00	13,1	13,4	3,4	190
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	9,00			9,7	39
Итого				130,69	32	29,9	103,7	817
Полдник								
2022	378	ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ	200	6,00	0,3	0,1	12,7	56
2011	442	БУЛОЧКА К ЧАЮ	100	34,53	7,7	3,8	49,5	263
Итого				40,53	8	3,9	62,2	319
Всего				281,22	60,4	56,9	248,6	1761

«Согласовано»
Директор МБОУ СОШ №1
им. А.А. Курбаева
Снарская И.В.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

[Handwritten signature]
//

МЕНЮ

28 июля 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	200	73,00	15,9	11,6	10,7	215
2011	326	СОУС МОЛОЧНЫЙ	70	12,00	1	2,9	3,7	46
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	13,00	0,1	8,3	0,1	75
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	5,00	0,3		8,4	35
Итого				110,00	24,4	21,5	66,4	562
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ { ОГУРЦЫ }	100	28,69	0,8	0,1	2,5	14
2011	86	СВЕКОЛЬНИК	250	20,00	6,6	12,5	12,7	189
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	250	65,00	17,9	13,7	27,7	407
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	10,00	0,1	0,1	26,4	108
Итого				130,69	29,1	26,7	93,6	833
Полдник								
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	6,00	0,3		15,3	62
2011	425	БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ	100	34,53	6,8	14,3	59,6	395
Итого				40,53	7,1	14,3	74,9	457
Всего				281,22	65,5	72,2	268,7	2052

«Согласовано»
Директор МБОУ СОШ №1
им. А.А. Курбаева
Снарская И.В.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

МЕНЮ

29 июля 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ	250	56,00	9,8	16,8	38,1	344
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	15,00	3,4	4,4		53
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2008	9	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	4,00	2	0,3	12,7	61
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	6,00	0,3		10,4	43
2026	1	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	22,00	0,4	0,4	9,5	46
Итого				110,00	19,7	30,5	95,1	737
Обед								
2011	71	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	100	18,69	1,1	0,2	3,8	24
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	23,00	6,9	7,3	20,4	175
2011	321	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	36,00	4,3	5,1	15,6	128
2011	294	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	100	39,00	14,9	22,4	13,1	314
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2011	360	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200	7,00	0,1		25,5	102
Итого				130,69	30,7	43,4	117	984
Полдник								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	5,00	0,3		10,3	42
2008	2	ВАФЛИ	50	17,00	3,8	4,9	37,2	209
2008	3	ПЕЧЕНЬЕ	50	18,53	3,8	4,9	37,2	209
Итого				40,53	7,9	9,8	84,7	460
Всего				281,22	58,3	83,7	296,8	2181

«Согласовано»
Директор МБОУ СОШ № 1
им. А.А. Курбаева
Снарская И.В.



Утверждаю

ИП ГУБЕКОВА И.Ш.

МЕНЮ

30 июля 2026 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2012	10	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	100	27,00	3	0,2	6,3	39
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	70,00	19,5	30,8	3,5	369
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2022	378	ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ	200	6,00	0,4	0,1	12,9	58
Итого				110,00	26,6	31,4	47	581
Обед								
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	15,69	1,7	5,1	9,9	93
2011	102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	16,00	10,1	9,9	17,3	197
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	26,00	8	6	36,1	231
2011	260	ГУЛЯШ	105	51,00	11,6	30,4	3,1	333
2022	8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	7,00	3,7	0,3	24,3	115
2008	396	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И СЛИВ	200	15,00	0,6	0,2	36,4	152
Итого				130,69	35,7	51,9	127,1	1121
Полдник								
2011	385	МОЛОКО	200	20,00	5,6	4,9	9,3	105
2011	424	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	20,53	7,7	12,8	59,8	386
Итого				40,53	13,3	17,7	69,1	491
Всего				281,22	75,2	101	242,4	2188