



Согласовано:
Директор МБОУ Гимназии № 10
Е.С. Лопина



Утверждаю:
И.В. Ю.А. Недайвозова

Меню 1 дня 1 недели для обеспечения горячим питанием обучающихся
МБОУ Гимназия № 10 с 01.12.2025г.

ЭЦ/ккал	№ ТТК	Наименование блюда	Выход (гр)
Завтрак (1-4 классы)			
247	189	Каша манная жидкая	250
75	432	Кофейный напиток без молока	200
118	13002	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный	50
440		Итого:	500
		Стоимость	91,00 руб.
Завтрак (5-11 классы) льготное питание (СВО, многодетные, УСЗН, Опека)			
245	189	Каша манная жидкая	300
75	432	Кофейный напиток без молока	200
118	13002	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный	50
44	79	Фрукты свежие (Яблоко)	100
34	72	Сыр сычужный твёрдый (порциями)	10
516		Итого:	660
		Стоимость	81,12 руб.
Комплекс завтрак и обед (ОВЗ) 7-11 лет и 12-18 лет			
247	189	Каша манная жидкая	250
75	432	Кофейный напиток без молока	200
118	13002	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный	50
34	72	Сыр сычужный твёрдый (порциями)	10
47	79	Фрукты свежие (Яблоко)	100
518		Итого:	610
237	103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250
193	364	Птица в соусе с томатом	100
300	378	Каша пшеничная рассыпчатая	180
19	145	Овощи сезонные (порциями) Огурцы	100
40	492	Компот из смеси сухофруктов	200
84	13002	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый	40
873		Итого:	870
1391		Итого за день:	1480
		Стоимость	176,10 руб.
Комплекс обед (1-11 классы) родительская плата			
237	103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250
193	364	Птица в соусе с томатом	100
217	378	Каша пшеничная рассыпчатая	150
11	145	Овощи сезонные (порциями) Огурцы	60
40	171	Компот из смеси сухофруктов	200
84	13002	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый	40
782		Итого:	800
		Стоимость	120,00 руб.



Меню 2 дня 1 недели для обеспечения горячим питанием обучающихся
МБОУ Гимназия № 10 с 01.12.2025г.

ЭЦ/ккал	№ ТТК	Наименование блюда	Выход (гр)
		Завтрак (1-4 классы)	
467	502	Плов из птицы (1 вариант)	220
155	461	Какао с молоком	200
47	13002	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный	20
11	145	Овощи сезонные (порциями) Огурцы	60
680		Итого:	500
		Стоимость	91,00 руб.
		Завтрак (5-11 классы) льготное питание (СВО, многодетные, УСЭН, Опек)	
531	502	Плов из птицы (1 вариант)	250
155	461	Какао с молоком	200
80	13002	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный	30
11	145	Овощи сезонные (порциями) Огурцы	60
777		Итого:	540
		Стоимость	81,12 руб.
		Комплекс завтрак и обед (ОВЗ) 7-11 лет и 12-18 лет	
531	502	Плов из птицы (1 вариант)	250
155	461	Какао с молоком	200
80	13002	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный	30
19	145	Овощи сезонные (порциями) Огурцы	100
785		Итого:	580
98	101	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250
250	369	Котлета мясная из птицы	100
40	372	Соус сметанный	20
297	255	Макаронные изделия отварные	180
14	145	Овощи сезонные (порциями) Помидоры	60
74	436	Напиток из лимона	200
84	13002	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40
857		Итого:	850
1642		Итого за день:	1430
		Стоимость	176,10 руб.
		Комплекс обед (1-11 классы) родительская плата	
98	101	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250
202	369	Котлета мясная из птицы	70
40	372	Соус сметанный	20
230	255	Макаронные изделия отварные	150
14	145	Овощи сезонные (порциями) Помидоры	60
74	436	Напиток из лимона	200
84	13002	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40
742		Итого:	790
		Стоимость	120,00 руб.



Меню 3 дня 1 недели для обеспечения горячим питанием обучающихся
МБОУ Гимназия № 10 с 01.12.2025г.

