



МЕНЮ столовой МАОУ СОШ №1 (с фото)

1-4 классы

Свердловская обл., г. Кушва, ул. Союзов, 14



Двухнедельное меню на 10 дней

2025-2026 учебный год

1 неделя 1 день



завтрак

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
	1-4 классы						
	ЗАВТРАК 109,64 р.						
23/4	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным 200/10	210	4,28	4,80	40,48	228,00	40,00
6/2	Чай с сахаром и лимоном	200	0,00	0,00	7,13	27,08	5,00
5/13	Кондитерское изделие	30	7,00	9,00	0,41	96,00	20,00
	Яблоко свежее	200	0,95	0,80	4,00	40,00	37,00
7	Батон витаминизированный	40	3,08	1,20	20,04	71,30	6,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,51	5,28	29,97	1,64
	Итого за прием	700	16,16	16,31	77,34	492,35	109,64

1 неделя 1 день



обед

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
	1-4 классы						
	ОБЕД 136,60 р.						
3/2	Борщ со сметаной 250/10	260	3,34	3,61	13,49	201,36	25,00
	Биточки рыбные (филе минтая)	90	14,99	16,89	17,93	152,00	74,00
60/3	Рис припущенный (круглый)	150	3,66	4,76	38,35	212,57	15,00
	Компот из кураги	200	0,00	0,00	16,58	27,08	14,00
7/1	Хлеб витаминизированный	60,00	3,08	1,20	20,04	107,81	6,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	30,00	0,85	0,51	5,28	29,97	2,60
	Итого за прием	790	25,92	26,97	111,67	730,79	136,60

1 неделя 2 день

1-4 классы							
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
ЗАВТРАК		109,64 р.					
	Горошек зелёный	20	0,10	0,51	5,28	19,00	15,00
925	Кнели куриные из филе	90	10,57	10,25	1,31	146,00	70,00
57/3	Макаронные изделия отварные	150	1,31	3,77	30,01	191,21	15,00
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,08	13,69	54,51	4,00
7/1	Хлеб витаминизированный	40,00	3,08	1,20	20,04	71,30	4,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,51	5,28	29,97	1,64
Итого за прием		520	16,16	15,81	70,33	492,99	109,64



Завтрак

1 неделя 2 день

1-4 классы							
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
ОБЕД 136,60 р.							
29/2	Суп-пюре картофельный с гренками	250	3,20	4,16	19,71	90,00	25,00
7/3	Гренки из пшеничного хлеба	10	0,02	0,49	6,69	36,94	2,00
60/2	Котлета "Домашняя"	90	9,99	11,12	11,65	171,00	75,00
16/4	Каша гречневая вязкая	150	6,82	6,70	22,14	201,00	16,00
	Напиток из шиповника	200	0,20	0,10	15,00	84,00	12,00
7/1	Хлеб витаминизированный	50,00	3,08	1,20	20,04	107,81	5,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20,00	0,85	0,51	5,28	29,97	1,60
Итого за прием		770,00	24,16	24,28	100,51	720,72	136,60



обед

1 неделя 3 день



завтрак

1-4 классы							
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
ЗАВТРАК 109,64 р.							
2443	Пудинг творожный со сгущёным молоком 150/25	175	10,11	10,27	15,55	215,99	82,00
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,08	13,69	54,51	4,00
	Манник	100,00	4,10	4,40	29,00	121,00	20,00
7/1	Хлеб витаминизированный	20,00	3,08	1,20	20,04	107,81	2,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,51	5,28	29,97	1,64
Итого за прием		515	18,49	16,46	83,56	529,28	109,64

1 неделя 3 день



обед

1-4 классы							
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Цена
ОБЕД 136,60 р.							
1356	Суп картофельный с рыбой горбуша	250	3,18	7,12	17,80	158,14	38,00
31	Котлета куриная из мяса птицы	90	15,20	11,32	11,40	191,23	70,00
57/3	Макаронные изделия отварные	150	1,31	3,77	30,01	191,21	15,00
6/2	Компот из смеси сухофруктов	200	0,00	0,00	16,58	27,08	10,00
7/1	Хлеб витаминизированный	20	3,08	1,20	20,04	107,81	2,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20,00	0,85	0,51	5,28	29,97	1,60
Итого за прием		730	23,62	23,92	101,11	705,44	136,60

1 неделя 4 день

1-4 классы							
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
ЗАВТРАК 109,64 р.							
	Фрикадельки куриные из мяса птицы	90	7,34	9,50	8,08	143,00	70,00
60/2	Пюре картофельное	150	4,39	4,97	23,00	191,20	26,00
15/10	Чай с сахаром и лимоном	200	0,41	0,08	13,75	56,43	5,00
7/1	Хлеб витаминизированный	60,00	3,08	1,20	20,04	71,30	6,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	30,00	0,85	0,51	5,28	29,97	2,64
Итого за прием		530	16,07	16,26	70,15	491,90	109,64



