

«СОГЛАСОВАНО»
Директор МБОУ г. Керчи РК
«Школа №28 имени Героев Эльтигена»
Шульман З.С.

«СОГЛАСОВАНО»
Генеральный директор
ООО "НЕКТАР"

Белан А.С.

«УТВЕРЖДАЮ»
ИП ОРЛОВ
по доверенности
№10-2025-К от 22.12.25г
Кравченко Т.Н.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на " 7 " 09 2026г

№репц	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 85,55 руб					
182	Каша овсяная жидкая молочная с маслом и сахаром	220	7,82	12,83	44,25	325,00
3	Бутерброд с сыром	50	5,80	8,30	14,83	157,00
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119,00
ПР	Печенье	20	1,29	1,64	20,34	74,70
ПР	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	11,12	32,90
	Итого	510	20,39	26,51	108,12	708,60
	Обед 129,53 руб					
51	Салат из свеклы с курагой и изюмом	60	1,11	3,62	10,83	80,38
82	Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,94	8,75	83,00
292/331	Птица, тушеная в соусе с овощами	175	15,24	13,49	15,05	242,67
389	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	4,44	1,66	23,38	125,09
ПР	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	16,68	49,35
	Итого	715	25,33	23,01	94,89	665,49
	Всего за день	1225	45,72	49,53	203,01	1374,09

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ и старше на " 7 " 09 2026г

№репц	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 108,48 руб					
182	Каша овсяная жидкая молочная с маслом и сахаром	260	9,17	13,80	50,22	363,33
3	Бутерброд с сыром	50	5,80	8,30	14,83	157,00
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	119,00
ПР	Печенье	40	2,57	3,27	40,67	149,41
ПР	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	11,12	32,90
	Итого	570	23,02	29,11	134,42	821,64
	Обед 151,10 руб					
51	Салат из свеклы с курагой и изюмом	100	1,85	6,04	18,06	134,00
82	Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,92	10,93	104,00
292/331	Птица, тушеная в соусе с овощами	225	19,59	17,34	19,35	312,00
389	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85,00
ПР	Хлеб пшеничный	70	6,22	2,32	32,73	175,13
ПР	Хлеб ржаной	50	3,50	0,50	27,79	82,22
	Итого	895	33,96	31,12	129,07	892,35
	Всего за день	1465	56,98	60,24	263,48	1713,99

Зав.произв

Приятного аппетита



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на " 8 " 09 2026г

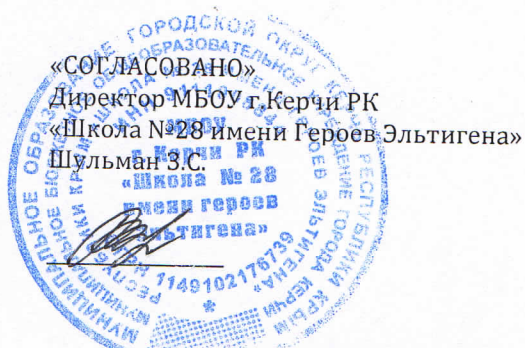
№реп	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 85,55 руб					
222	Пудинг из творога (запеч) со сгущ.молоком	170/20	27,35	24,14	51,87	534,05
378	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб пшеничный	20	1,78	0,67	9,35	50,04
	Итого	510	31,05	26,56	86,92	712,09
	Обед 129,53 руб					
45	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,79	1,95	3,88	36,24
102	Суп картофельный с горохом	200	4,39	4,22	13,22	118,60
268	Котлета из говядины с маслом слив.	95	14,82	18,88	12,83	283,20
309	Макаронные изделия отварные	150	5,51	4,52	26,45	168,00
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	133,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	4,44	1,66	23,38	125,09
ПР	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	16,68	49,35
	Итого	785	32,70	31,61	128,45	913,48
	Всего за день	1295	63,75	58,17	215,37	1625,57

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ и старше на " 8 " 09 2026г

№реп	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 108,48 руб					
222	сгущ.молоком	200/20	31,74	28,24	58,76	616,00
378	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,55	1,33	18,70	100,07
	Итого	560	37,21	31,32	103,16	844,07
	Обед 151,10 руб					
45	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,47	60,40
102	Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,28	16,53	148,25
268	Котлета из говядины с маслом слив.	110	15,84	22,54	13,22	322,00
309	Макаронные изделия отварные	180	6,63	5,42	31,77	202,34
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	133,00
ПР	Хлеб пшеничный	70	6,22	2,32	32,73	175,13
ПР	Хлеб ржаной	50	3,50	0,50	27,79	82,22
	Итого	960	39,65	39,40	160,52	1123,34
	Всего за день	1520	76,86	70,72	263,68	1967,41

Зав.произв

Приятного аппетита



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на " 9 " 09 2026г

№реп	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 85,55 руб					
ПР	Икра кабачковая	60	1,64	4,31	8,73	80,26
211	Омлет с сыром	150	17,93	29,43	2,55	347,50
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	101,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб пшеничный	20	1,78	0,67	9,35	50,04
ПР	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	11,12	32,90
	Итого	550	26,31	37,69	57,50	658,70
	Обед 129,53 руб					
71	Овощи свежие порционно (огурцы, помидоры)	30/30	0,54	0,09	1,14	10,20
96	Рассольник ленинградский	200	1,61	4,07	9,58	85,80
239/331	Тефтеля рыбная с соусом	120	11,48	10,39	15,25	200,38
312	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,40
342	Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	25,09	102,61
ПР	Хлеб пшеничный	50	4,44	1,66	23,38	125,09
ПР	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	16,68	49,35
	Итого	730	23,37	21,45	111,56	710,83
	Всего за день	1280	49,68	59,14	169,06	1369,53

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ и старше на " 9 " 09 2026г

№реп	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 108,48 руб					
73	Икра кабачковая	100	2,73	7,19	14,55	133,80
211	Омлет с сыром	200	23,88	29,19	3,40	462,87
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	101,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб пшеничный	20	1,78	0,67	9,35	50,04
ПР	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	11,12	32,90
	Итого	640	33,36	40,33	64,17	827,61
	Обед 151,10 руб					
71	Овощи свежие порционно (огурцы, помидоры)	50/50	0,90	0,15	1,90	17,00
96	Рассольник ленинградский	250	2,01	5,09	11,98	107,98
239/331	Тефтеля рыбная с соусом	120	11,48	10,39	15,25	200,38
312	Пюре картофельное	180	3,67	5,76	24,53	164,90
342	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,00
ПР	Хлеб пшеничный	70	6,22	2,32	32,73	175,13
ПР	Хлеб ржаной	50	3,50	0,50	27,79	82,22
	Итого	870	27,94	24,37	142,06	861,61
	Всего за день	1510	61,30	64,70	206,23	1689,22

Зав.произв

Приятного аппетита

2н среда
сент-окт

«СОГЛАСОВАНО»
Директор МБОУ г.Керчи РК
«Школа №28 имени Героев Эльтигена»
Шульман З.С.

«СОГЛАСОВАНО»
Генеральный директор
ООО "НЕКТАР"

Белан А.С.

«УТВЕРЖДАЮ»
ИП ОРЛОВ
по доверенности
№10-2025-К от 22.12.25г
Кравченко Т.Н.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на "10" 09 2026г

№репц	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 85,55 руб					
70	Огурцы соленые	60	0,48	0,06	1,02	6,00
291	Плов из птицы	150	12,71	7,85	26,80	229,00
389	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб пшеничный	20	1,78	0,67	9,35	50,04
ПР	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	11,12	32,90
	Итого	550	17,77	9,18	78,29	449,94
	Обед 129,53 руб					
52	Салат из отварной свеклы	60	0,85	3,61	9,92	55,67
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,15	2,27	13,96	94,60
268	Биточек из говядины с маслом сливочным	95	14,82	18,88	12,83	283,20
143	Рагу из овощей	150	2,60	11,04	12,80	173,50
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	133,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	4,44	1,66	23,38	125,09
ПР	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	16,68	49,35
	Итого	785	27,62	37,85	121,58	914,41
	Всего за день	1335	45,39	47,03	199,87	1364,35