ЭЦ/ккал	№ ТТК	Наименование блюда	Выход (гр)
Завтрак (1-4 классы)			
150	472	Пюре картофельное	150
294	298	Рыба, тушеная в томате с овощами	100
41	458	Чай с сахаром	200
47	13002	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный	20
14	145	Овощи сезонные (порциями) Помидоры	60
546		Итого:	530
		Стоимость	91,00 руб.
Завтрак (5-11 классы) льготное питание (СВО, многодетные, УСЗН, Опека)			
150	472	Пюре картофельное	150
294	298	Рыба, тушеная в томате с овощами	100
41	458	Чай с сахаром	200
94	13002	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный	40
14	145	Овощи сезонные (порциями) Помидоры	60
593		Итого:	550
		Стоимость	81,12 руб.
Комплекс завтрак и обед (ОВЗ) 7-11 лет и 12-18 лет			
211	374	Пюре картофельное	180
294	298	Рыба, тушеная в томате с овощами	100
41	458	Чай с сахаром	200
94	13002	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный	40
24	145	Овощи сезонные (порциями) Помидоры	100
664		Итого:	620
188	111	Суп картофельный с бобовыми	250
493	309	Рагу из картофеля с мясом птицы	230
70	147	Капуста квашенная	100
48	482	Кисель из смеси сухофруктов	200
84	13002	Хлеб ржано-пшеничный	40
883		Итого:	883
1547		Итого за день:	1440
		Стоимость	176,10 руб.
Комплекс обед (1-11 классы) родительская плата			
188	111	Суп картофельный с бобовыми	250
352	309	Рагу из картофеля с мясом птицы	180
32	50	Капуста квашенная	60
48	482	Кисель из смеси сухофруктов	200
84	13002	Хлеб ржано-пшеничный	40
704		Итого:	730
		Стоимость	120,00 руб.



**Меню 4 дня 1 недели для обеспечения горячим питанием обучающихся
МБОУ Гимназия № 10 с 01.12.2025г.**

ЭЦ/ккал	№ ТТК	Наименование блюда	Выход (гр)
		Завтрак (1-4 классы)	
230	255	Макаронные изделия отварные	150
300	74	Сосиски отварные	100
64	460	Чай с молоком	200
47	13002	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный	20
11	145	Овощи сезонные (порциями) Огурцы	60
652		Итого:	530
		Стоимость	91,00 руб.
		Завтрак (5-11 классы) льготное питание (СВО, многодетные, УСЗН, Опека)	
230	255	Макаронные изделия отварные	150
300	74	Сосиски отварные	100
64	460	Чай с молоком	200
47	13002	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный	20
71	76	Масло сливочное (порциями)	10
11	145	Овощи сезонные (порциями) Огурцы	60
723		Итого:	540
		Стоимость	81,12 руб.
		Комплекс завтрак и обед (ОВЗ) 7-11 лет и 12-18 лет	
297	255	Макаронные изделия отварные	180
300	74	Сосиски отварные	100
64	460	Чай с молоком	200
80	13002	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный	30
71	76	Масло сливочное (порциями)	10
19	145	Овощи сезонные (порциями) Огурцы	100
831		Итого:	620
145	120	Суп картофельный с рисом и рыбными консервами	250
467	502	Плов из птицы (1 вариант)	220
42	26	Свекла отварная	100
40	492	Компот из смеси сухофруктов	200
84	13002	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40
778		Итого:	810
1609		Итого за день:	1430
		Стоимость	176,10 руб.
		Комплекс обед (1-11 классы) родительская плата	
145	120	Суп картофельный с рисом и рыбными консервами	250
467	502	Плов из птицы (1 вариант)	220
25	26	Свекла отварная	60
40	171	Компот из смеси сухофруктов	200
84	13002	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40
761		Итого:	770
		Стоимость	120,00 руб.



