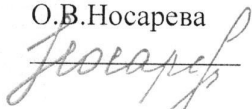


Согласовано:

И.О. директора МБОУ «Гаинская СОШ»

О.В.Носарева



Школьная столовая
Меню на понедельник 12.10.2026 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			
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
3,74	0,54	24,24	119	Хлеб ржано-пшеничный	50	50

ОБЕД:

0,42	0,06	1,14	6,6	Овощная подгарнировка (Огурцы свежие)	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			
3,77	5,43	38,85	219,3	Рис отварной	150	180
4,52	6,52	46,62	263,16			
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	0	15	60	Кисель из концентрата плодового и ягодного витамин	200	200
5,4	6	75,1	365	Кондитерские изделия (Пряник)	100	100

УЖИН:

19,5	9,4	7,6	193	Печень по-строгановски	100	120
23,4	11,28	9,12	231,6			
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
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 13.10.2026 г
Интернат

Бел. Жир. Углев. Эн.цен.

ЗАВТРАК:

				Выход (гр)	
				7-11 лет	12-18 лет
6,8	6,6	33,4	220		
8,46	8,21	41,55	273,66		
0,6	0,1	20,1	84		
Каша перловая вязкая				200/5	250/5
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

ОБЕД:

1,5	3,78	4,98	60		
Овощная подгари́ровка (Салат картофельный с зеленым горошком)				60	60
1,48	3,54	5,56	60		
1,85	4,43	6,95	75		
8,95	5,48	9,16	121,07		
10,74	6,58	10,99	145,28		
Борщ с капустой и картофелем				200/5	250/5
Тефтели рыбные из минтая с соусом томатным				100	120
5,55	4,95	29,55	184,5		
6,66	5,94	35,46	221,4		
0	0	15	60		
Кисель из концентрата плодового и ягодного 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
6	27,5	59,7	484		
Кондитерские изделия (Печенье «Желтковое»)				100	100

УЖИН:

1,8	5,04	4,2	69,6		
3	8,4	7	116		
16,8	25,5	4,2	312		
18,95	28,77	4,74	352		
Салат из свеклы с сыром				60	100
0,2	0,1	9,3	38		
Омлет Натуральный				195	220
1,97	0,2	13,3	64,7		
Чай с сахаром				200	200
3,94	0,4	26,6	129,4		
Хлеб пшеничный				25	50
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

Итого

Технолог:

Ю.М. Епишина

Бухгалтер:

Е.В. Лесникова

Согласовано:

И.О. директора МБОУ «Гаинская СОШ»

О.В. Носарева

Школьная столовая
Меню на среду 14.10.2026 г
Интернат

Бел. Жир. Углев. Эн.цен

ЗАВТРАК:

					Выход (гр)	
					7-11 лет	12-18 лет
Наименование блюд						
7,46	7,44	35,72	239,6	Каша пшенная молочная жидкая	200/5	250/5
9,28	9,25	44,3	298,04			
4,12	5,52	0	66,2	Сыр (порциями)	20	20
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
3,74	0,54	24,24	119	Хлеб ржано-пшеничный	50	50

ОБЕД:

0,96	3,72	3,96	52,8	Овощная подгарнировка (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	гренками		
10,26	11,92	6,74	180,54	Котлеты из говядины с соусом	100	120
10,45	12,58	7,66	190,92	томатным		
6,69	5,76	24,15	175,05	Каша гречневая вязкая	150	180
8,03	6,91	28,98	210,06			
0,6	0,1	20,1	84	Компот из смеси сухофруктов	200	200
				витамин		
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:

1,4	1,2	11,4	63	Кофейный напиток с молоком	200	200
7,2	6,2	59	346	Булочные изделия (Плюшка «Московская»)	100	100

УЖИН:

9,53	7,23	7,35	137,74	Котлеты рыбные из минтая с соусом	100	120
9,72	7,89	8,27	148,12	томатным		
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

1,6	1,3	11,5	64	Чай с молоком	200	200
-----	-----	------	----	---------------	-----	-----

Итого:

Технолог:

Ю.М. Епишина

Бухгалтер:

Е.В. Лесникова

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

Носарева

Школьная столовая
Меню на четверг 15.10.2026 г.
Интернат

Бел.	Жир.	Углев.	Эн.цен.	Наименование блюд	Выход (гр)	
					7-11 лет	12-18 лет
7,24	6,64	33,12	221,2	Каша ячневая вязкая	2005	250/5
9,01	8,26	41,2	275,15			
0	0	15	60	Кисель из концентрата плодового и ягодного 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
ЗАВТРАК:						
0,87	3,6	5,04	56,4	Овощная подгарнировка (Салат из капусты белокочанной)	60	60
7,44	9,12	8,04	144	Суп с рыбными консервами	200	250
9,3	11,4	10,05	180			
13,6	9,4	43	312	Жаркое по-домашнему с куриным фаршем	200	200
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
3,74	0,54	24,24	119	Хлеб ржано-пшеничный	50	50
ОБЕД:						
0,6	0,1	20,1	84	Компот из смеси сухофруктов витамин	200	200
6,6	30,3	59	509	Кондитерские изделия (Печенье «Маринка»)	100	100
ПОЛДНИК:						
10,26	10,29	6,35	159,11	Фрикадельки из говядины с соусом томатным	100	120
10,45	10,95	7,27	169,49			
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:						
5,8	5,3	9,1	107	Молоко кипяченое	200	200
УЖИН 2:						

Технолог:

Епишина

Ю.М. Епишина

Бухгалтер:

Лесникова

Е.В. Лесникова

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

Носарева

Школьная столовая
Меню на пятницу 16.10.2026 г.
Интернат

Бел.	Жир.	Углев.	Эн.цен.	Наименование блюд	Выход (гр)	
					7-11 лет	12-18 лет
5,16	6,52	32,18	208	Каша рисовая молочная жидкая	200/5	250/5
6,42	8,11	40,03	258,73			
0,12	10,88	0,2	99,15	Масло сливочное (порциями)	15	15
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
ЗАВТРАК:						
0,6	3,66	2,1	43,8	Овощная подгарнировка (Салат из свежих помидоров и огурцов)	60	60
5,04	2,86	11,68	92,6	Суп картофельный с бобовыми	200	250
6,3	3,58	14,8	115,75			
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			
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
ОБЕД:						
0,1	0,1	11,1	46	Компот из свежих яблок	200	200
8,7	7,7	69,3	367	Булочные изделия (Баранка)	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			
6,69	5,76	24,15	175,05	Каша гречневая вязкая	150	180
8,03	6,91	28,98	210,06			
0	0	15	60	Кисель из концентрата плодового и ягодного 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 (Кефир)	200	200

Технолог:

Ю.М. Епишина

Бухгалтер:

Е. В. Лесникова