

"УТВЕРЖДАЮ"  
Директор  
ООО "КДП "Здоров и сыт"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"  
Директор школы №



# МЕНЮ

на 22.12.2025

| Наименование блюда                                    | Цена   | Выход   | Ккал  |
|-------------------------------------------------------|--------|---------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                        |        |         |       |
| №2 Бутерброд с повидлом                               |        | 60      | 110   |
| №173 Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч.      |        | 200/5   | 283   |
| №376 Чай с сахаром                                    |        | 200     | 106   |
| №17Р Хлеб пшеничный                                   |        | 35      | 89    |
| Итого:                                                | 78,68  | 500     | 588   |
| <b>Обед</b>                                           |        |         |       |
| №17Р Икра кабачковая                                  |        | 60      | 80    |
| №88 Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью |        | 200/5/1 | 129   |
| №290/АКТ Птица тушеная в томатном соусе               |        | 100     | 101   |
| №304 Рис отварной с м/сливочным                       |        | 150     | 210   |
| №342 Компот из свежих яблок                           |        | 200     | 115   |
| №17Р Хлеб пшеничный                                   |        | 30      | 81    |
| №17Р Хлеб ржано пшеничный                             |        | 30      | 67    |
| Итого:                                                | 110,17 | 776     | 782   |
| Всего:                                                | 188,86 | 1 276   | 1 370 |

## Для всего меню

| В граммах                           |            |            | Витамины в миллиграммах |              |              |
|-------------------------------------|------------|------------|-------------------------|--------------|--------------|
| Белки                               | Жиры       | Углеводы   | вита - 235,98           | витВ1 - 0,61 | витВ2 - 0,66 |
| 39,55                               | 41,66      | 186,33     | витС - 20,35            | витЕ - 0,95  | витD - 0,48  |
| Минеральные вещества в миллиграммах |            |            |                         |              |              |
| Na - 1 939,15                       | K - 890,71 | Ca - 369,9 | Mg - 184,5              |              |              |
| P - 812,64                          | Fe - 9,72  | I - 197,72 | Se - 35,81              |              |              |

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А.)

Калькулятор \_\_\_\_\_ Фролова Л.Г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор

ООО "КДП "Здоров и сыт"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (1-4 класс)

СОГЛАСОВАНО

Директор школы №



# МЕНЮ

на 22.12.2025

| Наименование блюда                                    | Цена   | Выход   | Ккал  |
|-------------------------------------------------------|--------|---------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                        |        |         |       |
| №2 Бутерброд с повидлом                               |        | 60      | 110   |
| №173 Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч.      |        | 200/5   | 283   |
| №376 Чай с сахаром                                    |        | 200     | 106   |
| №ПР Хлеб пшеничный                                    |        | 35      | 89    |
| Итого:                                                | 78,68  | 500     | 588   |
| <b>Обед</b>                                           |        |         |       |
| №ПР Икра кабачковая                                   |        | 60      | 80    |
| №88 Щи из св.капусты с картофелем, сметаной и зеленью |        | 200/5/1 | 129   |
| №290/АКТ Птица тушеная в томатном соусе               |        | 100     | 101   |
| №304 Рис отварной с м/сливочным                       |        | 150     | 210   |
| №342 Компот из свежих яблок                           |        | 200     | 115   |
| №ПР Хлеб пшеничный                                    |        | 30      | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                              |        | 30      | 67    |
| Итого:                                                | 110,17 | 776     | 782   |
| Всего:                                                | 188,86 | 1 276   | 1 370 |

## Для всего меню

| В граммах                                  |            |            | Витамины в миллиграммах |              |              |
|--------------------------------------------|------------|------------|-------------------------|--------------|--------------|
| Белки                                      | Жиры       | Углеводы   | витА - 235,98           | витВ1 - 0,61 | витВ2 - 0,66 |
| 39,55                                      | 41,66      | 186,33     | витС - 20,35            | витЕ - 0,95  | витD - 0,48  |
| <b>Минеральные вещества в миллиграммах</b> |            |            |                         |              |              |
| Na - 1 939,15                              | K - 890,71 | Ca - 369,9 | Mg - 184,5              |              |              |
| P - 612,64                                 | Fe - 9,72  | I - 197,72 | Se - 35,81              |              |              |

Зав. производством

(Куликова Л.А)

Калькулятор

Фролова Л.Г

ООО "ККДЛ"



ГБОУ СОШ Угорье (многодетные 5-11 класс)

Директор школы №



HA 22.12.2025

| Наименование блюда                                  | Цена   | Выход   | Ккал  |
|-----------------------------------------------------|--------|---------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                      |        |         |       |
| №2 Бутерброд с повидлом                             |        | 60      | 110   |
| №173 Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч     |        | 250/5   | 375   |
| №376 Чай с сахаром                                  |        | 200     | 106   |
| №1Р Хлеб пшеничный                                  |        | 35      | 89    |
| Итого:                                              | 91,52  | 550     | 680   |
| <b>Обед</b>                                         |        |         |       |
| №1Р Икра кабачковая                                 |        | 100     | 134   |
| №88 Щи из св.капусты с картофелем сметаной зеленой. |        | 250/5/1 | 97    |
| №290/АКТ Птица тушеная в томатном соусе             |        | 100     | 101   |
| №304 Рис отварной с м/сливочным.                    |        | 180     | 232   |
| №342 Компот из свежих яблок                         |        | 200     | 115   |
| №1Р Хлеб пшеничный                                  |        | 30      | 81    |
| №1Р Хлеб ржано пшеничный                            |        | 30      | 67    |
| Итого:                                              | 128,14 | 896     | 825   |
| Всего:                                              | 219,66 | 1 446   | 1 505 |

|       |           |
|-------|-----------|
|       | В граммах |
| Белки | Жиры      |
| 45    | 49        |

