

Согласовано:
И.О. директора МБОУ «Гаинская СОШ»
О.В.Носарева

Школьная столовая
Меню на понедельник 26.01.2026 г.
Интернат

Бел.	Жир.	Углев.	Эн.цен.	Наименование блюд	Выход (гр)	
					7-11 лет	12-18 лет
5,2	6,6	27,6	190,5	Каша «Дружба»	200/5	250/5
6,47	8,21	34,33	236,96			
4,12	5,52	0	66,2	Сыр (порциями)	20	20
1,4	1,2	11,4	63	Кофейный напиток с молоком	200	200
3,94	0,4	26,6	129,4	Хлеб пшеничный	50	50
1,87	0,27	12,12	59,5	Хлеб ржано-пшеничный	25	25
					ОБЕД:	
0,48	0,06	1,02	6,6	Овощная подгарнировка (Огурцы соленные)	60	60
1,2	3,6	3,04	49,4	Щи из свежей капусты с картофелем	200/5	250/5
1,5	4,5	3,8	61,75			
10,58	12,6	8,4	189,25	Котлеты из мяса птицы с соусом томатным	100	120
10,77	13,26	9,32	199,63			
6,69	5,76	24,15	175,05	Каша гречневая вязкая	150	180
8,03	6,91	28,98	210,06			
0,2	0,1	9,3	38	Чай с сахаром	200	200
3,94	0,4	26,6	129,4	Хлеб пшеничный	50	50
3,74	0,54	24,24	119	Хлеб ржано-пшеничный	50	50
					ПОЛДНИК:	
0,1	0,1	11,1	46	Компот из свежих яблок	200	200
6,4	16,8	68,5	451	Кондитерские изделия (Печенье «Желтковое»)	100	100
					УЖИН:	
1,2	5,1	5,5	73	Салат «Витаминный»	100	100
25,86	10,5	43,5	371,1	Сырники из творожной массы	150/30	150/50
27,3	12,2	54,6	436,5	запеченные со сгущ.молоком		
0,3	0,1	9,5	40	Чай с лимоном	200/5	200/5
1,97	0,2	13,3	64,7	Хлеб пшеничный	25	50
3,94	0,4	26,6	129,4			
3,74	0,54	24,24	119	Хлеб ржано-пшеничный	-	50
					УЖИН 2:	
5,8	5	8	101	Кисломолочный напиток (Йогурт питьевой)	200	200

Итого:

Технолог:

Ю.М. Епишина

Бухгалтер:

Е.В. Лесникова

Согласовано:
И.О. директора МБОУ «Гаинская СОШ»
О.В.Носарева

Школьная столовая
Меню на вторник 27.01.2026 г
Интернат

Бел.	Жир.	Углев.	Эн.цен.	Наименование блюд	ЗАВТРАК:	
					Выход (гр)	
					7-11 лет	12-18 лет
6,8	6,6	33,4	220	Каша перловая вязкая молочная	200/5	250/5
8,46	8,21	41,55	273,66			
0	0	15	60	Кисель из концентрата витамин	200	200
3,94	0,4	26,6	129,4	Хлеб пшеничный	50	50
3,74	0,54	24,24	119	Хлеб ржано-пшеничный	50	50
					ОБЕД:	
0,96	3,72	3,96	52,8	Овощная поджарнировка (Винегрет овощной)	60	60
2,32	3,76	5,8	66,4	Суп-пюре из разных овощей с	200/15	250/15
2,9	4,7	7,25	83	греческими		
8,95	5,48	9,16	121,07	Тефтели рыбные из минтая с	100	120
10,74	6,58	10,99	145,28	соусом томатным		
3,77	5,43	38,85	219,3	Рис отварной	150	180
4,52	6,52	46,62	263,16			
0,6	0,1	20,1	84	Компот из смеси сухофруктов витамин	200	200
3,94	0,4	26,6	129,4	Хлеб пшеничный	50	50
3,74	0,54	24,24	119	Хлеб ржано-пшеничный	50	50
					ПОЛДНИК:	
1	0,2	20,2	86	Сок фруктовый	200	200
8	2,8	47,8	248	Булочные изделия (Булочка обыкновенная со сгущ. молоком)	100	100
					УЖИН:	
10,26	11,92	6,74	180,54	Котлеты из говядины с соусом	100	120
10,45	12,58	7,66	220,93	томатным		
6,69	5,76	24,15	175,05	Каша гречневая вязкая	150	180
8,03	6,91	28,98	210,06			
0,2	0,1	9,3	38	Чай с сахаром	200	200
1,97	0,2	13,3	64,7	Хлеб пшеничный	25	50
3,94	0,4	26,6	129,4			
1,87	0,27	12,12	59,5	Хлеб ржано-пшеничный	25	50
3,74	0,54	24,24	119			
					УЖИН 2:	
5,8	5,3	9,1	107	Молоко кипяченое	200	200

