

Согласовано:

Директора школы № 33

Семенова Н.В.

Утверждаю:

Директор ООО "Кулинар-плюс"

Бенда Л.М.



ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

школа № 33-МЕНЮ на 16 Сентября 2026 г.

Наименование	Цена руб.коп.	Выход, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. цен-ть, кКал.
Завтрак 1-4 кл						
Сыр порциями	14-42	21	4.83	8.19		76
Каша молочная рисовая с маслом	24-43	245/10	10.54	14.52	39.20	360
Чай с лимоном	5-32	200/7	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб пшеничный	4-83	50	3.95	0.50	24.00	117
Итого	49-00		19.58	23.27	78.42	612
Завтрак 5-11 кл						
Сыр порциями	19-22	28	6.44	10.92		101
Каша молочная рисовая с маслом	30-66	285/15	8.55	15.46	61.20	400
Чай с лимоном	5-32	200/7	0.26	0.06	15.22	59
Хлеб пшеничный	5-80	60	4.74	0.60	28.80	140
Итого	61-00		19.99	27.04	105.22	700
Обед 1-4 кл						
Помидоры свежие порциями	13-71	60	0.66	0.12	2.28	13
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной с мясом	16-54	5/200/5	4.72	4.00	8.00	101
Кнели из кур с рисом с соусом	54-50	70/35	15.20	12.74	9.75	195
Картофельное пюре	14-03	150	3.22	5.56	22.00	155
Компот из смеси сухофруктов	6-90	200	0.44		28.88	124
Хлеб ржаной	4-32	60/2 кус	2.82	0.60	24.60	126
Итого	110-00		27.06	23.02	95.51	714
Обед 5-11 кл						
Помидоры свежие порциями	22-85	100	1.10	0.20	3.80	22
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной с мясом	18-25	5/250/5	5.90	5.00	10.00	126
Кнели из кур с рисом с соусом	52-85	66/45	14.33	12.01	9.19	184
Картофельное пюре	16-83	180	3.48	6.01	23.77	177
Компот из смеси сухофруктов	6-90	200	0.44		28.88	124
Хлеб ржаной	4-32	60/2 кус	2.82	0.60	24.60	126
Итого	122-00		28.07	23.82	100.24	759
Полдник (14-00)						
Булочка творожная	10-90	51	6.78	1.84	28.36	150
Чай с молоком	8-19	200	1.60	1.65	17.36	86
Шоколад мини	30-91	18-2 шт	1.80	5.76	9.18	96
Итого	50-00		10.18	9.25	54.90	332

Зав производством

Кузьмина А.В.

Экономист по ценам

Некрасова И.Б.

Согласовано:

Директора школы № 33

Семенова Н.В.

Утверждаю:

Директор ООО "Кулинар-плюс"

Бенда Л.М.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА

школа № 33 МЕНЮ на 17 Сентября 2026 г.



Наименование	Цена руб.коп.	Выход, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. цен-ть, кКал.
Завтрак 1-4 кл						
Масло сливочное	14-54	20	0.10	14.50	0.16	132
Каша молочная пшениная с маслом	23-51	250/10	13.76	13.90	33.66	347
Чай охлажденный с плодовым соком	6-12	200	0.34	0.02	22.53	95
Хлеб пшеничный	4-83	50	3.95	0.50	24.00	117
Итого	49-00		18.15	28.92	80.35	691
Завтрак 5-11 кл						
Масло сливочное	14-54	20	0.10	14.50	0.16	132
Каша молочная пшениная с маслом	30-55	285/17	15.69	15.85	38.37	396
Чай охлажденный с плодовым соком	6-12	200	0.34	0.02	22.53	95
Хлеб пшеничный	5-80	60	4.74	0.60	28.80	140
Конфета Отважный комарик	3-99	12		0.01	8.64	35
Итого	61-00		20.87	30.98	98.50	798
Обед 1-4 кл						
Салат из белокочанной капусты	6-78	60	0.93	3.05	5.65	61
Суп картофельный с рыбой	32-52	16/250	2.00	4.90	14.30	110
Гуляш	44-70	50/50	10.64	28.19	2.89	309
Рис отварной	11-74	150	3.60	6.00	36.70	228
Компот из свежих плодов	9-94	200	0.20	0.16	27.88	115
Хлеб ржаной	4-32	60/2 кус	2.82	0.60	24.60	126
Итого	110-00		20.19	42.90	112.02	949
Обед 5-11 кл						
Салат из белокочанной капусты	11-30	100	1.55	5.08	9.42	101
Суп картофельный с рыбой	33-19	16,5/250	2.00	4.90	14.30	110
Гуляш	49-17	55/55	11.70	31.01	3.18	340
Рис отварной	14-08	180	4.32	7.20	44.10	274
Компот из свежих плодов	9-94	200	0.20	0.16	27.88	115
Хлеб ржаной	4-32	60/2 кус	2.82	0.60	24.60	126
Итого	122-00		22.59	48.95	123.48	1066
Полдник (14-00)						
Пряник	17-64	40	2.00	1.60	29.60	148
Напиток апельсиновый	6-88	200	0.20	0.04	25.73	100
Яблоки свежие	25-48	157	0.47		13.50	63
Итого	50-00		2.67	1.64	68.83	311

Зав производством

Кузьмина А.В.

Экономист по ценам

Некрасова И.Б.