Углеводы  
204.85

ВИТА - 105,1  
ВИТС - 32,68

Витамины в миллиграммах  
 витВ1 - 0,61      витВ2 - 0,63  
 витРР - 0,03      витЕ - 1,15

Минеральные вещества в миллиграммах

|              |            |             |             |
|--------------|------------|-------------|-------------|
| Na - 1 835,8 | K - 922,43 | Ca - 368,37 | Mg - 190,74 |
| P - 623,29   | Fe - 10,05 | I - 138,26  | Se - 32,55  |

Зав. производством

(Куликова Л.А.)

### Калькулятор

Фролова Л.Г.

Директор  
ООО "КДП "ЗДОРОВИ СЫТ"

ГБОУ СОШ Угорье ( 5-11 класс)

на 22.12.2025

на 22.12.2025

| Наименование блюда                                  | Цена   | Выход   | Ккал  |
|-----------------------------------------------------|--------|---------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                      |        |         |       |
| №2 Бутерброд с повидлом                             |        | 60      | 110   |
| №173 Каша молочная геркулесовая с маслом сливоч     |        | 250/5   | 375   |
| №376 Чай с сахаром                                  |        | 200     | 106   |
| №ПР Хлеб пшеничный                                  |        | 35      | 89    |
| Итого:                                              | 91,52  | 550     | 680   |
| <b>Обед</b>                                         |        |         |       |
| №ПР Икра кабачковая                                 |        | 100     | 134   |
| №88 Щи из св.капусты с картофелем сметаной зеленой. |        | 250/5/1 | 97    |
| №290/АКТ Птица тушеная в томатном соусе             |        | 100     | 101   |
| №304 Рис отварной с м/сливочным.                    |        | 180     | 232   |
| №342 Компот из свежих яблок                         |        | 200     | 115   |
| №ПР Хлеб пшеничный                                  |        | 30      | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                            |        | 30      | 67    |
| Итого:                                              | 128,14 | 896     | 825   |
| Всего:                                              | 219,66 | 1 446   | 1 505 |

Для всего меню

|                                     |            |             |                                                                             |
|-------------------------------------|------------|-------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| Белки                               | Жиры       | Углеводы    | Витамины в миллиграммах                                                     |
| 45                                  | 49         | 204,85      | витА - 105,1<br>витВ1 - 0,61<br>витВ2 - 0,63<br>витРР - 0,03<br>витЕ - 1,15 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |            |             |                                                                             |
| Na - 1 835,8                        | K - 922,43 | Ca - 368,37 | Mg - 190,74                                                                 |
| P - 623,29                          | Fe - 10,05 | I - 138,26  | Se - 32,55                                                                  |

(Куликова Л.А.)

Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"  
Директор  
ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (ОВЗ)



# МЕНЮ

на 23.12.2025

| Наименование блюда                               | Цена   | Выход   | Ккал  |
|--------------------------------------------------|--------|---------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                   |        |         |       |
| №46 Салат из белокачанной капусты с яблоком      |        | 60      | 54    |
| №207 Макароны, запеченные с сыром                |        | 200     | 282   |
| №349 Компот из смеси сухофруктов                 |        | 200     | 133   |
| №ПР Хлеб пшеничный                               |        | 40      | 118   |
| Итого:                                           | 78,68  | 500     | 588   |
| <b>Обед</b>                                      |        |         |       |
| №75 Икра свекольная                              |        | 60      | 111   |
| №96 Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью |        | 200/5/1 | 160   |
| №278 Тефтели тушеные в соусе                     |        | 100     | 145   |
| №302/171 Каша гречневая рассыпчатая              |        | 150     | 111   |
| №389 Сок фруктовый в ассортименте                |        | 200     | 35    |
| №ПР Хлеб пшеничный                               |        | 30      | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                         |        | 30      | 67    |
| Итого:                                           | 110,17 | 776     | 710   |
| Всего:                                           | 188,86 | 1 276   | 1 297 |

## Для всего меню

| В граммах                           |            | Витамины в миллиграммах |              |              |
|-------------------------------------|------------|-------------------------|--------------|--------------|
| Белки                               | Жиры       | Углеводы                | витВ1 - 0,76 | витВ2 - 0,72 |
| 44,39                               | 41,74      | 201                     | витС - 21,7  | витЕ - 0,39  |
|                                     |            |                         |              | витD - 0,54  |
| Минеральные вещества в миллиграммах |            |                         |              |              |
| Na - 1 593,68                       | K - 932,63 | Ca - 301,64             | Mg - 222,49  |              |
| P - 578,01                          | Fe - 10,94 | I - 119,05              | Se - 21      |              |

Зав. производством (Куликова Л.А.)

