

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

ГБОУ СОШ Южный (Дети мобилизованных родителей 1-4 класс)



МЕНЮ

на 01.12.2025

| Наименование блюда                  | Цена   | Выход    | Ккал  |
|-------------------------------------|--------|----------|-------|
| <b>Завтрак</b>                      |        |          |       |
| №3 Бутерброд с сыром*.*             |        | 60       | 101   |
| №173 Каша вязкая молочная пшенная,, |        | 200/5    | 283   |
| №382 Какао с молоком..              |        | 200      | 85    |
| №ПР Хлеб пшеничный                  |        | 40       | 118   |
| Итого:                              | 78,68  | 505      | 588   |
| <b>Обед</b>                         |        |          |       |
| №ПР Икра кабачковая..               |        | 60       | 80    |
| №388/625 Уха рыбацкая               |        | 15/200/1 | 191   |
| №291 Плов из птицы*                 |        | 200      | 271   |
| №349 Компот из смеси сухофруктов*   |        | 200      | 133   |
| №ПР Хлеб пшеничный                  |        | 30       | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный            |        | 30       | 67    |
| Итого:                              | 110,17 | 736      | 823   |
| Всего:                              | 188,86 | 1 241    | 1 410 |

Для всего меню

| В граммах |       |          | Витамины в миллиграммах |             |              |
|-----------|-------|----------|-------------------------|-------------|--------------|
| Белки     | Жиры  | Углеводы | вита - 350,15           | витВ1 - 0,6 | витВ2 - 1,04 |
| 45,05     | 47,38 | 201      | витС - 14,19            | витЕ - 0,55 | витD - 0,84  |

Минеральные вещества в миллиграммах

|               |              |             |            |
|---------------|--------------|-------------|------------|
| Na - 2 453,89 | K - 1 106,77 | Ca - 563,59 | Mg - 179,8 |
| P - 738,61    | Fe - 7,23    | I - 211,65  | Se - 36,23 |

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А.)

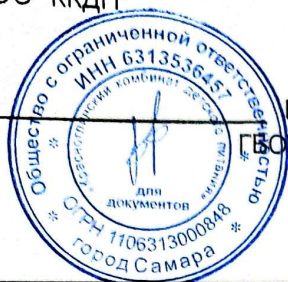
Калькулятор

Пряникова Екатерина Александровна

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

ГБОУ СОШ Южный (Дети мобилизованных родителей 1-4 класс)



МЕНЮ

на 02.12.2025

| Наименование блюда                              | Цена   | Выход    | Ккал  |
|-------------------------------------------------|--------|----------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                  |        |          |       |
| № Печенье**                                     |        | 60       | 189   |
| №290/АКТ Птица тушеная в томатном соусе         |        | 100      | 101   |
| №302/171 Каша гречневая рассыпчатая,            |        | 150      | 111   |
| №376 Чай с сахаром                              |        | 200      | 106   |
| №ПР Хлеб пшеничный                              |        | 30       | 81    |
| Итого:                                          | 78,68  | 540      | 588   |
| <b>Обед</b>                                     |        |          |       |
| №67 Винегрет овощной .                          |        | 60       | 75    |
| №116/АКТ Томатный суп харчо с курицей и зеленью |        | 15/200/1 | 143   |
| №268/АКТ Биточки из мяса с соусом,              |        | 100      | 165   |
| №202/309 Макароны изделия отварные с м/р*       |        | 150      | 168   |
| №342 Компот из свежих яблок                     |        | 200      | 115   |
| №ПР Хлеб пшеничный                              |        | 30       | 81    |
| №ПР Хлеб ржаное пшеничный                       |        | 30       | 67    |
| Итого:                                          | 110,17 | 786      | 813   |
| Всего:                                          | 188,86 | 1 326    | 1 401 |

Для всего меню

| В граммах |       |          | Витамины в миллиграммах |              |             |
|-----------|-------|----------|-------------------------|--------------|-------------|
| Белки     | Жиры  | Углеводы | вита А - 265,05         | витВ1 - 0,77 | витВ2 - 0,7 |
| 46,13     | 45,81 | 185,7    | витС - 8,09             | витЕ - 0,36  | витD - 0,51 |

Минеральные вещества в миллиграммах

|               |            |             |             |
|---------------|------------|-------------|-------------|
| Na - 2 418,47 | K - 823,68 | Ca - 137,72 | Mg - 199,11 |
| P - 577,35    | Fe - 11,41 | I - 237,46  | Se - 23,67  |

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А.)

