Утверждаю:
Директор ООО "Метаполис"

Согласовано:
Директор МБОУ "СОШ № 21
г.Сальск
Т.И.Светличная

ПОНЕДЕЛЬНИК 1 неделя

дата "____" _____2026г

Наименование блюд	выход порции	каллорий ность блюда	стоимост ь блюда
Завтрак для 1-4 кл			
Каша жидкая молочная рисовая	150	138,00	20,11
Омлет натуральный	130	184,13	45,07
Икра кабачковая	60	88,20	24,49
Чай с фруктовый	200	68,65	6,97
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого завтрак	**580**	**572,74**	**100,00**
Завтрак для обучающихся 5-11 кл, членов семей участников СВО и многодетных семей			
Каша жидкая молочная рисовая	230	231,90	31,92
Яйца вареные	50	56,55	15,70
Маффины сливочные	30	108,25	23,00
Напиток злаковый на молоке	200	101,60	9,88
Хлеб пшеничный йодированный	45	105,48	3,88
Итого завтрак	**555**	**603,78**	**84,38**

Наименование блюд	выход порции	каллорий ность блюда	стоимост ь блюда
Питание обучающихся с ОВЗ 1-4кл			
Завтрак			
Каша жидкая молочная рисовая	150	138,00	20,11
Омлет натуральный	130	184,13	45,07
Икра кабачковая	60	88,20	24,49
Чай с фруктовый	200	68,65	6,97
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого завтрак	**580**	**572,74**	**100,00**
Обед			
Суп картофельный с бобовыми (горохом)	250	196,43	25,37
Рагу из мяса птицы	220	335,00	61,37
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого обед	**710**	**669,09**	**93,70**
Итого за день	**1290**	**1241,83**	**193,70**
Питание обучающихся с ОВЗ 5-11кл			
Завтрак			
Каша жидкая молочная рисовая	230	231,90	31,92
Яйца вареные	50	56,55	15,70
Маффины сливочные	30	108,25	23,00
Напиток злаковый на молоке	200	101,60	9,88
Хлеб пшеничный йодированный	45	105,48	3,88
Итого завтрак	**555**	**603,78**	**84,38**
Обед			
Суп картофельный с бобовыми (горохом)	250	196,43	25,37
Рагу из мяса птицы	220	335,00	61,37
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого обед	**710**	**669,09**	**93,70**
Итого за день	**1265**	**1272,87**	**178,08**

Наименование блюд	выход порции	каллорий ность блюда	стоимост ь блюда
Комплекс платного питания			
Завтрак для 5-11 кл			
Каша жидкая молочная рисовая	230	231,90	31,92
Яйца вареные	50	56,55	15,70
Маффины сливочные	30	108,25	23,00
Напиток злаковый на молоке	200	101,60	9,88
Хлеб пшеничный йодированный	45	105,48	3,88
Итого завтрак	**555**	**603,78**	**84,38**
Обед для 1-11 кл			
Суп картофельный с бобовыми (горохом)	200	157,14	23,30
Сосиска запеченная в тесте	70	198,39	44,74
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого обед	**510**	**493,19**	**75,00**
Обед для 5-11 кл			
Суп картофельный с бобовыми (горохом)	250	196,43	25,37
Рагу из мяса птицы	220	335,00	61,37
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого обед	**710**	**669,09**	**93,70**

Утверждаю
Директор ОГО "Мегаполис"
В.А.Лисенко

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 21
г.Сальск
Т.И.Светличная

ВТОРНИК 1 неделя

дата "____" _____2026г

Наименование блюд	выход порции	калорий ность блюда	стоимость блюда
Завтрак для 1-4 кл			
Гречка по-купечески	200	323,35	59,96
Салат из свеклы	60	67,40	9,94
Чай с лимоном и сахаром	200	60,00	6,77
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Сыр "Российский" (порциями)	15	32,09	19,97
Итого завтрак	**515**	**576,60**	**100,00**
Завтрак для обучающихся 5-11 кл, членов семей участников СВО и многодетных семей			
Гречка по-купечески	180	362,72	54,22
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Фрукты свежие (яблоки)	130	57,72	23,20
Итого завтрак	**550**	**558,10**	**84,38**