Калькулятор Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_

Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (1-4 класс)

# МЕНЮ

на 23.12.2025

| Наименование блюда                               | Цена   | Выход   | Ккал  |
|--------------------------------------------------|--------|---------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                   |        |         |       |
| №46 Салат из белокачанной капусты с яблоком      |        | 60      | 54    |
| №207 Макароны , запеченные с сыром               |        | 200     | 282   |
| №349 Компот из смеси сухофруктов                 |        | 200     | 133   |
| №ПР Хлеб пшеничный                               |        | 40      | 118   |
| Итого:                                           | 78,68  | 500     | 588   |
| <b>Обед</b>                                      |        |         |       |
| №75 Икра свекольная                              |        | 60      | 111   |
| №96 Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью |        | 200/5/1 | 160   |
| №278 Тефтели тушеные в соусе                     |        | 100     | 145   |
| №302/171 Каша гречневая рассыпчатая              |        | 150     | 111   |
| №389 Сок фруктовый в ассортименте                |        | 200     | 35    |
| №ПР Хлеб пшеничный                               |        | 30      | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                         |        | 30      | 67    |
| Итого:                                           | 110,17 | 776     | 710   |
| Всего:                                           | 188,86 | 1 276   | 1 297 |

Для всего меню

| В граммах                           |            | Углеводы    | Витамины в миллиграммах |              |              |
|-------------------------------------|------------|-------------|-------------------------|--------------|--------------|
| Белки                               | Жиры       |             | витА - 372,37           | витВ1 - 0,76 | витВ2 - 0,72 |
| 44,39                               | 41,74      | 201         | витС - 21,7             | витЕ - 0,39  | витD - 0,54  |
| Минеральные вещества в миллиграммах |            |             |                         |              |              |
| Na - 1 593,68                       | K - 932,63 | Ca - 301,64 | Mg - 222,49             |              |              |
| P - 578,01                          | Fe - 10,94 | I - 119,05  | Se - 21                 |              |              |

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А.)

Калькулятор \_\_\_\_\_ Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"  
 Директор  
 ООО "ИД "Здоровье Сыкт"



Директор школы № \_\_\_\_\_

ГБОУ СОШ Угорье (многодетные 5-11 класс)

Ha 23.12.2025

| Наименование блюда                                    | Цена   | Выход   | Кал   |
|-------------------------------------------------------|--------|---------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                        |        |         |       |
| №46 Салат из белокачанной капусты с яблоком           |        | 100     | 90    |
| №207 Макароны , запеченные с сыром                    |        | 210     | 299   |
| №349 Компот из смеси сухофруктов                      |        | 200     | 133   |
| №ПР Хлеб пшеничный                                    |        | 40      | 118   |
| Итого:                                                | 91,52  | 550     | 640   |
| <b>Обед</b>                                           |        |         |       |
| №75 Икра свекольная                                   |        | 100     | 185   |
| №96/Акт Рассольник Ленинградский со сметаной и зелены |        | 250/5/1 | 127   |
| №278 Тефтели тушеные в соусе                          |        | 100     | 145   |
| №303/Акт Каша гречневая с маслом сл.                  |        | 180     | 203   |
| №389 Сок фруктовый в ассортименте                     |        | 200     | 35    |
| №ПР Хлеб пшеничный                                    |        | 30      | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                              |        | 30      | 67    |
| Итого:                                                | 128,14 | 896     | 843   |
| Всего:                                                | 219,66 | 1 446   | 1 483 |

Для всего меню

|                                     |              |             |                         |              |              |
|-------------------------------------|--------------|-------------|-------------------------|--------------|--------------|
| В граммах                           |              |             | Витамины в миллиграммах |              |              |
| Белки                               | Жиры         | Углеводы    | витА - 454,39           | витВ1 - 0,68 | витВ2 - 0,71 |
| 48,01                               | 49,18        | 222,85      | витС - 23,97            | витЕ - 0,36  | витD - 0,71  |
| Минеральные вещества в миллиграммах |              |             |                         |              |              |
| Na - 2 836,15                       | K - 1 015,34 | Ca - 294,04 | Mg - 179,87             |              |              |
| P - 520,7                           | Fe - 9,74    | I - 262,64  | Se - 20,9               |              |              |

(Куликова Л.А.)

Фролова Л.Г.