Согласовано:
Директор МБОУ Гимназии № 10
Е.С. Лопина



Утверждаю:
ИП
Недайвозова
Юлия
Андреевна

Меню 5 дня 1 недели для обеспечения горячим питанием обучающихся
МБОУ Гимназия № 10 с 01.12.2025г

ЭЦ/ккал	№ ТТК	Наименование блюда	Выход (гр)
Завтрак (1-4 классы)			
280	225	Каша «Дружба»	250
75	432	Кофейный напиток без молока	200
80	13002	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный	30
34	72	Сыр сычужный твёрдый (порциями)	10
71	76	Масло сливочное (порциями)	10
540		Итого:	500
		Стоимость	91,00 руб.
Завтрак (5-11 классы) льготное питание (СВО, многодетные, УСЗН, Опек)			
351	225	Каша «Дружба»	300
75	432	Кофейный напиток без молока	200
80	13002	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный	30
71	76	Масло сливочное (порциями)	10
34	72	Сыр сычужный твёрдый (порциями)	10
611		Итого:	550
		Стоимость	81,12 руб.
Комплекс завтрак и обед (ОВЗ) 7-11 лет и 12-18 лет			
280	225	Каша «Дружба»	250
75	432	Кофейный напиток без молока	200
80	13002	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный	30
34	72	Сыр сычужный твёрдый (порциями)	10
47	79	Фрукты свежие (Яблоко)	100
513		Итого:	590
71	92	Борщ с капустой и картофелем	250
255	297	Фрикадельки из кур	100
211	374	Пюре картофельное	180
19	145	Овощи сезонные (порциями) Огурцы	100
74	436	Напиток из лимона	200
84	13002	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый	40
714		Итого:	870
1227		Итого за день:	1460
		Стоимость	176,10 руб.
Комплекс обед (1-11 классы) родительская плата			
122	92	Борщ с капустой и картофелем	250
163	297	Фрикадельки из кур	60
150	472	Пюре картофельное	150
11	145	Овощи сезонные (порциями) Огурцы	60
74	436	Напиток из лимона	200
84	13002	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый	40
604		Итого:	760
		Стоимость	120,00 руб.

Согласовано:
Директор МБОУ Гимназии № 10

Е.С. Лопина



Утверждаю:

ИП

Ю.А. Недайвозова

**Меню 1 дня 2 недели для обеспечения горячим питанием обучающихся
МБОУ Гимназия № 10 с 01.12.2025г.**

ЭЦ/ккал	№ ТТК	Наименование блюда	Выход (гр)
		Завтрак (1-4 классы)	
283	284	Каша овсяная вязкая молочная с маслом и сахаром	265
41	458	Чай с сахаром	200
80	13002	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащённый	30
71	76	Масло сливочное (порциями)	10
475		Итого:	505
		Стоимость	91,00 руб.
		Завтрак (5-11 классы) льготное питание (СВО, многодетные, УСЗН, Опека)	
283	284	Каша овсяная вязкая молочная с маслом и сахаром	265
41	458	Чай с сахаром	200
80	13002	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащённый	30
38	72	Сыр сычужный твёрдый (порциями)	15
442		Итого:	510
		Стоимость	81,12 руб.
		Комплекс завтрак и обед (ОВЗ) 7-11 лет и 12-18 лет	
283	284	Каша овсяная вязкая молочная с маслом и сахаром	265
41	458	Чай с сахаром	200
80	13002	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащённый	30
38	72	Сыр сычужный твёрдый (порциями)	15
442		Итого:	510
157	91	Рассольник ленинградский на курином бульоне	250
250	369	Котлета мясная из птицы	100
40	372	Соус сметанный	20
304	150	Картофель отварной	180
97	51	Винегрет	100
48	482	Кисель из смеси сухофруктов	200
84	13002	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый	40
980		Итого:	890
1422		Итого за день:	1400
		Стоимость	176,10 руб.
		Комплекс обед (1-11 классы) родительская плата	
157	91	Рассольник ленинградский на курином бульоне	250
202	369	Котлета мясная из птицы	70
40	372	Соус сметанный	20
253	523	Картофель отварной	150
103	51	Винегрет	60
48	482	Кисель из смеси сухофруктов	200
84	13002	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый	40
887		Итого:	790
		Стоимость	120,00 руб.



