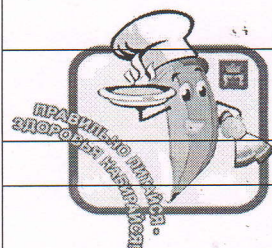


«СОГЛАСОВЫВАЮ» Директор <u>МБОУ СОШ № 3 пос. Ядковское</u> <u>В.А. Бердачев</u>	«УТВЕРЖДАЮ» Генеральный директор <u>Османова Л.А.</u>
---	---

	Меню (бдень)
на 21 сентября 2026 года. Меню обедов для обучающихся 1-4-х классов, в том числе детей находящихся в трудной жизненной ситуации, для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей посещающих группу продлённого дня	

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
52	Салат из свеклы с растительным маслом	60	0,98	2,50	5,40	47,93
102	Суп с бобовыми (горох) на кур. бульоне	200	5,49	5,27	16,54	148,29
294	Котлета рубленая из мяса птицы с красным соусом № 331 (50/40)	90	9,8	10,7	11,34	179,8
309	Макароны отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,30	42,50	132,12
б/н	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76
б/н	Хлеб ржаной	20	0,9	0,3	5,2	28
	Соль йодированная	1				
ИТОГО:		720	25,31	23,79	117,09	751,35

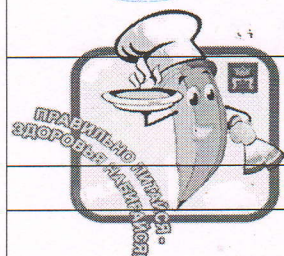
Меню обедов для обучающихся 5-11-х классов, в том числе детей находящихся в трудной жизненной ситуации, для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей, посещающих группу продлённого дня, являющихся членами семей отдельных категорий граждан Российской Федерации, принимающих (принимавших) участие в специальной военной операции

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
52	Салат из свеклы с растительным маслом	100	1,4	6,1	8,3	92,8
102	Суп с бобовыми (горох) на кур. бульоне	250	6,86	6,58	20,7	185,4
294	Котлета рубленая из мяса птицы с красным соусом № 331 (50/50)	100	10,20	11,90	12,60	199,80
309	Макароны отварные	180	6,6	5,4	31,74	202,14
349	Компот из сухофруктов	200	1,2	0,3	47,2	146,8
б/н	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76
б/н	Хлеб ржаной	20	0,9	0,3	5,2	28
	Соль йодированная	1				
ИТОГО:		870	28,74	30,78	135,4	901,7

Стоимость питания: обед 1-4 кл. – 105,00руб (ТЖС)–105,00 руб., обед 5-11 кл 105,00 руб, ТЖС 105,00 руб., ОВЗ –105,00 руб, ГПД – 105,00 руб., СВО – 105,00руб

Основание: Контракт (договор) – г. Конаково
Заведующий производством (Шеф повар) _____

«СОГЛАСОВЫВАЮ» Директор <u>МБОУ СОШ №3 г. Конаково</u> <u>В. А. Бордачев</u>	«УТВЕРЖДАЮ» Генеральный директор <u>Османова Л.А.</u>
---	--



Меню (7 день)

на 22 сентября 2026 года.

Меню

обедов для обучающихся 1-4-х классов, в том числе детей находящихся в трудной жизненной ситуации, для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей посещающих группу продлённого дня

№ рецеп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
42дет.	Салат из моркови с раст. маслом	60	0,70	0,06	6,90	49,02
82	Борщ с картофелем и капустой на курином бульоне	200	2,08	4,1	8,7	111
278,1	Тефтели из мяса птицы с соусом (50/40)	90	14,1	13,6	13,2	231,66
302	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,6	6,09	38,64	243,8
342	Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,10	103,14
б/н	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76
б/н	Хлеб ржаной	20	0,9	0,3	5,2	28
	Соль йодированная	1				
ИТОГО:		720	28,1	24,49	107,4	813,38

Меню обедов для обучающихся 5-11-х классов, в том числе детей находящихся в трудной жизненной ситуации, для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей, посещающих группу продлённого дня, являющихся членами семей отдельных категорий граждан Российской Федерации, принимающих (принимавших) участие в специальной военной операции