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье ( 5-11 класс)

МЕНЮ

на 23.12.2025

| Наименование блюда                                    | Цена   | Выход   | Ккал  |
|-------------------------------------------------------|--------|---------|-------|
| Завтрак                                               |        |         |       |
| №46 Салат из белокачанной капусты с яблоком           |        | 100     | 90    |
| №207 Макароны , запеченные с сыром                    |        | 210     | 299   |
| №349 Компот из смеси сухофруктов                      |        | 200     | 133   |
| №ПР Хлеб пшеничный                                    |        | 40      | 118   |
| Итого:                                                | 91,52  | 550     | 640   |
| Обед                                                  |        |         |       |
| №75 Икра свекольная                                   |        | 100     | 185   |
| №96/Акт Рассольник Ленинградский со сметаной и зелены |        | 250/5/1 | 127   |
| №278 Тефтели тушеные в соусе                          |        | 100     | 145   |
| №303/Акт Каша гречневая с маслом сл.                  |        | 180     | 203   |
| №389 Сок фруктовый в ассортименте                     |        | 200     | 35    |
| №ПР Хлеб пшеничный                                    |        | 30      | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                              |        | 30      | 67    |
| Итого:                                                | 128,14 | 896     | 843   |
| Всего:                                                | 219,66 | 1 446   | 1 483 |

Для всего меню

|                                     |              |             |                         |              |              |
|-------------------------------------|--------------|-------------|-------------------------|--------------|--------------|
| В граммах                           |              |             | Витамины в миллиграммах |              |              |
| Белки                               | Жиры         | Углеводы    | витА - 454,39           | витВ1 - 0,68 | витВ2 - 0,71 |
| 48,01                               | 49,18        | 222,85      | витС - 23,97            | витЕ - 0,36  | витD - 0,71  |
| Минеральные вещества в миллиграммах |              |             |                         |              |              |
| Na - 2 836,15                       | K - 1 015,34 | Ca - 294,04 | Mg - 179,87             |              |              |
| P - 520,7                           | Fe - 9,74    | I - 262,64  | Se - 20,9               |              |              |

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А.)  
Калькулятор \_\_\_\_\_ Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (многодетные 5-11 класс)



# МЕНЮ

на 24.12.2025

| Наименование блюда                                    | Цена   | Выход   | Ккал  |
|-------------------------------------------------------|--------|---------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                        |        |         |       |
| №63 Салат из моркови (припущ.) и кураги               |        | 100     | 64    |
| №289 Рагу овощное из птицы                            |        | 250     | 319   |
| №376 Чай с сахаром                                    |        | 200     | 106   |
| №ПР Хлеб пшеничный                                    |        | 30      | 81    |
| Итого:                                                | 91,52  | 580     | 570   |
| <b>Обед</b>                                           |        |         |       |
| №Акт Салат Степной                                    |        | 100     | 61    |
| №99 Суп из овощей с птицей, сметаной и зеленью        |        | 250/5/1 | 154   |
| №272/330 Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом |        | 250     | 365   |
| №388 Напиток из плодов шиповника                      |        | 200     | 88    |
| №ПР Хлеб пшеничный                                    |        | 30      | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                              |        | 30      | 67    |
| Итого:                                                | 128,14 | 866     | 816   |
| Всего:                                                | 219,66 | 1 446   | 1 386 |

## Для всего меню

| В граммах                           |             | Витамины в миллиграммах |                |                |
|-------------------------------------|-------------|-------------------------|----------------|----------------|
| Белки                               | Жиры        | Углеводы                | вита А - 2     | вита В1 - 0,61 |
| 47,5                                | 52,64       | 191,5                   | 123,46         | 0,71           |
|                                     |             |                         | вита С - 157,4 | вита Е - 0,34  |
|                                     |             |                         |                | вита D - 0,36  |
| Минеральные вещества в миллиграммах |             |                         |                |                |
| Na - 1 908,88                       | K - 1 361,2 | Ca - 158,36             | Mg - 128,91    |                |
| P - 422,37                          | Fe - 7,27   | I - 179,8               | Se - 21,05     |                |

Зав. производством (Куликова Л.А.)

Калькулятор Фролова Л.Г.

ЕРЖДАЮ"  
сектор  
ОО "КДП "Здоровье и спорт"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (5-11 класс)



Директор школы №

МЕНЮ

на 24.12.2025

| Наименование блюда                                    | Цена   | Выход   | Ккал  |
|-------------------------------------------------------|--------|---------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                        |        |         |       |
| №63 Салат из моркови (припущ.) и кураги               |        | 100     | 64    |
| №289 Рагу овощное из птицы                            |        | 250     | 319   |
| №376 Чай с сахаром                                    |        | 200     | 106   |
| №ПР Хлеб пшеничный                                    |        | 30      | 81    |
| Итого:                                                | 91,52  | 580     | 570   |
| <b>Обед</b>                                           |        |         |       |
| №Акт Салат Степной                                    |        | 100     | 61    |
| №99 Суп из овощей с птицей, сметаной и зеленью        |        | 250/5/1 | 154   |
| №272/330 Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом |        | 250     | 365   |
| №388 Напиток из плодов шиповника                      |        | 200     | 88    |
| №ПР Хлеб пшеничный                                    |        | 30      | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                              |        | 30      | 67    |
| Итого:                                                | 128,14 | 866     | 816   |
| Всего:                                                | 219,66 | 1 446   | 1 386 |

Для всего меню

| В граммах                           |             |             | Витамины в миллиграммах |              |              |
|-------------------------------------|-------------|-------------|-------------------------|--------------|--------------|
| Белки                               | Жиры        | Углеводы    | витА - 2 123,46         | витВ1 - 0,61 | витВ2 - 0,71 |
| 47,5                                | 52,64       | 191,5       | витС - 157,4            | витЕ - 0,34  | витD - 0,36  |
| Минеральные вещества в миллиграммах |             |             |                         |              |              |
| Na - 1 908,88                       | K - 1 361,2 | Ca - 158,36 | Mg - 128,91             |              |              |
| P - 422,37                          | Fe - 7,27   | I - 179,8   | Se - 21,05              |              |              |

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А.)