**Меню 2 дня 2 недели для обеспечения горячим питанием обучающихся
МБОУ Гимназия № 10 с 01.12.2025г.**

ЭЦ/ккал	№ ТТК	Наименование блюда	Выход (гр)
		Завтрак (1-4 классы)	
268	384	Рис отварной	150
307	293	Гуляш из птицы	100
64	460	Чай с молоком	200
47	13002	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащённый	20
14	145	Овощи сезонные (порциями) Помидоры	60
700		Итого:	530
		Стоимость	91,00 руб.
		Завтрак (5-11 классы) льготное питание (СВО, многодетные, УСЗН, Опек)	
268	384	Рис отварной	150
307	293	Гуляш из птицы	100
64	460	Чай с молоком	200
80	13002	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащённый	30
14	145	Овощи сезонные (порциями) Помидоры	60
733		Итого:	540
		Стоимость	81,12 руб.
		Комплекс завтрак и обед (ОВЗ) 7-11 лет и 12-18 лет	
275	384	Рис отварной	180
307	293	Гуляш из птицы	100
64	460	Чай с молоком	200
80	13002	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащённый	30
24	145	Овощи сезонные (порциями) Помидоры	100
750		Итого:	610
168	165	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	250
300	74	Сосиски отварные	100
297	255	Макаронные изделия отварные	180
98	148	Икра кабачковая (промышленного производства)	100
40	492	Компот из смеси сухофруктов	200
84	13002	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый	40
987		Итого:	870
1737		Итого за день:	1480
		Стоимость	176,10 руб.
		Комплекс обед (1-11 классы) родительская плата	
168	165	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	250
300	74	Сосиски отварные	100
230	255	Макаронные изделия отварные	150
47	148	Икра кабачковая (промышленного производства)	60
40	171	Компот из смеси сухофруктов	200
84	13002	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый	40
869		Итого:	800
		Стоимость	120,00 руб.



**Меню 3 дня 2 недели для обеспечения горячим питанием обучающихся
МБОУ Гимназия № 10 с 01.12.2025г.**

ЭЦ/ккал	№ ТТК	Наименование блюда	Выход (гр)
Завтрак (1-4 классы)			
502	278	Запеканка из творога	230
32	434	Сметана	20
61	459	Чай с лимоном	200
80	13002	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный	30
50	72	Сыр сычужный твёрдый (порциями)	20
725		Итого:	500
		Стоимость	91,00 руб.
Завтрак (5-11 классы) льготное питание (СВО, многодетные, УСЗН, Опека)			
569	278	Запеканка из творога	250
32	434	Сметана	20
61	459	Чай с лимоном	200
80	13002	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный	30
44	79	Фрукты свежие (Яблоко)	100
786		Итого:	600
		Стоимость	81,12 руб.
Комплекс завтрак и обед (ОВЗ) 7-11 лет и 12-18 лет			
480	278	Запеканка из творога	220
32	434	Сметана	20
61	459	Чай с лимоном	200
67	13002	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный	25
96	79	Фрукты свежие (Банан)	100
736		Итого:	565
98	101	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250
199	368	Тефтели куриные	100
300	378	Каша пшеничная рассыпчатая	180
74	436	Напиток из лимона	200
24	145	Овощи сезонные (порциями) Помидоры	100
84	13002	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый	40
779		Итого:	870
1515		Итого за день:	1435
		Стоимость	176,10 руб.
Комплекс обед (1-11 классы) родительская плата			
98	101	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250
177	368	Тефтели куриные	80
217	378	Каша пшеничная рассыпчатая	150
74	436	Напиток из лимона	200
14	145	Овощи сезонные (порциями) Помидоры	60
84	13002	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый	40
664		Итого:	780
		Стоимость	120,00 руб.