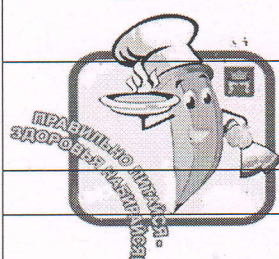
№ рецеп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
42дет.	Салат из моркови с раст. маслом	100	1,20	0,06	11,50	81,70
82	Борщ с картофелем и капустой на курином бульоне	250	2,6	5,12	10,93	138,75
278,1	Тефтели из мяса птицы с соусом (50/50)	100	15,7	15,1	14,7	257,4
302	Каша рассыпчатая гречневая	180	10,32	7,3	46,4	292,56
342	Компот из свежих яблок	200	0,15	0,15	27,9	114,6
б/н	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76
б/н	Хлеб ржаной	20	0,9	0,3	5,2	28
	Соль йодированная	1				
ИТОГО:		870	32,45	28,23	126,29	959,77

Стоимость питания: обед 1-4 кл. – 105,00руб (ТЖС)–105,00 руб., обед 5-11 кл 105,00 руб, ТЖС 105,00 руб., ОВЗ –105,00 руб, ГПД – 105,00 руб., СВО – 105,00руб

Основание: Контракт (договор) – г. Конаково

Заведующий производством (Шеф повар) _____

«СОГЛАСОВЫВАЮ» Директор <u>Ильин В.А.</u>	«УТВЕРЖДАЮ» Генеральный директор <u>Османова Л.А.</u>	
--	--	--



Меню (8день)

на 23 сентября 2026 года.

Меню

обедов для обучающихся 1-4-х классов, в том числе детей находящихся в трудной жизненной ситуации, для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей посещающих группу продлённого дня

№ рецеп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
45/47	Салат из свежей капусты или квашеной	60	0,07	1,90	3,90	36,24
99	Суп овощной на мясном бульоне	200	1,27	3,99	7,3	76,2
259	Жаркое по-домашнему с мясом свинины	240	16,86	40,44	22,68	525,24
349	Компот из сухофруктов	200	1,04	0,30	42,50	132,12
б/н	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76
б/н	Хлеб ржаной	20	0,9	0,3	5,2	28
	Соль йодированная	1				
ИТОГО:		740	21,72	47,13	91,24	844,56

Меню обедов для обучающихся 5-11-х классов, в том числе детей находящихся в трудной жизненной ситуации, для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей, посещающих группу продлённого дня, являющихся членами семей отдельных категорий граждан Российской Федерации, принимающих (принимавших) участие в специальной военной операции

№ рецеп.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
45/47	Салат из свежей капусты или квашеной	100	0,10	3,10	6,50	60,40
99	Суп овощной на мясном бульоне	250	1,6	4,99	9,1	95,25
259	Жаркое по-домашнему с мясом свинины	280	19,67	47,18	26,46	612,78
349	Компот из сухофруктов	200	1,2	0,3	47,2	146,8
б/н	Хлеб пшеничный	30	2,25	0,84	15,51	70,14
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль йодированная	1				
ИТОГО:		890	26,22	56,88	112,57	1027,37

Стоимость питания: обед 1-4 кл. – 105,00руб (ТЖС)–105,00 руб., обед 5-11 кл 105,00 руб, ТЖС 105,00 руб., ОВЗ –105,00 руб, ГПД – 105,00 руб., СВО – 105,00руб

Основание: Контракт (договор) – г. Конаково

Заведующий производством (Шеф повар) _____

«СОГЛАСОВЫВАЮ» Директор <u>Ильин В.А.</u> <u>В.А. Бердаев</u>	«ТВЕРЖДАЮ» Генеральный директор <u>Османова Л.А.</u>	
--	---	--

	Меню (9 день) на 24 сентября 2026 года. Меню обедов для обучающихся 1-4-х классов, в том числе детей находящихся в трудной жизненной ситуации, для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей посещающих группу продлённого дня
--	--