Калькулятор \_\_\_\_\_ Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (ОВЗ)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №

*Л.А. Куликова*

# М Е Н Ю

на 24.12.2025

| Наименование блюда                                    | Цена   | Выход   | Ккал  |
|-------------------------------------------------------|--------|---------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                        |        |         |       |
| №63 Салат из моркови (припущ.) и кураги               |        | 60      | 38    |
| №289 Рагу овощное из птицы.                           |        | 200     | 223   |
| №376 Чай с сахаром                                    |        | 200     | 106   |
| №ПР Хлеб пшеничный                                    |        | 40      | 118   |
| Итого:                                                | 78,68  | 500     | 486   |
| <b>Обед</b>                                           |        |         |       |
| №Акт Салат Степной                                    |        | 60      | 60    |
| №99 Суп из овощей с птицей, сметаной и зеленью        |        | 200/5/1 | 117   |
| №272/330 Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом |        | 200     | 410   |
| №388 Напиток из плодов шиповника                      |        | 200     | 88    |
| №ПР Хлеб пшеничный                                    |        | 30      | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                              |        | 30      | 67    |
| Итого:                                                | 110,17 | 726     | 823   |
| Всего:                                                | 188,86 | 1 226   | 1 309 |

## Для всего меню

| В граммах                           |             |             | Витамины в миллиграммах |               |               |
|-------------------------------------|-------------|-------------|-------------------------|---------------|---------------|
| Белки                               | Жиры        | Углеводы    | вита А - 2 123,46       | витаВ1 - 0,65 | витаВ2 - 0,83 |
| 44,11                               | 43,45       | 171,37      | витаС - 157,4           | витаЕ - 0,34  | витаD - 0,48  |
| Минеральные вещества в миллиграммах |             |             |                         |               |               |
| Na - 2 108,48                       | K - 1 398,4 | Ca - 174,36 | Mg - 134,51             |               |               |
| P - 448,37                          | Fe - 7,71   | I - 181,08  | Se - 23,45              |               |               |

Зав. производством *Куликова Л.А.* (Куликова Л.А.)

Калькулятор *Фролова Л.Г.* Фролова Л.Г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор

ООО "КДП "Здоров и сыт"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (1-4 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_

Л.А. Куликова

## МЕНЮ

на 24.12.2025

| Наименование блюда                                    | Цена   | Выход   | Ккал  |
|-------------------------------------------------------|--------|---------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                        |        |         |       |
| №63 Салат из моркови (припущ.) и кураги               |        | 60      | 38    |
| №289 Рагу овощное из птицы.                           |        | 200     | 223   |
| №376 Чай с сахаром                                    |        | 200     | 106   |
| №ПР Хлеб пшеничный                                    |        | 40      | 118   |
| Итого:                                                | 78,68  | 500     | 486   |
| <b>Обед</b>                                           |        |         |       |
| №Акт Салат Степной                                    |        | 60      | 60    |
| №99 Суп из овощей с птицей, сметаной и зеленью        |        | 200/5/1 | 117   |
| №272/330 Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом |        | 200     | 410   |
| №388 Напиток из плодов шиповника                      |        | 200     | 88    |
| №ПР Хлеб пшеничный                                    |        | 30      | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                              |        | 30      | 67    |
| Итого:                                                | 110,17 | 726     | 823   |
| Всего:                                                | 188,86 | 1 226   | 1 309 |

## Для всего меню

| Белки | Жиры  | Углеводы | Витамины в миллиграммах |              |              |
|-------|-------|----------|-------------------------|--------------|--------------|
| 44,11 | 43,45 | 171,37   | витА - 2 123,46         | витВ1 - 0,65 | витВ2 - 0,83 |
|       |       |          | витС - 157,4            | витЕ - 0,34  | витD - 0,48  |

## Минеральные вещества в миллиграммах

|               |             |             |             |
|---------------|-------------|-------------|-------------|
| Na - 2 108,48 | K - 1 398,4 | Ca - 174,36 | Mg - 134,51 |
| P - 448,37    | Fe - 7,71   | I - 181,08  | Se - 23,45  |

Зав. производством \_\_\_\_\_

(Куликова Л.А.)