Итого

Технолог:

Ю.М. Епишина

Бухгалтер:

Е.В. Лесникова

Согласовано:
И.О. директора МБОУ «Гаинская СОШ»
О.В.Носарева

Школьная столовая
Меню на среду 28.01.2026 г
Интернат

Бел.	Жир.	Углев.	Эн.цен		ЗАВТРАК:	
				Наименование блюд	Выход (гр)	
					7-11 лет	12-18 лет
8,92	7,68	32,2	233,4	Каша гречневая вязкая	200/5	250/5
11,1	9,55	40,05	290,33			
0,3	0,1	9,5	40	Чай с лимоном	200/5	200/5
4,12	5,52	0	66,2	Сыр (порциями)	20	20
3,94	0,4	26,6	129,4	Хлеб пшеничный	50	50
1,87	0,27	12,12	59,5	Хлеб ржано-пшеничный	25	25
					ОБЕД:	
0,96	3,6	4,92	56,4	Овощная подгарнировка (Салат из квашеной капусты с луком)	60	60
1,48	3,54	5,56	60	Борщ с капустой и картофелем	200/5	250/5
1,85	4,43	6,95	75			
10,26	11,92	6,74	180,54	Котлеты из говядины с соусом	100	120
10,45	12,58	7,66	190,92	томатным		
4,05	6	8,7	105	Пюре картофельное	150	180
4,86	7,2	10,44	126			
0	0	15	60	Кисель из концентрата витамин	200	200
3,94	0,4	26,6	129,4	Хлеб пшеничный	50	50
3,74	0,54	24,24	119	Хлеб ржано-пшеничный	50	50
					ПОЛДНИК:	
0,1	0,04	9,9	41	Напиток ягодный	200	200
6,4	16,8	68,5	451	Кондитерские изделия (Печенье «Детское»)	100	100
					УЖИН:	
11,63	9,38	1,59	137,37	Птица отварная с соусом томатным	100	120
11,82	10,04	2,51	147,75			
6,36	5,76	27,87	188,7	Каша пшенная вязкая	150	180
7,63	6,91	33,44	226,44			
0,2	0,1	9,3	38	Чай с сахаром	200	200
1,97	0,2	13,3	64,7	Хлеб пшеничный	25	50
3,94	0,4	26,6	129,4			
1,87	0,27	12,12	59,5	Хлеб ржано-пшеничный	25	50
3,74	0,54	24,24	119			
					УЖИН 2	
5,8	5	8	101	Кисломолочный напиток (Кефир)	200	200
				Итого:		

Технолог:

Ю.М. Епишина

Бухгалтер:

Е.В. Лесникова

Согласовано:
И.О. директора МБОУ «Гаинская СОШ»
О.В.Носарева

Школьная столовая
Меню на четверг 29.01.2026 г.
Интернат

Бел.	Жир.	Углев.	Эн.цен.	Наименование блюд	ЗАВТРАК:	
					Выход (гр) 7-11 лет	12-18 лет
6,22	6,6	31,24	209	Каша манная молочная жидкая	200/5	250/5
7,74	8,21	38,86	259,98			
4,12	5,52	0	66,2	Сыр (порциями)	20	20
0,1	0,1	11,1	46	Компот из свежих яблок	200	200
3,94	0,4	26,6	129,4	Хлеб пшеничный	50	50
1,87	0,27	12,12	59,5	Хлеб ржано-пшеничный	25	25
ОБЕД:						
2,1	6,3	8,2	98	Овощная подгарнировка (Салат картофельный с огурцами солеными)	100	100
5,04	2,86	11,68	92,6	Суп картофельный с бобовыми	200	250
6,3	3,58	14,8	115,75			
12,3	8,2	24,8	223	Плов из отварной птицы	200	200
1,4	1,2	11,4	63	Кофейный напиток с молоком	200	200
3,94	0,4	26,6	129,4	Хлеб пшеничный	50	50
3,74	0,54	24,24	119	Хлеб ржано-пшеничный	50	50
ПОЛДНИК:						
0,6	0,1	20,1	84	Компот из смеси сухофруктов витамин	200	200
5,91	4,71	75	366	Кондитерские изделия (Пряники)	100	100
УЖИН:						
9,53	7,23	7,35	137,74	Котлеты рыбные из минтая с соусом томатным	100	120
9,72	7,89	8,27	148,12			
6,69	5,76	24,15	175,05	Каша гречневая вязкая	150	180
8,03	6,91	28,98	210,06			
0,2	0,1	9,3	38	Чай с сахаром	200	200
1,97	0,2	13,3	64,7	Хлеб пшеничный	25	50
3,94	0,4	26,6	129,4			
1,87	0,27	12,12	59,5	Хлеб ржано-пшеничный	25	50
3,74	0,54	24,24	119			
УЖИН 2:						
5,8	5	8	101	Кисломолочный напиток (Йогурт питьевой)	200	200

Технолог:

Ю.М. Епишина

Бухгалтер:

Е.В. Лесникова

Согласовано:
И.О. директора МБОУ «Гаинская СОШ»
О.В.Носарева

Школьная столовая
Меню на пятницу 30.01.2026 г.
Интернат

Бел.	Жир.	Углев.	Эн.цен.	Наименование блюд	Выход (гр)	
					7-11 лет	12-18 лет
7,46	6,64	36,26	234,6	Каша пшеничная молочная жидкая	200/5	250/5
9,28	8,26	45,1	291,82			
0,16	14,5	0,26	132,2	Масло сливочное (порциями)	20	20
0,2	0,1	9,3	38	Чай с сахаром	200	200
3,94	0,4	26,6	129,4	Хлеб пшеничный	50	50
1,87	0,27	12,12	59,5	Хлеб ржано-пшеничный	25	25
					ОБЕД:	
0,84	3,66	4,56	54,6	Овощная подгарнировка (Салат из свеклы отварной)	60	60
1,6	3,62	5,06	59,2	Суп из овощей	200/5	250/5
2	4,53	6,33	74			
10,26	11,92	6,74	180,54	Котлеты из говядины с соусом томатным	100	120
10,45	12,58	7,66	190,92			
5,55	4,95	29,55	184,5	Макаронные изделия отварные	150	180
6,66	5,94	35,46	221,4			
0,3	0,1	9,5	40	Чай с лимоном	200/5	200/5
3,94	0,4	26,6	129,4	Хлеб пшеничный	50	50
1,87	0,27	12,12	59,5	Хлеб ржано-пшеничный	50	50
3,74	0,54	24,24	119			
					Итого:	
0	0	15	60	Кисель из концентрата витамин	200	200
6,4	16,8	68,5	451	Кондитерские изделия (Печенье «Минутка»)	100	100
					ПОЛДНИК:	
7,64	9,8	3,83	134,57	Голубцы «Ленивые» с соусом томатным	100	120
7,83	10,46	4,75	144,95			
4,05	6	8,7	105	Пюре картофельное	150	180
4,86	7,2	10,44	126			
0,1	0,04	9,9	41	Напиток ягодный	200	200
1,97	0,2	13,3	64,7	Хлеб пшеничный	25	50
3,94	0,4	26,6	129,4			
1,87	0,27	12,12	59,5	Хлеб ржано-пшеничный	25	50
3,74	0,54	24,24	119			
					УЖИН 2:	
5,8	5,3	9,1	107	Молоко кипяченое	200	200

Технолог:

Ю.М. Елишина

Бухгалтер:

Е. В. Лесникова