Согласовано:
Директор МБОУ Гимназии № 10
Е.С. Лопина



Утверждаю:
ИП
Ю.А. Недайвозова

Меню 4 дня 2 недели для обеспечения горячим питанием обучающихся
МБОУ Гимназия № 10 с 01.12.2025г.

ЭЦ/ккал	№ ТТК	Наименование блюда	Выход (гр)
Завтрак (1-4 классы)			
260	204	Каша гречневая рассыпчатая	150
250	369	Котлета мясная из птицы	100
155	461	Какао с молоком	200
47	13002	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный	20
11	145	Овощи сезонные (порциями) огурцы	60
723		Итого:	530
		Стоимость	91,00 руб.
Завтрак (5-11 классы) льготное питание (СВО, многодетные, УСЗН, Опека)			
260	204	Каша гречневая рассыпчатая	150
250	369	Котлета мясная из птицы	100
155	461	Какао с молоком	200
80	13002	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный	30
11	145	Овощи сезонные (порциями) огурцы	60
756		Итого:	540
		Стоимость	81,12 руб.
Комплекс завтрак и обед (ОВЗ) 7-11 лет и 12-18 лет			
312	204	Каша гречневая рассыпчатая	180
250	369	Котлета мясная из птицы	100
155	461	Какао с молоком	200
80	13002	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный	30
19	145	Овощи сезонные (порциями) Огурцы	100
816		Итого:	610
221	116	Суп картофельный с крупой (пшено)	250
294	298	Рыба, тушеная в томате с овощами	100
304	150	Картофель отварной	180
42	26	Свекла отварная	100
48	482	Кисель из смеси сухофруктов	200
84	13002	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый	40
993		Итого:	870
1809		Итого за день:	1480
		Стоимость	176,10 руб.
Комплекс обед (1-11 классы) родительская плата			
221	116	Суп картофельный с крупой (пшено)	250
294	298	Рыба, тушеная в томате с овощами	100
253	523	Картофель отварной	150
25	26	Свекла отварная	60
48	482	Кисель из смеси сухофруктов	200
84	13002	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый	40
925		Итого:	800
		Стоимость	120,00 руб.



Меню 5 дня 2 недели для обеспечения горячим питанием обучающихся
МБОУ Гимназия № 10 с 01.12.2025г.

ЭЦ/ккал	№ ТТК	Наименование блюда	Выход (гр)
Завтрак (1-4 классы)			
150	472	Пюре картофельное	150
300	74	Сосиски отварные	100
41	458	Чай с сахаром	200
47	13002	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащённый	20
24	38	Горошек зелёный консервированный	60
562		Итого:	530
		Стоимость	91,00 руб.
Завтрак (5-11 классы) льготное питание (СВО, многодетные, УСЗН, Опека)			
150	472	Пюре картофельное	150
300	74	Сосиски отварные	100
41	458	Чай с сахаром	200
80	13002	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащённый	30
35	76	Масло сливочное (порциями)	5
24	38	Горошек зелёный консервированный	60
630		Итого:	545
		Стоимость	81,12 руб.
Комплекс завтрак и обед (ОВЗ) 7-11 лет и 12-18 лет			
211	374	Пюре картофельное	180
300	74	Сосиски отварные	100
41	458	Чай с сахаром	200
80	13002	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащённый	30
35	76	Масло сливочное (порциями)	5
60	38	Горошек зелёный консервированный	100
727		Итого:	615
133	105	Суп «лапша» на курином бульоне	250
312	204	Каша гречневая рассыпчатая	180
252	369	Котлеты из птицы	100
70	147	Капуста квашеная	100
40	492	Компот из смеси сухофруктов	200
84	13002	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый	40
891		Итого:	870
1618		Итого за день:	1485
		Стоимость	176,10 руб.
Комплекс обед (1-11 классы) родительская плата			
133	105	Суп «лапша» на курином бульоне	250
260	204	Каша гречневая рассыпчатая	150
182	369	Котлеты из птицы	70
32	50	Капуста квашенная	60
40	171	Компот из смеси сухофруктов	200
84	13002	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый	40
731		Итого:	770
		Стоимость	120,00 руб.