Калькулятор \_\_\_\_\_

Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДЛ "ЗДОРОВ И БЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (ОВЗ)

"СОГЛАСОВАНО"  
Директор школы №



*Л.А. Куликова*

МЕНЮ

на 25.12.2025

| Наименование блюда                               | Цена   | Выход | Ккал  |
|--------------------------------------------------|--------|-------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                   |        |       |       |
| №338 Яблоко                                      |        | 100   | 47    |
| №175 Каша вязкая молочная из риса и пшена        |        | 200/5 | 253   |
| №883/Акт Кисель                                  |        | 200   | 119   |
| №ПР Хлеб пшеничный                               |        | 30    | 81    |
| Итого:                                           | 78,68  | 535   | 500   |
| <b>Обед</b>                                      |        |       |       |
| №67 Винегрет овощной                             |        | 60    | 75    |
| №108/109 Суп картофельный с клецками и зеленью.  |        | 200   | 104   |
| №297/759 Фрикадельки из птицы с томатным соусом. |        | 100   | 179   |
| №202/309 Макароны изделия отварные с м/р         |        | 150   | 168   |
| №348 Компот из кураги                            |        | 200   | 115   |
| №ПР Хлеб пшеничный                               |        | 30    | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                         |        | 30    | 67    |
| Итого:                                           | 110,17 | 770   | 790   |
| Всего:                                           | 188,86 | 1 305 | 1 290 |

Для всего меню

| В граммах                           |              | Витамины в миллиграммах |              |              |
|-------------------------------------|--------------|-------------------------|--------------|--------------|
| Белки                               | Жиры         | Углеводы                | витВ1 - 0,44 | витВ2 - 0,59 |
| 39,3                                | 42,88        | 186,84                  | витЕ - 0,37  | витD - 9,04  |
| Минеральные вещества в миллиграммах |              |                         |              |              |
| Na - 1 901,69                       | K - 1 191,44 | Ca - 302,21             | Mg - 123,37  |              |
| P - 422,01                          | Fe - 7,46    | I - 187,24              | Se - 15,51   |              |

Зав. производством

(Куликова Л.А.)

Калькулятор

Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_



# М Е Н Ю

на 25.12.2025

| Наименование блюда                               | Цена   | Выход | Ккал  |
|--------------------------------------------------|--------|-------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                   |        |       |       |
| №338 Яблоко                                      |        | 100   | 47    |
| №175 Каша вязкая молочная из риса и пшена        |        | 200/5 | 253   |
| №883/Акт Кисель                                  |        | 200   | 119   |
| №ПР Хлеб пшеничный                               |        | 30    | 81    |
| Итого:                                           | 78,68  | 535   | 500   |
| <b>Обед</b>                                      |        |       |       |
| №67 Винегрет овощной                             |        | 60    | 75    |
| №108/109 Суп картофельный с клецками и зеленью.  |        | 200   | 104   |
| №297/759 Фрикадельки из птицы с томатным соусом. |        | 100   | 179   |
| №202/309 Макароны изделия отварные с м/р         |        | 150   | 168   |
| №348 Компот из кураги                            |        | 200   | 115   |
| №ПР Хлеб пшеничный                               |        | 30    | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                         |        | 30    | 67    |
| Итого:                                           | 110,17 | 770   | 790   |
| Всего:                                           | 188,86 | 1 305 | 1 290 |

## Для всего меню

| Белки                               | В граммах    | Жиры        | Углеводы    | Витамины в миллиграммах |              |              |
|-------------------------------------|--------------|-------------|-------------|-------------------------|--------------|--------------|
| 39,3                                |              | 42,88       | 186,84      | витА - 415,5            | витВ1 - 0,44 | витВ2 - 0,59 |
|                                     |              |             |             | витС - 26,72            | витЕ - 0,37  | витD - 9,04  |
| Минеральные вещества в миллиграммах |              |             |             |                         |              |              |
| Na - 1 901,69                       | K - 1 191,44 | Ca - 302,21 | Mg - 123,37 |                         |              |              |
| P - 422,01                          | Fe - 7,46    | I - 187,24  | Se - 15,51  |                         |              |              |

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А.)

Калькулятор \_\_\_\_\_ Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "Здоров и Сыт"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (многодетные 5-11 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №



# М Е Н Ю

на 25.12.2025

| Наименование блюда                                    | Цена   | Выход | Кхал  |
|-------------------------------------------------------|--------|-------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                        |        |       |       |
| №338 Яблоко                                           |        | 100   | 47    |
| №175 Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сл |        | 250/5 | 299   |
| №883/Акт Кисель                                       |        | 200   | 119   |
| №ПР Хлеб пшеничный                                    |        | 30    | 81    |
| Итого:                                                | 91,52  | 585   | 545   |
| <b>Обед</b>                                           |        |       |       |
| №67 Винегрет овощной                                  |        | 100   | 125   |
| №108/109 Суп картофельный с клецками и зеленью        |        | 250   | 104   |
| №297/759 Фрикадельки из птицы с томатным соусом.      |        | 100   | 179   |
| №202/309 Макароны изделия отварные с м/р.             |        | 180   | 202   |
| №348 Компот из кураги                                 |        | 200   | 115   |
| №ПР Хлеб пшеничный                                    |        | 30    | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                              |        | 30    | 67    |
| Итого:                                                | 128,14 | 890   | 873   |
| Всего:                                                | 219,66 | 1 475 | 1 419 |

## Для всего меню

| В граммах                           |             | Углеводы    | Витамины в миллиграммах |              |              |
|-------------------------------------|-------------|-------------|-------------------------|--------------|--------------|
| Белки                               | Жиры        |             | витА - 483,19           | витВ1 - 0,47 | витВ2 - 0,63 |
| 46,95                               | 51,41       | 212,2       | витС - 29,27            | витРР - 0,1  | витЕ - 0,37  |
| Минеральные вещества в миллиграммах |             |             |                         |              |              |
| Na - 2 094,45                       | K - 1 311,5 | Ca - 321,43 | Mg - 132,83             |              |              |
| P - 449,88                          | Fe - 7,74   | I - 180,41  | Se - 13,84              |              |              |