Наименование блюд	выход порции	калорий ность блюда	стоимость блюда
Питание обучающихся с ОВЗ 1-4кл 1 смена			
Завтрак			
Гречка по-купечески	200	323,35	59,96
Салат из свеклы	60	67,40	9,94
Чай с лимоном и сахаром	200	60,00	6,77
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Сыр "Российский" (порциями)	15	32,09	19,97
Итого завтрак	**515**	**576,60**	**100,00**
Обед			
Суп-лапша домашняя (лапша п/ф)	200	168,19	17,25
Котлеты из мяса птицы "Школьные" с соусом (70/30)	100	184,03	52,59
Каша вязкая пшеничная	160	198,50	16,90
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого обед	**700**	**688,38**	**93,70**
Итого за день	**1215**	**1264,98**	**193,70**
Питание обучающихся с ОВЗ 5-11кл			
Завтрак			
Гречка по-купечески	180	362,72	54,22
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Фрукты свежие (яблоки)	130	57,72	23,20
Итого завтрак	**550**	**558,10**	**84,38**
Обед			
Суп-лапша домашняя (лапша п/ф)	200	168,19	17,25
Котлеты из мяса птицы "Школьные" с соусом (70/30)	100	184,03	52,59
Каша вязкая пшеничная	160	198,50	16,90
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого обед	**700**	**688,38**	**93,70**
Итого за день	**1250,00**	**1246,48**	**178,08**

Наименование блюд	выход порции	калорий ность блюда	стоимость блюда
Комплекс платного питания			
Завтрак для 5-11 кл			
Гречка по-купечески	180	362,72	54,22
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Фрукты свежие (яблоки)	130	57,72	23,20
Итого завтрак	**550**	**558,10**	**84,38**
Обед для 1-11 кл			
Суп-лапша домашняя (лапша п/ф)	250	194,49	21,56
Маффины сливочные (хлеб.зав)	50	152,97	35,50
Напиток апельсиновый	200	96,00	13,74
Хлеб пшеничный йодированный	50	117,20	4,20
Итого обед	**550**	**560,66**	**75,00**
Обед для 5-11 кл			
Суп-лапша домашняя (лапша п/ф)	200	168,19	17,25
Котлеты из мяса птицы "Школьные" с соусом (70/30)	100	184,03	52,59
Каша вязкая пшеничная	160	198,50	16,90
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого обед	**700**	**688,38**	**93,70**

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 21
г.Сальск
Т.Г. Светличная

Утверждаю:
Директор ОГРН "Мегаполис"
_____ Лисенко

СРЕДА 1 неделя

дата "____" _____2026г

Наименование блюд	выход порции	каллорийность блюда	стоимость блюда
Завтрак для 1-4 кл			
Тефтели из птицы с соусом (80/80)	160	163,88	50,80
Макаронные изделия отварные	150	196,79	20,49
Салат из квашеной капусты	60	32,55	19,51
Кофейный напиток	200	87,80	5,84
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого завтрак	**610**	**574,78**	**100,00**
Завтрак для обучающихся 5-11 кл, членов семей участников СВО и многодетных семей			
Тефтели из птицы с соусом (50/50)	100	135,88	32,59
Макаронные изделия отварные	180	236,15	24,59
Кондитерское изделие (батончик "Супер")	40	82,00	18,00
Кофейный напиток	200	37,80	5,84
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого завтрак	**560**	**585,59**	**84,38**