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ и старше на "10" 09 2026г

№репц	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 108,48 руб					
70	Огурцы соленые	100	0,80	0,10	1,70	10,00
291	Плов из птицы	225	19,07	11,78	40,20	343,50
389	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85,00
338	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
ПР	Хлеб пшеничный	20	1,78	0,67	9,35	50,04
ПР	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	11,12	32,90
	Итого	665	24,45	13,15	92,37	568,44
	Обед 151,10 руб					
52	Салат из отварной свеклы	100	1,41	6,01	16,52	92,80
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,68	2,84	17,46	118,25
268	Биточек из говядины с маслом сливочным	110	15,84	22,54	13,22	322,00
143	Рагу из овощей	180	3,12	13,25	15,36	196,20
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	133,00
ПР	Хлеб пшеничный	70	6,22	2,32	32,73	175,13
ПР	Хлеб ржаной	50	3,50	0,50	27,79	82,22
	Итого	960	33,43	47,55	155,09	1119,60
	Всего за день	1625	57,88	60,70	247,46	1688,04

Зав.произв

Приятного аппетита

«СОГЛАСОВАНО»

Директор МБОУ г. Керчи РК
«Школа №28 имени Тероев Эльтигена»
Шульман З.С.



«СОГЛАСОВАНО»

Генеральный директор
ООО "НЕКТАР"

Белан А.С.



«УТВЕРЖДАЮ»

ИП ОРЛОВ
по доверенности
№10-2025-К от 22.12.25г
Кравченко Т.Н.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 ЛЕТ на " 11 " 09 2026г

№реп	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 85,55 руб					
181	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом и сахаром	220	6,11	10,72	42,36	291,00
209	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,00	66,00
1	Бутерброд с маслом	40	2,36	7,49	14,89	136,00
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00
	Итого	500	13,62	22,83	72,25	553,00
	Обед 129,53 руб					
29	Салат из сырых овощей	60	0,66	3,62	2,27	44,33
99	Суп из овощей	200	1,27	3,99	7,32	76,20
290/330	Курица, тушенная в соусе	100	13,28	10,84	2,90	162,00
303	Каша вязкая пшеничная	150	4,18	5,00	23,94	157,00
389	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85,00
ПР	Хлеб пшеничный	50	4,44	1,66	23,38	125,09
ПР	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	16,68	49,35
	Итого	790	26,93	25,41	96,69	698,97
	Всего за день	1290	40,55	48,24	168,94	1251,97

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 12 ЛЕТ и старше на " 11 " 09 2026г

№реп	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	ККАЛ
	Завтрак 108,48 руб					
181	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом и сахаром	260	7,27	12,76	50,41	346,69
209	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,00	66,00
1	Бутерброд с маслом	40	2,36	7,49	14,89	136,00
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00
ПР	Хлеб ржаной	25	1,75	0,25	13,90	41,13
	Итого	565	16,53	25,12	94,20	649,82
	Обед 151,10 руб					
29	Салат из сырых овощей	100	1,09	6,04	3,78	73,90
99	Суп из овощей	250	1,58	4,98	9,14	95,00
290/330	Курица, тушенная в соусе	125	16,60	13,55	3,63	202,50
303	Каша вязкая пшеничная	180	5,03	6,01	28,76	189,19
389	Сок фруктовый	200	1,00		20,20	85,00
ПР	Хлеб пшеничный	70	6,22	2,32	32,73	175,13
ПР	Хлеб ржаной	50	3,50	0,50	27,79	82,22
	Итого	975	35,02	33,40	126,03	902,94
	Всего за день	1540	51,55	58,52	220,23	1552,76

Зав.произв

Приятного аппетита