



Утверждаю: генеральный директор ООО "КШП"  
Л.Б. Кайдашова



**Примерное меню по ООО "Комбинат школьного питания"**  
**для питания учащихся в общеобразовательных школах**  
**по сложившимся ценам на 09.03.2025 0:00:10**

Дата	Школ.завтрак ОВЗ 68,52 Орск экспертиза	Цена	Выход	Бел	Жир	Угл	Кал
10.03.25	Каша молочная пшеничная вязкая с маслом сливочным	21,98	200/5	7,74	7,1	34,25	231,87
	Яйцо вареное вкрутую	14,85	45	5,36	4,5	0,27	63,63
	Чай с сахаром	1,83	200	0,09	0,02	12,01	48,61
	Батон нарезной	4,16	40	3,08	0,32	20,08	97,2
	Печенье	5,82	33	3	4,3	23,1	158
	Яблоко	19,88	120	0,5	0	13,56	55,2
	<b>ИТОГО</b>	<b>68,52</b>					
11.03.25	Пельмени с курицей	43,26	150	15,2	7,6	33,12	262,2
	Масло сливочное на полив	2,54	2	0,02	1,3	0,02	11,64
	Чай с сахаром	1,73	200	0,09	0,02	12,01	48,61
	Хлеб пшеничный из муки в/с	1,62	25	1,9	0,23	12,1	58
	Яблоко	16,50	100	0,4	0,4	9,8	44,4
	Вафли	2,87	12	0,6	2,76	7,92	58,8
	<b>ИТОГО</b>	<b>68,52</b>					
12.03.25	Котлеты рубленые из бройлеров-цыплят	34,53	60	10,49	5,52	10,1	130,55
	Каша рассыпчатая гречневая	9,30	130	6,93	4,71	36,88	208
	Чай с лимоном	5,00	210	0,27	0,06	15,3	62,8
	Хлеб пшеничный из муки в/с	1,91	30	2,28	0,27	14,52	69,6
	Печенье	1,76	10	0,7	2	6,4	47
	Фрукты мытые поштучно	16,02	100	0,4	0,4	9,8	44,4
	<b>ИТОГО</b>	<b>68,52</b>					
13.03.25	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	15,41	150/3	3,63	3,78	22,86	139,96
	Блинчики	37,76	128	4,5	7,68	31,38	216,44
	Чай с сахаром	1,80	200	0,09	0,02	12,01	48,61
	Батон нарезной	2,70	27	2,08	0,22	13,55	65,61
	Пирожное	10,85	34	1,5	4,33	17,66	116
	<b>ИТОГО</b>	<b>68,52</b>					
14.03.25	Яблоко	21,45	130	0,5	0	14,3	59,8
	Гуляш	28,84	50	6,09	14,7	1,9	161,12
	Макароны отварные	10,47	150	7,1	3,91	32,81	187,78
	Чай с сахаром	6,03	200	0,28	0,09	10,7	44,68
		1,73	30	2,28	0,27	14,52	69,6



Утверждаю: генеральный директор ООО "КШП"  
Л.Б. Кайдашова



**Примерное меню по ООО "Комбинат школьного питания"**  
**для питания учащихся в общеобразовательных школах**  
**по сложившимся ценам на 09.03.2025 0:00:11**

Дата	Школ.завтрак ОВЗ 13,30 (второй) Орск	Цена	Выход	Бел	Жир	Угл	Кал
10.03.25	Сок фруктовый						
	<b>ИТОГО</b>	13,30					
11.03.25	Сок фруктовый	13,30	190	0,95	0	22,23	89,3
	<b>ИТОГО</b>	13,30					
12.03.25	Сок фруктовый	13,30	190	0,95	0	22,23	89,3
	<b>ИТОГО</b>	13,30					
13.03.25	Сок фруктовый	13,30	190	0,95	0	22,23	89,3
	<b>ИТОГО</b>	13,30					
14.03.25	Сок фруктовый	13,30	190	0,95	0	22,23	89,3
	<b>ИТОГО</b>	13,30					
		13,30	190	0,95	0	22,23	89,3

Ст. технолог:

*С.В.*

Калькулятор:





Утверждаю: генеральный директор ООО "КШП"  
Л.Б. Кайдашова



**Примерное меню по ООО "Комбинат школьного питания"**  
**для питания учащихся в общеобразовательных школах**  
**по сложившимся ценам на 09.03.2025 0:00:04**