Наименование блюд	выход порции	каллорийность блюда	стоимость блюда
Питание обучающихся с ОВЗ 1-4 кл			
Завтрак			
Тефтели из птицы с соусом (80/80)	160	163,88	50,80
Макаронные изделия отварные	150	196,79	20,49
Салат из квашеной капусты	60	32,55	19,51
Кофейный напиток	200	87,80	5,84
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого завтрак	**610**	**574,78**	**100,00**
Обед			
Борщ с капустой и картофелем	250	182,80	24,88
Оладьи из печени по-кунцевски	70	191,55	48,36
Каша вязкая перловая	150	193,13	13,50
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого обед	**710**	**705,14**	**93,70**
Итого за день	**1320**	**1279,92**	**193,70**
Питание обучающихся с ОВЗ 5-11 кл			
Завтрак			
Тефтели из птицы с соусом (50/50)	100	135,88	32,59
Макаронные изделия отварные	180	236,15	24,59
Кондитерское изделие (батончик "Супер")	40	82,00	18,00
Кофейный напиток	200	37,80	5,84
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого завтрак	**560**	**585,59**	**84,38**
Обед			
Борщ с капустой и картофелем	250	182,80	24,88
Оладьи из печени по-кунцевски	70	191,55	48,36
Каша вязкая перловая	150	193,13	13,50
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого обед	**710**	**705,14**	**93,70**
Итого за день	**1270**	**1290,73**	**178,08**

Наименование блюд	выход порции	каллорийность блюда	стоимость блюда
Комплекс платного питания			
Завтрак для 5-11 кл			
Тефтели из птицы с соусом (50/50)	100	135,88	32,59
Макаронные изделия отварные	180	236,15	24,59
Кондитерское изделие (батончик "Супер")	40	82,00	18,00
Кофейный напиток	200	37,80	5,84
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого завтрак	**560**	**585,59**	**84,38**
Обед для 1-11 кл			
Борщ с капустой и картофелем	200	142,00	21,80
Пирог открытый с повидлом/ Пирожок с повидлом	100	229,17	37,34
Компот из свежих яблок	200	41,50	12,50
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого обед	**540**	**506,43**	**75,00**
Обед для 5-11 кл			
Борщ с капустой и картофелем	250	182,80	24,88
Оладьи из печени по-кунцевски	70	191,55	48,36
Каша вязкая перловая	150	193,13	13,50
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого обед	**710**	**705,14**	**93,70**

Утверждаю:
Директор ООО "Мегаполис"
В.А.Лыженко

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 21
г.Сальск
Т.Н.Светличная

ЧЕТВЕРГ 1 неделя

дата "____" _____2026г

Наименование блюд	выход порции	каллорий ность блюда	стоимость блюда
Завтрак для 1-4 кл			
Каша жидкая молочная манная	200	238,08	29,47
Сэндвич с курицей	100	225,00	40,36
Чай фруктовый	200	68,65	6,97
Фрукты свежие (яблоки)	130	57,72	23,20
Итого завтрак	**630**	**589,45**	**100,00**
Завтрак для обучающихся 5-11 кл, членов семей участников СВО и многодетных семей			
Каша жидкая молочная манная	250	297,60	37,05
Сэндвич с курицей	100	225,00	40,36
Чай фруктовый	200	68,65	6,97
Итого завтрак	**550**	**591,25**	**84,38**

Наименование блюд	выход порции	каллорий ность блюда	стоимость блюда
Питание обучающихся с ОВЗ 1-4кл			
Завтрак			
Каша жидкая молочная манная	200	238,08	29,47
Сэндвич с курицей	100	225,00	40,36
Чай фруктовый	200	68,65	6,97
Фрукты свежие (яблоки)	130	57,72	23,20
Итого завтрак	**630**	**589,45**	**100,00**
Обед			
Суп картофельный с клецками	250	191,25	21,22
Биточки рубленные из птицы с соусом (60/30)	90	142,64	43,36
Каша рассыпчатая гречневая	150	233,71	22,16
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого обед	**730**	**705,26**	**93,70**
Итого за день	**1360**	**1294,71**	**193,70**
Питание обучающихся с ОВЗ 5-11 кл			
Завтрак			
Каша жидкая молочная манная	250	297,60	37,05
Сэндвич с курицей	100	225,00	40,36
Чай фруктовый	200	68,65	6,97
Итого завтрак	**550**	**591,25**	**84,38**
Обед			
Суп картофельный с клецками	250	191,25	21,22
Биточки рубленные из птицы с соусом (60/30)	90	142,64	43,36
Каша рассыпчатая гречневая	150	233,71	22,16
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого обед	**730**	**705,26**	**93,70**
Итого за день	**1280,00**	**1296,51**	**178,08**

