

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

Школьная столовая
Меню на понедельник 16.03.2026 г.
Интернат

Бел. Жир. Углев. Эн.цен.

ЗАВТРАК:

Наименование блюд	Выход (гр)	
	7-11 лет	12-18 лет
я молочная жидкая	200/5	250/5
апиток с молоком	200	200
(ми)	20	20
чный	50	50
пшеничный	25	25

ОБЕД:

0,48	0,06	1,02	6,6	Овощная подгарнировка (Огурцы соленные)	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			
0,2	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
8,5	11,3	69,7	414	Кондитерские изделия (Печенье «Маринка»)	100	100

УЖИН:

11,06	14,86	7,42	208,05	Тефтели из мяса птицы с соусом томатным	100	120
11,25	15,52	8,34	218,43			
6,36	5,76	27,87	188,7	Каша пшеничная вязкая	150	180
7,63	6,91	33,44	226,44			
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			
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 вторник 17.03.2026 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			
0,1	0,04	9,9	41	Напиток ягодный	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:	
1,6	6	8,2	94	Овощная подгарнировка (Салат из квашеной капусты с луком)	100	100
2,1	4,08	10,6	87,6	Рассольник Ленинградский	200/5	250/5
2,63	5,1	13,25	109,5			
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			
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:	
0,6	0,1	20,1	84	Компот из смеси сухофруктов витамин	200	200
10,4	1,3	64,2	311	Мучные изделия (Баранка)	100	100
					УЖИН:	
1	6	5	78	Салат из капусты белокочанной, овощей и яблок	100	100
26,01	14,1	39,15	389,1	Запеканка из творожной массы со сгущ. молоком	150/30	150/30
0,2	0,1	9,3	38	Чай с сахаром	200	200
0,48	0,48	11,76	52,8	Фрукты (Яблоки свежие)	-	120
1,97	0,2	13,3	64,7	Хлеб пшеничный	25	25
					УЖИН 2:	
5,8	5,3	9,1	107	Молоко кипяченое	200	200

Итого

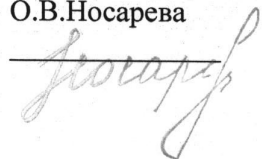
Технолог:

Ю.М. Епишина

Бухгалтер:

Е.В. Лесникова

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



Школьная столовая
Меню на среду 18.03.2026 г
Интернат

Бел. Жир. Углев. Эн.цен

ЗАВТРАК:

				Выход (гр)	
				7-11 лет	12-18 лет
7,24	6,64	33,12	221,2	200/5	250/5
9,01	8,26	41,2	275,15		
0,3	0,1	9,5	40		
4,12	5,52	0	66,2	200/5	200/5
3,94	0,4	26,6	129,4	20	20
1,87	0,27	12,12	59,5	50	50
				25	25

Каша ячневая вязкая

Чай с лимоном

Сыр (порциями)

Хлеб пшеничный

Хлеб ржано-пшеничный

ОБЕД:

0,84	3,66	4,56	54,6	60	60
5,04	2,86	11,68	92,6	200	250
6,3	3,58	14,8	115,75		
10,58	12,6	8,4	189,25	100	120
10,77	13,26	9,32	199,63		
3,77	5,43	38,85	219,3	150	180
4,52	6,52	46,62	263,16		
0,1	0,1	11,1	46	200	200
3,94	0,4	26,6	129,4		
1,87	0,27	12,12	59,5	50	50
				25	25

Овощная подгарнировка (Салат из свеклы отварной)

Суп картофельный с бобовыми

Котлеты из мяса птицы с соусом томатным

Рис отварной

Компот из свежих яблок

Хлеб пшеничный

Хлеб ржано-пшеничный

ПОЛДНИК:

0,2	0,1	9,3	38	200	200
6,4	16,8	68,5	451	100	100

Чай с сахаром

Кондитерские изделия (Печенье «Плетенка»)

УЖИН:

19,5	9,4	7,6	193	100	120
23,4	11,28	9,12	231,6		
4,05	6	8,7	105	150	180
4,86	7,2	10,44	126		
0,6	0,1	20,1	84	200	200
1,97	0,2	13,3	64,7	25	50
3,94	0,4	26,6	129,4		
1,87	0,27	12,12	59,5	25	50
3,74	0,54	24,24	119		

Печень по-строгановски

Пюре картофельное

Компот из смеси сухофруктов витамин

Хлеб пшеничный

Хлеб ржано-пшеничный

УЖИН 2

1,6	1,3	11,5	64	200	200
-----	-----	------	----	-----	-----

Чай с молоком

Итого:

Технолог:



Ю.М. Епишина

Бухгалтер:



Е.В. Лесникова

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

Школьная столовая
Меню на четверг 19.03.2026 г.
Интернат

Бел.	Жир.	Углев.	Эн.цен.	Наименование блюд	ЗАВТРАК:	
					Выход (гр)	
					7-11 лет	12-18 лет
7,16	8,48	29,14	221,6	Каша из овсяных хлопьев	200/5	250/5
8,91	10,55	36,25	275,65	«Геркулес» жидкая		
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:	
1,5	3,78	4,98	60	Овощная подгарнировка (Салат картофельный с зеленым горошком)	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	10,29	6,35	159,11	Фрикадельки из говядины с соусом томатным	100	120
10,45	10,95	7,27	169,49			
5,55	4,95	29,55	184,5	Макаронные изделия отварные	150	180
6,66	5,94	35,46	221,4			
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:	
0,1	0,04	9,9	41	Напиток ягодный	200	200
6,13	18,8	34,4	330,67	Булочные изделия (Булочка «Веснушка»)	100	100
					УЖИН:	
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			
3,77	5,43	38,85	219,3	Рис отварной	150	180
4,52	6,52	46,62	263,16			
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			
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

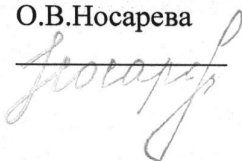
Технолог:

Ю.М. Епишина

Бухгалтер:

Е.В. Лесникова

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



Школьная столовая
Меню на пятницу 20.03.2026 г.
Интернат

Бел.	Жир.	Углев.	Эн.цен.	Наименование блюд	Выход (гр)	
					7-11 лет	12-18 лет
7,46	7,44	35,72	239,6	Каша пшеничная молочная жидкая	200/5	250/5
9,28	9,25	44,3	298,04			
0,2	0,1	9,3	38	Чай с сахаром	200	200
0,16	14,5	0,26	132,2	Масло сливочное (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	3,72	3,96	52,8	Овощная подгарнировка (Винегрет овощной)	60	60
5,76	6,48	19,7	160,2	Суп молочный с макаронными изделиями	200	250
7,2	8,1	24,63	200,25			
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			
0,3	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	25	25
Итого:					ПОЛДНИК:	
0,6	0,1	20,1	84	Компот из смеси сухофруктов витамин	200	200
5,91	4,71	75	366	Кондитерские изделия (Пряник)	100	100
УЖИН:						
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	10,41	126			
0	0	15	60	Кисель из концентрата витамин	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