Завтрак

1 неделя 4 день

1-4 классы							
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
ОБЕД 136,60р. р							
	Помидор свежий	40	0,00	0,51	5,28	29,97	20,00
10/2	Рассольник "Ленинградский" со сметаной 250/10	260	7,42	9,86	32,68	175,24	25,00
4/8	Плов из мяса свинины(рис кр, куркум)	200	12,43	11,62	24,65	356,13	77,00
6/2	Компот из смеси сухофруктов	200	0,00	0,00	16,58	27,08	10,00
7/1	Хлеб витаминизированный	30	3,08	1,20	16,04	87,28	3,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,51	5,28	29,97	1,60
Итого за прием		750,00	23,78	23,70	100,51	705,67	136,60



обед

1 неделя 5 день



завтрак

1-4 классы							
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
ЗАВТРАК 109,64 р.							
	Каша "Царская" с куриным филе	220	7,10	10,55	28,01	243,00	80,00
	Масло сливочное порционно	15	4,60	4,00	0,41	78,00	17,00
28	Чай с сахаром	200	0,35	0,08	13,69	54,51	4,00
7	Батон витаминизированный	50	3,08	1,20	20,04	71,30	7,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,51	5,28	29,97	1,64
Итого за прием		505	15,98	16,34	67,43	476,78	109,64

1 неделя 5 день



обед

1-4 классы							
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
ОБЕД 136,60 р.							
1348	Щи из свежей капусты со сметаной 250/10	260	2,01	6,59	8,77	106,83	22,00
11/7	Котлета Пожарская из мяса куры	90	12,52	10,74	4,62	151,77	70,00
2/3	Картофель отварной	150	4,83	4,90	53,00	264,00	26,00
пром	Сок	200	0,20	0,10	19,00	101,48	15,00
7/1	Хлеб витаминизированный	20	3,08	1,20	16,04	87,28	2,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,51	5,28	29,97	1,60
Итого за прием		740	23,49	24,04	106,71	741,34	136,60

2 неделя 1 день

1-4 классы							
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
ЗАВТРАК 109,64 р.							
12/7	Каша рисовая молочная со сливочным маслом 200/10	210	7,16	6,40	39,00	219,70	44,00
	Сыр порционно	20	4,60	4,00	0,41	78,00	35,00
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,08	13,69	54,51	4,00
7	Батон витаминизированный	30	1,54	0,60	10,02	54,00	5,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,51	5,28	29,97	1,64
пром.	Кондитерское изделие	30	3,60	3,80	13,85	128,00	20,00
Итого за прием		510,00	18,10	15,39	82,25	564,18	109,64



завтрак

2 неделя 1 день

1-4 классы							
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
ОБЕД 136,60 р.							
19/2	Суп картофельный с горохом	250	5,05	4,95	17,80	187,56	25,00
7/3	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,14	0,49	6,69	36,94	2,00
11/8	Гуляш из мяса свинины	100	8,84	11,90	14,76	98,00	70,00
60/2	Пюре картофельное	150	4,39	4,97	29,00	219,00	26,00
6/2	Компот из смеси сухофруктов	200	0,00	0,00	16,58	27,08	10,00
7/1	Хлеб витаминизированный	20	3,08	1,20	20,04	107,81	2,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	15	0,85	0,51	5,28	29,97	1,60
Итого за прием		745	23,35	24,02	110,15	706,36	136,60



обед

2 неделя 2 день



завтрак

1-4 классы							
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
ЗАВТРАК 109,64 р.							
	Соус Болоньезе из свинины 50/50	100	9,89	10,93	9,00	121,11	70,00
57/3	Макаронные изделия отварные	150	1,31	3,77	30,01	191,21	15,00
	Масло сливочное порционно	10	1,70	4,44	15,68	121,00	12,00
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,41	0,08	13,75	56,43	5,00
7	Батон витаминизированный	40	3,08	1,20	20,04	107,81	6,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,51	5,28	29,97	1,64
Итого за прием		520	17,24	20,93	93,76	627,53	109,64

2 неделя 2 день



обед

1-4 классы							
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
ОБЕД 136,60 р.							
10/2	Рассольник Ленинградский со сметаной 250/10	260	7,42	7,08	22,60	175,24	25,00
	Кнели куриные из филе	90	9,99	11,12	11,65	189,19	72,00
16/4	Каша гречневая вязкая	150	5,25	6,70	19,14	173,98	16,00
пром	Сок	200	0,20	0,10	19,00	101,48	15,00
7/1	Хлеб витаминизированный	50	3,08	1,20	22,97	107,81	5,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	40	0,85	0,51	5,28	29,97	3,60
Итого за прием		790	26,79	26,71	100,64	777,67	136,60

2 неделя 3 день

1-4 классы							
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
ЗАВТРАК 109,64 р							
4/8	Плов из мяса свинины(рис кр. куркум)	220	12,43	11,62	24,65	356,13	85,00
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,08	13,69	54,51	4,00
	Масло сливочное порционно	10	2,00	3,28	0,41	65,00	12,00
7	Батон	50	3,08	1,20	20,49	71,30	7,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,51	5,28	29,97	1,64
Итого за прием		500	18,71	16,69	64,52	576,91	109,64



Завтрак

2 неделя 3 день

1-4 классы							
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
ОБЕД 136,60 р							
	Суп - лапша с курицей	275	7,98	6,17	41,12	251,15	40,00
	Котлета куринная (тушка)	90	9,10	10,74	4,62	151,77	70,00
3/3	Капуста тушеная	150	4,67	6,11	24,13	191,11	18,00
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,00	0,00	16,58	27,08	5,00
7/1	Хлеб витаминизированный	20,00	1,48	0,80	11,10	56,70	2,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20,00	0,85	0,51	5,28	29,97	1,60
Итого за прием		815	24,08	24,33	102,83	707,78	136,60



обед

2 неделя 4 день



завтрак

1-4 классы							
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
ЗАВТРАК 109,64 р.							
62/3	Омлет натуральный 180/5	185	9,60	13,63	23,56	197,59	81,00
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,08	13,69	54,51	4,00
	Кондитерское изделие	30,00	3,60	3,80	13,85	128,00	20,00
7/1	Хлеб витаминизированный	30,00	3,08	1,20	20,04	71,30	3,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20,00	0,85	0,51	5,28	29,97	1,64
	Итого за прием	465	17,48	19,22	76,42	481,37	109,64

2 неделя 4 день



обед

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
1-4 классы							
ОБЕД 136,60 р.							
5/2	Борщ со свежей капустой со сметаной	250	2,12	6,60	12,94	123,32	25,00
9/6	Огурец соленый	25	0,00	0,00	3,03	3,98	15,00
4/8	Жаркое по домашнему	220	16,93	19,13	41,84	437,00	83,00
пром	Напиток из шиповника	200	0,20	0,10	19,00	101,48	10,00
7/1	Хлеб витаминизированный	20,00	3,08	1,20	20,04	107,81	2,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20,00	0,85	0,51	5,28	29,97	1,60
Итого за прием		735	23,18	27,54	102,13	803,57	136,60

2 неделя 5 день

1-4 классы							
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
ЗАВТРАК		109,64 р.					
2/4	Каша молочная гречневая с маслом сливочным 200/10	210	7,16	6,40	39,00	219,70	40,00
	Чай с сахаром	200	2,78	3,00	10,40	124,00	4,00
5./13	Сыр порционнo	15,00	9,00	11,32	2,10	114,80	20,00
	Яблоко свежее	200,00	3,95	3,99	15,00	52,59	38,00
7	Батон витаминизированный	40	2,00	1,00	12,00	49,00	6,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,51	5,28	29,97	1,64
Итого за прием		685	25,74	26,22	83,78	590,06	109,64



завтрак

2 неделя 5 день

1-4 классы							
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
ОБЕД 136,60 р.							
15/2	Суп из разных овощей со сметаной	250	2,07	6,19	8,56	121,67	25,00
	Котлета "Домашняя"	90	12,58	11,12	11,65	189,19	71,00
60/3	Пюре картофельное	150	4,39	4,97	41,56	202,00	26,00
35/18	Компот из свежих яблок	200	0,35	0,08	13,69	54,51	11,00
7/1	Хлеб витаминизированный	20	3,08	1,20	20,04	107,81	2,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20,00	0,85	0,51	5,28	29,97	1,60
Итого за прием		730	23,32	24,07	100,78	705,15	136,60



обед

Сведения об организаторе питания

В соответствии с Федеральным законом «О размещении заказов на поставки товаров, выполнение работ, оказание услуг для государственных и муниципальных нужд» от 21.07.2005 № 94-ФЗ, по результатам конкурсных процедур с 10 января 2022 года услуги питания в нашей школе оказывает общество с ограниченной ответственностью "ОЛЕС".

ООО "ОЛЕС" имеет сертификат соответствия на услугу общественного питания. Разработана и внедрена система менеджмента ХАССП. Более 10 лет ООО "ОЛЕС" занимается организацией доставки продуктов питания в детские дошкольные учреждения и организацией горячего питания школьников в общеобразовательных учреждениях Чкаловского и Верх-Исетского районов города Екатеринбург, четвертый год в г. Кушва.

ООО «Олес» находится по адресу: г. Екатеринбург, ул. Бородина, д. 26.