Наименование блюд	выход порции	каллорий ность блюда	стоимость блюда
Комплекс платного питания			
Завтрак для 5-11 кл			
Каша жидкая молочная манная	250	297,60	37,05
Сэндвич с курицей	100	225,00	40,36
Чай фруктовый	200	68,65	6,97
Итого завтрак	**550**	**591,25**	**84,38**
Обед для 1-11 кл			
Суп картофельный с клецками	250	191,25	21,22
Шоколадный батончик	45	139,40	33,27
Компот из яблок с лимоном	200	46,70	17,15
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого обед	**535**	**471,11**	**75,00**
Обед для 5-11 кл			
Суп картофельный с клецками	250	191,25	21,22
Биточки рубленные из птицы с соусом (60/30)	90	142,64	43,36
Каша рассыпчатая гречневая	150	233,71	22,16
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого обед	**730**	**705,26**	**93,70**

Утверждаю:
Директор ООО "Мегаполис"

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 21
г.Сальск
ветличная

ПЯТНИЦА 1 неделя

дата "____" _____2026г

Наименование блюд	выход порции	каллорий ность блюда	стоимость блюда
Завтрак для 1-4 кл			
Капуста, тушеная с мясом птицы	90	121,47	41,32
Пюре картофельное	150	169,33	31,05
Мармелад фруктово-ягодный	40	138,24	17,50
Чай с лимоном и с сахаром	200	60,00	6,77
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого завтрак	**520**	**582,80**	**100,00**
Завтрак для обучающихся 5-11 кл, членов семей участников СВО и многодетных семей			
Рагу из мяса птицы	210	317,87	58,62
Салат из белокочанной капусты	100	102,80	18,80
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого завтрак	**550**	**558,33**	**84,38**

Наименование блюд	выход порции	каллорий ность блюда	стоимость блюда
Питание обучающихся с ОВЗ 1-4кл			
Завтрак			
Капуста, тушеная с мясом птицы	90	121,47	41,32
Пюре картофельное	150	169,33	31,05
Мармелад фруктово-ягодный	40	138,24	17,50
Чай с лимоном и с сахаром	200	60,00	6,77
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого завтрак	**520**	**582,80**	**100,00**
Обед			
Суп картофельный с крупой (рисовая)	250	189,00	23,84
Паста "Альфредо"	200	335,85	53,69
Салат из квашеной капусты	30	16,28	9,21
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого обед	**720**	**678,79**	**93,70**
Итого за день	**1240**	**1261,59**	**193,70**
Питание обучающихся с ОВЗ 5-11кл			
Завтрак			
Рагу из мяса птицы	210	317,87	58,62
Салат из белокочанной капусты	100	102,80	18,80
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого завтрак	**550**	**558,33**	**84,38**
Обед			
Суп картофельный с крупой (рисовая)	250	189,00	23,84
Паста "Альфредо"	200	335,85	53,69
Салат из квашеной капусты	30	16,28	9,21
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого обед	**720**	**678,79**	**93,70**
Итого за день	**1270**	**1237,12**	**178,08**

Наименование блюд	выход порции	каллорий ность блюда	стоимость блюда
Комплекс платного питания			
Завтрак для 5-11 кл			
Рагу из мяса птицы	210	317,87	58,62
Салат из белокочанной капусты	100	102,80	18,80
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого завтрак	**550**	**558,33**	**84,38**
Обед для 1-11 кл			
Суп картофельный с крупой (рисовая)	250	189,00	23,84
Рулет с начинкой	70	220,00	35,00
Компот из свежих яблок	200	41,50	12,50
Хлеб пшеничный йодированный	43	100,79	3,66
Итого обед	**563**	**551,29**	**75,00**
Обед для 5-11 кл			
Суп картофельный с крупой (рисовая)	250	189,00	23,84
Паста "Альфредо"	200	335,85	53,69
Салат из квашеной капусты	30	16,28	9,21
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого обед	**720**	**678,79**	**93,70**

Утверждаю
Директор ООО "Мегаполис"
В.А.Лисецкий

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ № 21
г.Сальск
И.Светличная

ПОНЕДЕЛЬНИК 2 неделя

дата "____" _____2026г

Наименование блюд	выход порции	каллорий ность блюда	стоимость блюда
Завтрак для 1-4 кл			
Плов из птицы	200	268,61	55,93
Винегрет	60	67,47	18,41
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Кондитерские изделия	30	105,00	18,70
Итого завтрак	**530**	**578,74**	**100,00**
Завтрак для обучающихся 5-11 кл, членов семей участников СВО и многодетных семей			
Плов из птицы	210	282,04	62,37
Свекла отварная дольками	100	137,00	15,05
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого завтрак	**550**	**556,70**	**84,38**

Наименование блюд	выход порции	каллорий ность блюда	стоимость блюда
Питание обучающихся с ОВЗ 1-4кл			
Завтрак			
Плов из птицы	200	268,61	55,93
Винегрет	60	67,47	18,41
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Кондитерские изделия	30	105,00	18,70
Итого завтрак	**530**	**578,74**	**100,00**
Обед			
Свекольник	250	196,30	22,36
Котлеты рубленые из птицы	60	129,73	42,22
Каша рассыпчатая гречневая	150	233,71	22,16
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого обед	**700**	**697,40**	**93,70**
Итого за день	**1230**	**1276,14**	**193,70**
Питание обучающихся с ОВЗ 5-11кл			
Завтрак			
Плов из птицы	210	282,04	62,37
Свекла отварная дольками	100	137,00	15,05
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого завтрак	**550**	**556,70**	**84,38**
Обед			
Свекольник	250	196,30	22,36
Котлеты рубленые из птицы	60	129,73	42,22
Каша рассыпчатая гречневая	150	233,71	22,16
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого обед	**700**	**697,40**	**93,70**
Итого за день	**1250**	**1254,10**	**178,08**

Наименование блюд	выход порции	каллорий ность блюда	стоимость блюда
Комплекс платного питания			
Завтрак для 5-11 кл			
Плов из птицы	210	282,04	62,37
Свекла отварная дольками	100	137,00	15,05
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого завтрак	**550**	**556,70**	**84,38**
Обед для 1-11 кл			
Свекольник	250	196,30	22,36
Булочка домашняя обсыпная	70	239,43	25,79
Компот из смеси сухофруктов	200	82,68	6,88
Сыр "Российский" (порциями)	15	48,13	19,97
Итого обед	**535**	**566,54**	**75,00**
Обед для 5-11 кл			
Свекольник	250	196,30	22,36
Котлеты рубленые из птицы	60	129,73	42,22
Каша рассыпчатая гречневая	150	233,71	22,16
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого обед	**700**	**697,40**	**93,70**

Утверждаю
Директор ООО "Мегаполис"

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 21
г.Салск
Г.И. Цветличная

ВТОРНИК 2 неделя

дата "____" _____2026г

Наименование блюд	выход порции	каллорий ность блюда	стоимость блюда
Завтрак для 1-4 кл			
акароны с сыром	200	286,93	47,36
алат из квашенной капусты	60	32,55	19,51
й с лимоном и сахаром	200	60,00	6,77
леб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
аффины сливочные	30	108,25	23,00
того завтрак	**530**	**581,49**	**100,00**
Завтрак для обучающихся 5-11 кл, членов семеи участников СВО и многодетных семей			
акароны с сыром	200	286,93	44,00
алат из квашенной капусты	100	84,25	30,34
офейный напиток	200	37,80	5,84
леб пшеничный йодированный	50	137,20	4,20
Итого завтрак	**550**	**546,18**	**84,38**

Наименование блюд	выход порции	каллорий ность блюда	стоимость блюда
Питание обучающихся с ОВЗ 1-4 кл			
Завтрак			
Макароны с сыром	200	286,93	47,36
Салат из квашенной капусты	60	32,55	19,51
Чай с лимоном и сахаром	200	60,00	6,77
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Маффины сливочные	30	108,25	23,00
Итого завтрак	**530**	**581,49**	**100,00**
Обед			
Суп картофельный с бобовыми (горохом)	250	196,43	25,37
Фрикадельки из птицы, тушеные в соусе (70/30)	100	167,44	40,47
Рис припущенный	150	196,90	20,90
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого обед	**740**	**698,43**	**93,70**
Итого за день	**1270,00**	**1279,92**	**193,70**
Питание обучающихся с ОВЗ 5-11кл			
Завтрак			
Макароны с сыром	200	286,93	44,00
Салат из квашенной капусты	100	84,25	30,34
Кофейный напиток	200	37,80	5,84
Хлеб пшеничный йодированный	50	137,20	4,20
Итого завтрак	**550**	**546,18**	**84,38**
Обед			
Суп картофельный с бобовыми (горохом)	250	196,43	25,37
Фрикадельки из птицы, тушеные в соусе (70/30)	100	167,44	40,47
Рис припущенный	150	196,90	20,90
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого обед	**740**	**698,43**	**93,70**
Итого за день	**1290**	**1244,61**	**178,08**

Наименование блюд	выход порции	каллорий ность блюда	стоимость блюда
Комплекс платного питания			
Завтрак для 5-11 кл			
Макароны с сыром	200	286,93	44,00
Салат из квашенной капусты	100	84,25	30,34
Кофейный напиток	200	37,80	5,84
Хлеб пшеничный йодированный	50	137,20	4,20
Итого завтрак	**550**	**546,18**	**84,38**
Обед для 1-11 кл			
Суп картофельный с бобовыми (горохом)	200	157,14	23,30
Корж молочный	70	494,00	35,84
Компот из свежих яблок	200	41,50	12,50
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого обед	**510**	**786,40**	**75,00**
Обед для 5-11 кл			
Суп картофельный с бобовыми (горохом)	250	196,43	25,37
Фрикадельки из птицы, тушеные в соусе (70/30)	100	167,44	40,47
Рис припущенный	150	196,90	20,90
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого обед	**740**	**698,43**	**93,70**

Утверждаю
Директор ОГБ «Мегаполис»
В.А.Лысенко

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 21
г.Сальск
Г.И.Светличная

СРЕДА 2 неделя

дата "____" _____2026г

Наименование блюд	выход порции	каллорийность блюда	стоимость блюда
Завтрак для 1-4 кл			
Каша "Дружба"	200	208,00	30,14
Рулет с начинкой	70	220,00	35,00
Напиток злаковый на молоке	200	101,60	9,88
Фрукты свежие (яблоки)	140	62,16	24,98
Итого завтрак	**610**	**591,76**	**100,00**
Завтрак для обучающихся 5-11 кл, членов семей участников СВО и многодетных семей			
Каша "Дружба"	200	208,00	30,14
Булочки "Абрикосовый аромат"	70	248,00	33,44
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Фрукты свежие (яблоки)	100	44,40	17,20
Итого завтрак	**570**	**544,30**	**84,38**

Наименование блюд	выход порции	каллорийность блюда	стоимость блюда
Питание обучающихся с ОВЗ 1-4 кл			
Завтрак			
Каша "Дружба"	200	208,00	30,14
Рулет с начинкой	70	220,00	35,00
Напиток злаковый на молоке	200	101,60	9,88
Фрукты свежие (яблоки)	140	62,16	24,98
Итого завтрак	**610**	**591,76**	**100,00**
Обед			
Борщ с капустой и картофелем	250	172,80	25,17
Перловка с курицей	200	324,88	54,59
Салат из свеклы	40	43,13	6,98
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого обед	**730**	**678,47**	**93,70**
Итого за день	**1340**	**1270,23**	**193,70**
Питание обучающихся с ОВЗ 5-11кл			
Завтрак			
Каша "Дружба"	200	208,00	30,14
Булочки "Абрикосовый аромат"	70	248,00	33,44
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Фрукты свежие (яблоки)	100	44,40	17,20
Итого завтрак	**570**	**544,30**	**84,38**
Обед			
Борщ с капустой и картофелем	250	172,80	25,17
Перловка с курицей	200	324,88	54,59
Салат из свеклы	40	43,13	6,98
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого обед	**730**	**678,47**	**93,70**
Итого за день	**1300**	**1222,77**	**178,08**

Наименование блюд	выход порции	каллорийность блюда	стоимость блюда
Комплекс платного питания			
Завтрак для 5-11 кл			
Каша "Дружба'	200	208,00	30,14
Булочки "Абрикосовый аромат'	70	248,00	33,44
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Фрукты свежие (яблоки)	100	44,40	17,20
Итого завтрак	**570**	**544,30**	**84,38**
Обед для 1-11 кл			
Борщ с капустой и картофелем	200	142,00	21,80
Кондитерское изделие	40	139,40	36,10
Напиток апельсиновый	200	96,00	13,74
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого обед	**480**	**471,16**	**75,00**
Обед для 5-11 кл			
Борщ с капустой и картофелем	250	172,80	25,17
Перловка с курицей	200	324,88	54,59
Салат из свеклы	40	43,13	6,98
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого обед	**730**	**678,47**	**93,70**

Утверждаю
Директор ООО "Мегаполис"
Масленко

Согласовано
Директор МБОУ СОШ № 21
г.Сальск
Светличная

ЧЕТВЕРГ 2 неделя

дата "____" _____2026г

Наименование блюд	выход порции	каллорий ность блюда	стоимость блюда
Завтрак для 1-4 кл			
Паста "Альфредо"	210	263,85	56,68
Салат из белокочанной капусты	60	61,68	11,28
Чай фруктовый	200	68,65	6,97
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Кондитерское изделие	30	105,00	21,71
Итого завтрак	**540**	**592,94**	**100,00**
Завтрак для обучающихся 5-11 кл, членов семей участников СВО и многодетных семей			
Паста "Альфредо"	210	263,85	56,38
Салат из белокочанной капусты	100	102,80	18,80
Кофейный напиток	200	37,80	5,84
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого завтрак	**550**	**498,21**	**84,38**

Наименование блюд	выход порции	каллорий ность блюда	стоимость блюда
Питание обучающихся с ОВЗ 1-4кл			
Завтрак			
Паста "Альфредо"	210	263,85	56,68
Салат из белокочанной капусты	60	61,68	11,28
Чай фруктовый	200	68,65	6,97
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Кондитерское изделие	30	105,00	21,71
Итого завтрак	**540**	**592,94**	**100,00**
Обед			
Суп картофельный с крупой (гречневая)	250	140,57	24,91
Котлеты мясо-картофельное по-хлыновски с соусом (70/30)	100	216,24	46,25
Каша вязкая пшеничная	150	145,50	15,58
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого обед	**740**	**639,97**	**93,70**
Итого за день	**1280,00**	**1232,91**	**193,70**
Питание обучающихся с ОВЗ 5-11кл			
Завтрак			
Паста "Альфредо"	210	263,85	56,38
Салат из белокочанной капусты	100	102,80	18,80
Кофейный напиток	200	37,80	5,84
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого завтрак	**550**	**498,21**	**84,38**
Обед			
Суп картофельный с крупой (гречневая)	250	140,57	24,91
Котлеты мясо-картофельное по-хлыновски с соусом (70/30)	100	216,24	46,25
Каша вязкая пшеничная	150	145,50	15,58
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого обед	**740**	**639,97**	**93,70**
Итого за день	**1290**	**1138,18**	**178,08**

Наименование блюд	выход порции	каллорий ность блюда	стоимость блюда
Комплекс платного питания			
Завтрак для 5-11 кл			
Паста "Альфредо"	210	263,85	56,38
Салат из белокочанной капусты	100	102,80	18,80
Кофейный напиток	200	37,80	5,84
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого завтрак	**550**	**498,21**	**84,38**
Обед для 1-11 кл			
Суп картофельный с крупой (гречневая)	200	154,46	19,93
Ватрушка с творогом (собст. производ)	100	288,66	44,74
Чай фруктовый	200	68,65	6,97
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого обед	**540**	**605,53**	**75,00**
Обед для 5-11 кл			
Суп картофельный с крупой (гречневая)	250	140,57	24,91
Котлеты мясо-картофельное по-хлыновски с соусом (70/30)	100	216,24	46,25
Каша вязкая пшеничная	150	145,50	15,58
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого обед	**740**	**639,97**	**93,70**

Утверждаю:
Директор ООО "Мегаполис"
_____ В.А.Лысенко

Согласовано:
Директор МБОУ "СОШ № 21
г.Сальска
_____ Т.И.Светличная

ПЯТНИЦА 2 неделя

дата "____" _____ 2026г

Наименование блюд	выход порции	каллорий ность блюда	стоимость блюда
Завтрак для 1-4 кл			
Рыба, тушеная в томате с овощами (филе) 60/50)	110	268,32	61,99
Пюре картофельное	150	169,33	31,05
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого завтрак	**500**	**575,31**	**100,00**
Завтрак для обучающихся 5-11 кл, членов семей участников			
Рыба, тушеная в томате с овощами (50/50)	100	28,32	48,91
Каша вязкая пшенная	180	170,96	18,51
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Кондитерское изделие (печенье)	40	89,60	10,00
Итого завтрак	**560**	**426,54**	**84,38**

Наименование блюд	выход порции	каллорий ность блюда	стоимость блюда
Питание обучающихся с ОВЗ 1-4кл			
Завтрак			
Рыба, тушеная в томате с овощами (филе) (60/50)	110	268,32	61,99
Пюре картофельное	150	169,33	31,05
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого завтрак	**500**	**575,31**	**100,00**
Обед			
Суп-лапша домашняя (лапша п/ф)	250	196,49	21,56
Капуста, тушеная с мясом птицы	90	121,47	41,32
Каша вязкая ячневая	150	196,10	14,10
Компот из плодов свежих (яблоки, апельсины)	200	91,37	13,36
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого обед	**730**	**699,19**	**93,70**
Итого за день	**1230**	**1274,5**	**193,70**
Питание обучающихся с ОВЗ 5-11кл			
Завтрак			
Рыба, тушеная в томате с овощами (50/50)	100	28,32	48,91
Каша вязкая пшенная	180	170,96	18,51
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Кондитерское изделие (печенье)	40	89,60	10,00
Итого завтрак	**560**	**426,54**	**84,38**
Обед			
Суп-лапша домашняя (лапша п/ф)	250	196,49	21,56
Капуста, тушеная с мясом птицы	90	121,47	41,32
Каша вязкая ячневая	150	196,10	14,10
Компот из плодов свежих (яблоки, апельсины)	200	91,37	13,36
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого обед	**730**	**699,19**	**93,70**
Итого за день	**1290**	**1125,73**	**178,08**

Наименование блюд	выход порции	каллорий ность блюда	стоимость блюда
Комплекс платного питания			
Завтрак для 5-11 кл			
Рыба, тушеная в томате с овощами (50/50)	100	28,32	48,91
Каша вязкая пшенная	180	170,96	18,51
Чай с сахаром	200	43,90	3,60
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Кондитерское изделие (печенье)	40	89,60	10,00
Итого завтрак	**560**	**426,54**	**84,38**
Обед для 1-11 кл			
Суп-лапша домашняя (лапша п/ф)	250	194,49	21,56
Маффины сливочные (хлеб.зав)	50	152,97	35,50
Напиток апельсиновый	200	96,00	13,74
Хлеб пшеничный йодированный	50	117,20	4,20
Итого обед	**550**	**560,66**	**75,00**
Обед для 5-11 кл			
Суп-лапша домашняя (лапша п/ф)	250	196,49	21,56
Капуста, тушеная с мясом птицы	90	121,47	41,32
Каша вязкая ячневая	150	196,10	14,10
Компот из плодов свежих (яблоки, апельсины)	200	91,37	13,36
Хлеб пшеничный йодированный	40	93,76	3,36
Итого обед	**730**	**699,19**	**93,70**