Калькулятор

\_\_\_\_\_ Пряникова Екатерина Александровна

"УТВЕРЖДАЮ"  
Директор  
ООО "ККДП"



Воробьев П.В.  
ТБОУ СОШ Южный (Дети мобилизованных родителей, 4 класс)

### М Е Н Ю

на 03.12.2025

| Наименование блюда                           | Цена   | Выход | Ккал  |
|----------------------------------------------|--------|-------|-------|
| <b>Завтрак</b>                               |        |       |       |
| №338 Яблоко*,                                |        | 100   | 47    |
| №243/759 Сосиски отварные с томатным соусом  |        | 100   | 149   |
| №304 Рис отварной с м/сливочным              |        | 150   | 210   |
| №388 Напиток из плодов шиповника             |        | 200   | 88    |
| №ПР Хлеб пшеничный                           |        | 30    | 81    |
| Итого:                                       | 78,68  | 580   | 575   |
| <b>Обед</b>                                  |        |       |       |
| №Акт Салат Степной:                          |        | 60    | 60    |
| №103 Суп картофельный с вермишелью и зеленью |        | 200/1 | 160   |
| №233 Рыба запеченная под молочным соусом     |        | 100   | 127   |
| №312 Пюре картофельное с м/сливоч.           |        | 150   | 137   |
| №348 Компот из кураги                        |        | 200   | 115   |
| №ПР Хлеб пшеничный                           |        | 30    | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                     |        | 30    | 67    |
| Итого:                                       | 110,17 | 771   | 747   |
| Всего:                                       | 188,86 | 1 351 | 1 322 |

### Для всего меню

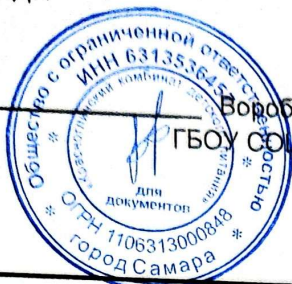
| В граммах                           |              |             | Витамины в миллиграммах |               |               |
|-------------------------------------|--------------|-------------|-------------------------|---------------|---------------|
| Белки                               | Жиры         | Углеводы    | вита А - 596,82         | витаВ1 - 0,45 | витаВ2 - 0,69 |
| 39,49                               | 45,95        | 184,41      | витаС - 155,63          | витаЕ - 0,7   | витаD - 10,61 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |              |             |                         |               |               |
| Na - 2 578,21                       | K - 2 000,67 | Ca - 264,22 | Mg - 177,63             |               |               |
| P - 589,29                          | Fe - 8,77    | I - 345,49  | Se - 22,1               |               |               |

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А.)

Калькулятор

\_\_\_\_\_ Пряникова Екатерина Александровна

"УТВЕРЖДАЮ"  
Директор  
ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

ГБОУ СОШ Южный (Дети мобилизованных родителей 1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"  
Директор школы №1



## МЕНЮ

на 04.12.2025

| Наименование блюда                        | Цена   | Выход         | Ккал  |
|-------------------------------------------|--------|---------------|-------|
| <b>Завтрак</b>                            |        |               |       |
| №ПР Икра кабачковая..                     |        | 60            | 80    |
| №270 Котлеты "Московские"                 |        | 100           | 139   |
| №202/309 Макароны изделия отварные с м/р* |        | 150           | 168   |
| №883/Акт Кисель*                          |        | 200           | 119   |
| №ПР Хлеб пшеничный                        |        | 30            | 81    |
| Итого:                                    | 78,68  | 540           | 588   |
| <b>Обед</b>                               |        |               |       |
| №63 Салат из моркови (припущ.) и кураги*  |        | 60            | 38    |
| №355 Солянка по домашнему                 |        | 10/10/200/5/1 | 211   |
| №290/АКТ Птица тушенная в сметанном соусе |        | 100           | 141   |
| №302/171 Каша гречневая рассыпчатая,      |        | 150           | 111   |
| №349 Компот из смеси сухофруктов*         |        | 200           | 133   |
| №ПР Хлеб пшеничный                        |        | 30            | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                  |        | 30            | 67    |
| Итого:                                    | 110,17 | 796           | 782   |
| Всего:                                    | 188,86 | 1 336         | 1 369 |

### Для всего меню

| В граммах                           |            |             | Витамины в миллиграммах |              |              |
|-------------------------------------|------------|-------------|-------------------------|--------------|--------------|
| Белки                               | Жиры       | Углеводы    | вита - 1 300,39         | витВ1 - 0,74 | витВ2 - 0,72 |
| 46,2                                | 46,98      | 199,8       | витС - 28,43            | витЕ - 0,91  | витD - 8,9   |
| Минеральные вещества в миллиграммах |            |             |                         |              |              |
| Na - 1 768,51                       | K - 944,12 | Ca - 241,59 | Mg - 225,35             |              |              |
| P - 614,19                          | Fe - 10,89 | I - 158,9   | Se - 23,63              |              |              |

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А.)

Калькулятор

Пряникова Екатерина Александровна

"УТВЕРЖДАЮ"  
Директор  
ООО "ККДП"



Воробьев П.В.  
ГБОУ СОШ Южный

(Дети мобилизованных родителей 1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"  
Директор школы № 4



## МЕНЮ

на 05.12.2025

| Наименование блюда                                  | Цена   | Выход   | Ккал  |
|-----------------------------------------------------|--------|---------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                      |        |         |       |
| №ПР Вафли*                                          |        | 60      | 155   |
| №259 Жаркое из птицы *                              |        | 200     | 209   |
| №376 Чай с сахаром                                  |        | 200     | 106   |
| №ПР Хлеб пшеничный*.*                               |        | 45      | 108   |
| Итого:                                              | 78,68  | 505     | 579   |
| <b>Обед</b>                                         |        |         |       |
| №46 Салат из белокачанной капусты с яблоком         |        | 60      | 54    |
| №82 Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зе |        | 200/5/1 | 151   |
| №268/759 Шницель из мяса с соусом,                  |        | 100     | 196   |
| №199 Пюре из бобовых с м/растит.                    |        | 150     | 185   |
| №389 Сок фруктовый в ассортименте                   |        | 200     | 35    |
| №ПР Хлеб пшеничный                                  |        | 30      | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                            |        | 30      | 67    |
| Итого:                                              | 110,17 | 776     | 769   |
| Всего:                                              | 188,86 | 1 281   | 1 348 |

### Для всего меню

| Белки | Жиры | Углеводы | Витамины в миллиграммах                       |
|-------|------|----------|-----------------------------------------------|
| 44,29 | 47,4 | 184,18   | вита - 455,93<br>витВ1 - 1,03<br>витВ2 - 0,86 |

### Минеральные вещества в миллиграммах

|               |              |             |            |
|---------------|--------------|-------------|------------|
| Na - 2 077,14 | K - 1 734,21 | Ca - 261,03 | Mg - 179,5 |
| P - 636,22    | Fe - 12,1    | I - 182,29  | Se - 33,76 |

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А.)

Калькулятор

Пряникова Екатерина Александровна

ГВЕРЖДАЮ"

Директор  
ООО "ККДП"



Воробьев П.В.  
ГБОУ СОШ Южный (Дети мобилизованных родителей 1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №



## МЕНЮ

на 08.12.2025

| Наименование блюда                                    | Цена   | Выход   | Ккал  |
|-------------------------------------------------------|--------|---------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                        |        |         |       |
| №2 Бутерброд с повидлом**,                            |        | 60      | 110   |
| №173 Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч.      |        | 200/5   | 283   |
| №376 Чай с сахаром                                    |        | 200     | 106   |
| №ПР Хлеб пшеничный***                                 |        | 35      | 89    |
| Итого:                                                | 78,68  | 500     | 588   |
| <b>Обед</b>                                           |        |         |       |
| №ПР Икра кабачковая..                                 |        | 60      | 80    |
| №88 Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью |        | 200/5/1 | 129   |
| №290/АКТ Птица тушеная в томатном соусе               |        | 100     | 101   |
| №304 Рис отварной с м/сливочным                       |        | 150     | 210   |
| №342 Компот из свежих яблок                           |        | 200     | 115   |
| №ПР Хлеб пшеничный                                    |        | 30      | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                              |        | 30      | 67    |
| Итого:                                                | 110,17 | 776     | 782   |
| Всего:                                                | 188,86 | 1 276   | 1 370 |

### Для всего меню

В граммах

Белки  
39,55

Жиры  
41,66

Углеводы  
186,33

Витамины в миллиграммах

вита А - 235,98  
вита С - 20,35

вита В1 - 0,61    вита В2 - 0,66  
вита Е - 0,95    вита D - 0,48

Минеральные вещества в миллиграммах

Na - 1 939,15  
P - 612,64

K - 890,71  
Fe - 9,72

Ca - 369,9  
I - 197,72

Mg - 184,5  
Se - 35,81

Зав. производством

(Куликова Л.А.)

Калькулятор

Пряникова Екатерина Александровна

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "ККДП"



Воробьев П.В.

ГБОУ СОШ Южный (Дети мобилизованных родителей 1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № 1 *Куликова Л.А.*



### МЕНЮ

на 09.12.2025

| Наименование блюда                               | Цена   | Выход   | Ккал  |
|--------------------------------------------------|--------|---------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                   |        |         |       |
| №46 Салат из белокочанной капусты с яблоком      |        | 60      | 54    |
| №207 Макароны , запеченные с сыром.**            |        | 200     | 282   |
| №349 Компот из смеси сухофруктов*                |        | 200     | 133   |
| №ПР Хлеб пшеничный                               |        | 40      | 118   |
| Итого:                                           | 78,68  | 500     | 588   |
| <b>Обед</b>                                      |        |         |       |
| №75 Икра свекольная**                            |        | 60      | 111   |
| №96 Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью |        | 200/5/1 | 160   |
| №278 Тефтели тушеные в соусе "                   |        | 100     | 145   |
| №302/171 Каша гречневая рассыпчатая,             |        | 150     | 111   |
| №389 Сок фруктовый в ассортименте                |        | 200     | 35    |
| №ПР Хлеб пшеничный                               |        | 30      | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                         |        | 30      | 67    |
| Итого:                                           | 110,17 | 776     | 710   |
| Всего:                                           | 188,86 | 1 276   | 1 297 |

### Для всего меню

| В граммах                           |            |             | Витамины в миллиграммах |              |              |
|-------------------------------------|------------|-------------|-------------------------|--------------|--------------|
| Белки                               | Жиры       | Углеводы    | витА - 372,37           | витВ1 - 0,76 | витВ2 - 0,72 |
| 44,39                               | 41,74      | 201         | витС - 21,7             | витЕ - 0,39  | витD - 0,54  |
| Минеральные вещества в миллиграммах |            |             |                         |              |              |
| Na - 1 593,68                       | K - 932,63 | Ca - 301,64 | Mg - 222,49             |              |              |
| P - 578,01                          | Fe - 10,94 | I - 119,05  | Se - 21                 |              |              |

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А.)

Калькулятор

Пряникова Екатерина Александровна