Дата	Школ.обед 115+12,60 (с 12 лет) Орск при 1 раз. питании экс	Цена	Выход	Бел	Жир	Угл	Кал
10.03.25	Фрукты мытые поштучно	24,75	150	0,6	0,6	14,7	66,6
	Суп картофельный с макаронными изделиями и курицей	26,53	270	7,3	5,73	19,03	156,06
	Тефтели с соусом	45,08	100	8,92	14,52	11,94	217,4
	Макароны отварные	12,56	180	8,15	4,69	39,37	225,34
	Сок фруктовый	14,19	200	1	0,2	20,4	92
	Хлеб пшеничный из муки в/с	2,51	40	3,04	0,36	19,36	92,8
	Хлеб ржано-пшеничный 1с	1,98	30	1,98	0,33	12,3	60
	<b>ИТОГО</b>	<b>127,60</b>					
11.03.25	Фрукты мытые поштучно	16,50	100	0,4	0,4	9,8	44,4
	Щи из свежей капусты и картофеля со сметаной	19,36	250/10	2,03	5,92	8,86	96,23
	Запеканка картофельная с мясом и маслом	79,09	200	12,34	17,67	34,05	347,17
	Напиток лимонный	6,47	200	0,14	0,02	20,44	82,48
	Хлеб пшеничный из муки в/с	2,54	40	3,04	0,36	19,36	92,8
	Хлеб ржано-пшеничный 1с	1,90	30	1,98	0,33	12,3	60
	Печенье	1,74	10	0,7	2	6,4	47
		<b>ИТОГО</b>	<b>127,60</b>				
12.03.25	Икра из кабачков	18,33	70	0,7	4,55	3,29	68
	Борщ "Сибирский" с фрикадельками	37,77	250/15	6,28	6,01	15,17	140,58
	Пельмени отварные с мясом и маслом сливочным	64,42	180/3	22,74	21,0	40,48	449
	Чай с сахаром	1,90	200	0,09	0,02	12,01	48,61
	Хлеб пшеничный из муки в/с	2,54	40	3,04	0,36	19,36	92,8
	Хлеб ржано-пшеничный 1с	2,64	40	2,64	0,44	16,4	80
		<b>ИТОГО</b>	<b>127,60</b>				
13.03.25	Фрукты мытые поштучно	21,45	130	0,52	0,52	12,74	57,72
	Суп картофельный с бобовыми и с гречками	20,43	270	11,4	3,78	44,8	258,37
	Бройлерный цыпленок запеченный с сухарях	54,15	100	20,7	19,41	3,66	269,84
	Каша рассыпчатая гречневая	10,74	150	8,21	5,36	36,07	225,42
	Чай с лимоном	4,80	200/8	0,28	0	15,3	58,68
	Хлеб пшеничный из муки в/с	2,16	35	2,66	0,32	16,94	81,20
	Хлеб ржано-пшеничный 1с	1,98	30	1,98	0,33	12,3	60
	Пирожное	11,89	34	1,5	4,33	17,66	116
	<b>ИТОГО</b>	<b>127,60</b>					
14.03.25	Яблоко	20,63	125	0,5	0	14,13	57,6
	Рассольник "Ленинградский"	16,95	250	2,17	4,78	15,4	112,84
	Плов	63,48	220	14,48	23,04	43,99	439,57
	Компот из свежих замороженных ягод	8,86	200	0,2	0,09	17,73	72,57
	Хлеб ржано-пшеничный 1с	2,31	35	2,31	0,39	14,35	70
	Хлеб пшеничный из муки в/с	2,41	40	3,04	0,36	19,36	92,8
	Вафли	12,96	22,5	1,35	6,3	13,5	117
	<b>ИТОГО</b>	<b>127,60</b>					

Ст. технолог:

*Л.Б. Кайдашова*

Калькулятор:

Директор школы: *Лугез*

Утверждаю: генеральный директор ООО "КШП"

*Л.Б. Кайдашова*



**Примерное меню по ООО "Комбинат школьного питания"  
для питания учащихся в общеобразовательных школах  
по сложившимся ценам на 09.03.2025 0:00:01**