Зав. производством

(Куликова Л.А)

Калькулятор

Фролова Л.Г

ПРЕДСТАВЛЯЮ  
Директор  
ООО "КДЛ "Здоровье и быт"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (5-11 класс)



СОГЛАСОВАНО

Директор школы №

*Татьяна Петровна*

# МЕНЮ

на 25.12.2025

| Наименование блюда                                    | Цена   | Выход | Ккал  |
|-------------------------------------------------------|--------|-------|-------|
| <b>Завтрак</b>                                        |        |       |       |
| №338 Яблоко                                           |        | 100   | 47    |
| №176 Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сл |        | 250/5 | 299   |
| №883/Акт Кисель                                       |        | 200   | 119   |
| №ПР Хлеб пшеничный                                    |        | 30    | 81    |
| Итого:                                                | 91,52  | 585   | 545   |
| <b>Обед</b>                                           |        |       |       |
| №67 Винегрет овощной                                  |        | 100   | 125   |
| №108/109 Суп картофельный с клецками и зеленью        |        | 250   | 104   |
| №297/759 Фрикадельки из птицы с томатным соусом       |        | 100   | 179   |
| №202/309 Макароны изделия отварные с м/р.             |        | 180   | 202   |
| №348 Компот из кураги                                 |        | 200   | 115   |
| №ПР Хлеб пшеничный                                    |        | 30    | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                              |        | 30    | 67    |
| Итого:                                                | 128,14 | 890   | 873   |
| Всего:                                                | 219,66 | 1 475 | 1 419 |

## Для всего меню

| В граммах                           |             | Витамины в миллиграммах |               |
|-------------------------------------|-------------|-------------------------|---------------|
| Белки                               | Жиры        | Углеводы                | ВитА - 483,19 |
| 46,95                               | 51,41       | 212,2                   | витВ1 - 0,47  |
|                                     |             |                         | витВ2 - 0,63  |
|                                     |             |                         | витС - 29,27  |
|                                     |             |                         | витРР - 0,1   |
|                                     |             |                         | витЕ - 0,37   |
| Минеральные вещества в миллиграммах |             |                         |               |
| Na - 2 094,45                       | K - 1 311,5 | Ca - 321,43             | Mg - 132,83   |
| P - 449,88                          | Fe - 7,74   | I - 180,41              | Se - 13,84    |

Зав. производством

(Куликова Л.А.)

Калькулятор

Фролова Л.Г.

ООО "КДП "ЗДОРОВИЙ ГЫТ"



ГБОУ СОШ Угорье (многодетные 5-11 класс)

Директор школы №



HA 26.12.2025

Для всего меню

|                                     |              |             |                         |              |              |
|-------------------------------------|--------------|-------------|-------------------------|--------------|--------------|
| В граммах                           |              |             | Витамины в миллиграммах |              |              |
| Белки                               | Жиры         | Углеводы    | витА - 434,77           | витВ1 - 0,75 | витВ2 - 0,94 |
| 50,83                               | 48,57        | 205,35      |                         |              |              |
| Минеральные вещества в миллиграммах |              |             |                         |              |              |
| Na - 2 324,7                        | K - 1 445,07 | Ca - 225,68 | Mg - 187,28             |              |              |
| P - 639,14                          | Fe - 10,99   | I - 243,42  | Se - 44,79              |              |              |

(Куликова Л.А.)

Фролова Л.Г.

ПЕРЖДАЮ"  
Директор  
ОО "КДП "ЗДОРОВИ СЫН"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье ( 5-11 класс)



"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы № \_\_\_\_\_

# М Е Н Ю

на 26.12.2025

| Наименование блюда                           | Цена   | Выход    | Ккал  |
|----------------------------------------------|--------|----------|-------|
| <b>Завтрак</b>                               |        |          |       |
| №209 Яйцо вареное                            |        | 60       | 95    |
| №268 Котлеты из мяса с соусом                |        | 100      | 126   |
| №303/Акт Каша гречневая с маслом сл.         |        | 180      | 203   |
| №376 Чай с сахаром                           |        | 200      | 106   |
| №ПР Хлеб пшеничный                           |        | 30       | 81    |
| Итого:                                       | 91,52  | 570      | 610   |
| <b>Обед</b>                                  |        |          |       |
| №45 Салат из белокачанной капусты с морковью |        | 100      | 60    |
| №113 Суп-лапша домашняя с цыпленком, зеленью |        | 10/250/1 | 184   |
| №259 Жаркое из птицы.                        |        | 250      | 291   |
| №349 Компот из смеси сухофруктов             |        | 200      | 133   |
| №ПР Хлеб пшеничный                           |        | 30       | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                     |        | 30       | 67    |
| Итого:                                       | 128,14 | 871      | 816   |
| Всего:                                       | 219,66 | 1 441    | 1 426 |

## Для всего меню

| В граммах                           |              | Витамины в миллиграммах |               |                              |
|-------------------------------------|--------------|-------------------------|---------------|------------------------------|
| Белки                               | Жиры         | Углеводы                | витА - 434,77 | витВ1 - 0,75    витВ2 - 0,94 |
| 50,83                               | 48,57        | 205,35                  |               |                              |
| Минеральные вещества в миллиграммах |              |                         |               |                              |
| Na - 2 324,7                        | K - 1 445,07 | Ca - 225,68             | Mg - 187,28   |                              |
| P - 639,14                          | Fe - 10,99   | I - 243,42              | Se - 44,79    |                              |

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А.)

Калькулятор \_\_\_\_\_ Фролова Л.Г.

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И СЫТ"

Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (ОВЗ)



Директор школы № \_\_\_\_\_

**М Е Н Ю**

на 26.12.2025

| Наименование блюда                           | Цена   | Выход    | Ккал  |
|----------------------------------------------|--------|----------|-------|
| <b>Завтрак</b>                               |        |          |       |
| №209 Яйцо вареное                            |        | 60       | 95    |
| №268 Котлеты из мяса с соусом                |        | 100      | 126   |
| №302/171 Каша гречневая рассыпчатая          |        | 150      | 111   |
| №376 Чай с сахаром                           |        | 200      | 106   |
| №ПР Хлеб пшеничный                           |        | 30       | 81    |
| Итого:                                       | 78,68  | 540      | 518   |
| <b>Обед</b>                                  |        |          |       |
| №45 Салат из белокочанной капусты с морковью |        | 60       | 32    |
| №113 Суп-лапша домашняя с цыпленком, зеленью |        | 10/200/1 | 213   |
| №259 Жаркое из птицы                         |        | 200      | 209   |
| №349 Компот из смеси сухофруктов             |        | 200      | 133   |
| №ПР Хлеб пшеничный                           |        | 30       | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                     |        | 30       | 67    |
| Итого:                                       | 110,17 | 731      | 734   |
| Всего:                                       | 188,86 | 1 271    | 1 252 |

Для всего меню

| Белки                               | В граммах<br>Жиры | Углеводы    | Витамины в миллиграммах |              |              |
|-------------------------------------|-------------------|-------------|-------------------------|--------------|--------------|
| 43,51                               | 43,45             | 170,73      | витА - 351,24           | витВ1 - 0,79 | витВ2 - 0,95 |
| Минеральные вещества в миллиграммах |                   |             |                         |              |              |
| Na - 1 710,99                       | K - 1 296,13      | Ca - 205,24 | Mg - 219,67             |              |              |
| P - 677,38                          | Fe - 12           | I - 168,89  | Se - 43,27              |              |              |

Зав. производством \_\_\_\_\_

(Куликова Л.А.)

Калькулятор \_\_\_\_\_

Фролова Л.Г.

ТВЕРЖДАЮ

Директор

ООО "КДП "ЗДОРОВ И БЫТ"



Соскова К.Ю.

ГБОУ СОШ Угорье (1-4 класс)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор школы №



на 26.12.2025

# МЕНЮ

| Наименование блюда                           | Цена   | Выход    | Ккал  |
|----------------------------------------------|--------|----------|-------|
| <b>Завтрак</b>                               |        |          |       |
| №209 Яйцо вареное                            |        | 60       | 95    |
| №268 Котлеты из мяса с соусом                |        | 100      | 126   |
| №302/171 Каша гречневая рассыпчатая          |        | 150      | 111   |
| №376 Чай с сахаром                           |        | 200      | 106   |
| №ПР Хлеб пшеничный                           |        | 30       | 81    |
| Итого:                                       | 78,68  | 540      | 518   |
| <b>Обед</b>                                  |        |          |       |
| №45 Салат из белокочанной капусты с морковью |        | 60       | 32    |
| №113 Суп-лапша домашняя с цыпленком, зеленью |        | 10/200/1 | 213   |
| №259 Жаркое из птицы                         |        | 200      | 209   |
| №349 Компот из смеси сухофруктов             |        | 200      | 133   |
| №ПР Хлеб пшеничный                           |        | 30       | 81    |
| №ПР Хлеб ржано пшеничный                     |        | 30       | 67    |
| Итого:                                       | 110,17 | 731      | 734   |
| Всего:                                       | 188,86 | 1 271    | 1 252 |

## Для всего меню

|                                     |              |                         |               |                              |
|-------------------------------------|--------------|-------------------------|---------------|------------------------------|
| В граммах                           |              | Витамины в миллиграммах |               |                              |
| Белки                               | Жиры         | Углеводы                | витА - 351,24 | витВ1 - 0,79    витВ2 - 0,95 |
| 43,51                               | 43,45        | 170,73                  |               |                              |
| Минеральные вещества в миллиграммах |              |                         |               |                              |
| Na - 1 710,99                       | K - 1 296,13 | Ca - 205,24             | Mg - 219,67   |                              |
| P - 677,38                          | Fe - 12      | I - 168,89              | Se - 43,27    |                              |

Зав. производством \_\_\_\_\_ (Куликова Л.А.)

Калькулятор \_\_\_\_\_ Фролова Л.Г.