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
67	Винегрет овощной с маслом растительным	60	0,84	6,02	4,4	75,06
96	Рассольник по-Ленинградски на кур.бульоне	200	2,3	4,2	9,6	113,8
291	Плов из мяса птицы	240	20,28	12,6	42,84	366,36
342	Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,10	103,14
б/н	Хлеб пшеничный	30	2,25	0,84	15,51	70,14
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль иодированная	1				
ИТОГО		740	27,21	24,27	105,25	770,5

Меню обедов для обучающихся 5-11-х классов, в том числе детей находящихся в трудной жизненной ситуации, для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей, посещающих группу продлённого дня, являющихся членами семей отдельных категорий граждан Российской Федерации, принимающих (принимавших) участие в специальной военной операции

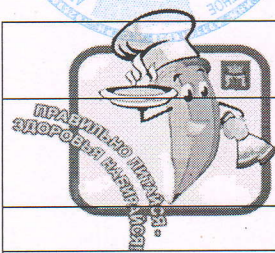
№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
67	Винегрет овощной с маслом растительным	100	1,4	10	7,3	125,1
96	Рассольник по-Ленинградски на кур.бульоне	250	2,82	5,29	11,98	142,25
291	Плов из мяса птицы	280	23,66	14,7	49,98	427,42
342	Компот из свежих яблок	200	0,15	0,15	27,9	114,6
б/н	Хлеб пшеничный	30	2,25	0,84	15,51	70,14
б/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42
	Соль иодированная	1				
ИТОГО		890	31,68	31,45	120,47	921,51

Стоимость питания: обед 1-4 кл. – 105,00руб (ТЖС)–105,00 руб., обед 5-11 кл 105,00 руб, ТЖС 105,00 руб., ОВЗ –105,00 руб, ГПД – 105,00 руб., СВО – 105,00руб

Основание: Контракт (договор) – г. Конаково

Заведующий производством (Шеф повар) _____

«СОГЛАСОВЫВАЮ» Директор <u>МБОУ СОШ №3 пос. Родники</u> <u>В.А. Бердачев</u>	«УТВЕРЖДАЮ» Генеральный директор <u>Османова Л.А.</u>
--	---



Меню (10 день)

на 25 сентября 2026 года.

Меню

обедов для обучающихся 1-4-х классов, в том числе детей находящихся в трудной жизненной ситуации, для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей посещающих группу продлённого дня

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
45/47	Салат из свежей капусты или квашеной	60	0,07	1,90	3,90	36,24
88	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200	2,1	4,12	6,32	99,8
278,1	Тефтели из мяса птицы с соусом (50/40)	90	14,1	13,6	13,2	231,66
312	Картофельное пюре	150	3,1	4,8	20,4	137,3
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,30	42,50	132,12
б/н	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76
б/н	Хлеб ржаной	20	0,9	0,3	5,2	28
	Соль иодированная	1				
ИТОГО:		720	22,86	25,22	101,22	711,83

Меню обедов для обучающихся 5-11-х классов, в том числе детей находящихся в трудной жизненной ситуации, для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей, посещающих группу продлённого дня, являющихся членами семей отдельных категорий граждан Российской Федерации, принимающих (принимавших) участие в специальной военной операции

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
45/47	Салат из свежей капусты или квашеной	100	0,10	3,10	6,50	60,40
88	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	250	2,57	5,15	7,9	124,75
278,1	Тефтели из мяса птицы с соусом (50/50)	100	15,7	15,1	14,7	257,4
312	Картофельное пюре	180	3,7	5,8	24,5	164,8
349	Компот из сухофруктов	200	1,2	0,3	47,2	146,8
б/н	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	46,76
б/н	Хлеб ржаной	20	0,9	0,3	5,2	28
	Соль иодированная	1				
ИТОГО:		870	25,75	29,95	115,66	828,91

Стоимость питания: обед 1-4 кл. – 105,00руб (ТЖС)–105,00 руб., обед 5-11 кл 105,00 руб, ТЖС 105,00 руб., ОВЗ –105,00 руб, ГПД – 105,00 руб., СВО – 105,00руб

Основание: Контракт (договор) – г. Конаково

Заведующий производством (Шеф повар) _____