Дата	Школ. завтрак 71,47 (7-11 лет) Орск экс.	Цена	Выход	Бел	Жир	Угл	Кал
10.03.25	Каша молочная пшениная вязкая с маслом сливочным	21,98	200/5	7,74	7,1	34,25	231,87
	Яйцо вареное вкрутую	14,85	45	5,36	4,5	0,27	63,63
	Чай с лимоном	5,38	210	0,27	0,06	15,3	62,8
	Батон нарезной	3,12	30	1,25	0,9	15,23	56,25
	Печенье	5,82	33	3	4,3	23,1	158
	Яблоко	20,32	125	0,5	0	14,13	57,6
	<b>ИТОГО</b>	<b>71,47</b>					
11.03.25	Пельмени с курицей	43,26	150	15,2	7,6	33,12	262,2
	Масло сливочное на полив	2,54	2	0,02	1,3	0,02	11,64
	Чай с сахаром	1,83	200	0,09	0,02	12,01	48,61
	Хлеб пшеничный из муки в/с	1,62	25	1,9	0,23	12,1	58
	Яблоко	16,50	100	0,4	0,4	9,8	44,4
	Вафли	5,72	24	1,2	5,52	16,08	120
	<b>ИТОГО</b>	<b>71,47</b>					
12.03.25	Котлеты рубленые из бройлеров-цыплят	34,57	60	10,49	5,52	10,1	130,55
	Каша рассыпчатая гречневая	9,30	130	6,93	4,71	36,88	208
	Чай с лимоном	3,34	205	0,23	0,05	10,18	42,08
	Хлеб пшеничный из муки в/с	1,91	30	2,28	0,27	14,52	69,6
	Печенье	2,03	11	0,88	2,42	7,5	59,4
	Фрукты мытые поштучно	20,32	125	0,5	0,5	12,25	55
	<b>ИТОГО</b>	<b>71,47</b>					
13.03.25	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	21,82	200/5	4,85	5,68	30,49	192,41
	Блинчики	19,51	64	2,25	3,84	15,69	108,21
	Сок фруктовый	14,19	200	1	0,2	20,4	92
	Батон нарезной	4,15	40	1,67	1,2	20,3	75
	Пирожное	11,80	34	1,5	4,33	17,66	116
	<b>ИТОГО</b>	<b>71,47</b>					
14.03.25	Яблоко	21,45	130	0,5	0	14,3	59,8
	Гуляш	28,84	50	6,09	14,7	1,9	161,12
	Макароны отварные	10,34	150	7,1	3,91	32,81	187,78
	Чай с замороженными ягодами и сахаром	6,06	200	0,28	0,09	10,7	44,68
	Хлеб пшеничный из муки в/с	1,62	25	1,9	0,23	12,1	58
	Печенье	3,16	20	1,4	4	12,8	94
	<b>ИТОГО</b>	<b>71,47</b>					

Ст. технолог:

*Л.Б. Кайдашова*

Калькулятор:





Утверждаю: генеральный директор ООО "КШП"  
*Л.Б. Кайдашова*



**Примерное меню по ООО "Комбинат школьного питания"  
 для питания учащихся в общеобразовательных школах  
 по сложившимся ценам на 09.03.2025 0:00:02**

Дата	Школ.завтрак 80,00+12,60 (с 12 лет) Орск экс.	Цена	Выход	Бел	Жир	Угл	Кал
10.03.25	Каша молочная пшеничная вязкая с маслом сливочным	26,00	250/5	9,68	8,09	42,81	282,82
	Блинчики	19,48	64	2,25	3,84	15,69	108,21
	Яйцо вареное вкрутую	14,85	45	5,36	4,5	0,27	63,63
	Чай с лимоном	5,01	200/9	0,29	0	15,37	59,3
	Батон нарезной	4,16	40	3,08	0,32	20,08	97,2
	Фрукты мытые поштучно	23,10	140	0,56	0,56	13,72	62,16
	<b>ИТОГО</b>	<b>92,60</b>					
11.03.25	Пельмени с курицей	57,68	200	20,44	10,13	43,52	349,6
	Масло сливочное на полив	2,47	2	0,02	1,3	0,02	11,64
	Чай с сахаром	1,84	200	0,09	0,02	12,01	48,61
	Хлеб пшеничный из муки в/с	2,22	35	2,66	0,32	16,94	81,20
	Фрукты мытые поштучно	16,50	100	0,4	0,4	9,8	44,4
	Пирожное	11,89	34	1,5	4,33	17,66	116
	<b>ИТОГО</b>	<b>92,60</b>					
12.03.25	Котлеты рубленные из бройлеров-цыплят	40,30	70	13,33	4,71	9,95	135,44
	Каша рассыпчатая гречневая	10,74	150	8,21	5,36	36,07	225,42
	Сок фруктовый	14,19	200	1	0,2	20,4	92
	Хлеб пшеничный из муки в/с	2,39	40	3,04	0,36	19,36	92,8
	Печенье	3,53	20	1,4	4	12,8	94
	Фрукты мытые поштучно	21,45	130	0,52	0,52	12,74	57,72
	<b>ИТОГО</b>	<b>92,60</b>					
13.03.25	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	27,34	250/6,3	6,07	7,13	38,08	240,7
	Блинчики	19,51	64	2,25	3,84	15,69	108,21
	Чай с лимоном	5,33	210	0,27	0,06	15,3	62,8
	Батон нарезной	3,80	40	1,67	1,2	20,3	75
	Фрукты мытые поштучно	24,75	150	0,6	0,6	14,7	66,6
	Пирожное	11,87	34	1,5	4,33	17,66	116
	<b>ИТОГО</b>	<b>92,60</b>					
14.03.25	Гуляш	51,84	90	10,54	18,07	4,3	237,88
	Макароны отварные	12,41	180	8,15	4,69	39,37	225,34
	Чай с замороженными ягодами и сахаром	6,03	200	0,28	0,09	10,7	44,68
	Хлеб пшеничный из муки в/с	2,54	40	3,04	0,36	19,36	92,8
	Фрукты мытые поштучно	19,78	120	0,48	0,48	11,76	53,28
	<b>ИТОГО</b>	<b>92,60</b>					

Ст. технолог:

*Л.Б. Кайдашова*

Калькулятор: