



Ням-ням

МЕНЮ столовой МАОУ СОШ №1

(с фото)

5-11 классы

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



Двухнедельное меню на 10 дней

2025-2026 учебный год

1 неделя 1 день

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
	5-11 классы						
	ЗАВТРАК 120,99 р						
23/4	Каша молочная пшенная 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	4,16	27,08	5,00
5/13	Масло сливочное порционнo	10,00	9,00	11,32	2,10	114,80	12,00
	Яблоко свежее	180	0,95	0,80	5,60	40,00	35,00
7	Батон витаминизированный	50,00	3,08	1,20	20,04	107,81	7,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизир	20	0,85	0,51	5,28	29,97	1,99
пром	Кондитерское изделие	30,00	0,95	0,80	5,60	40,00	20,00
	Итого за прием	670	19,11	19,43	83,26	587,66	120,99



Завтрак

1 неделя 1 день

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
	5-11 классы						
	ОБЕД 153,89 р						
3/2	Борщ со сметаной 250/10	260	3,34	3,61	13,49	201,36	25,00
	Огурец свежий порционно	30,00	0,00	0,51	5,28	29,97	17,00
	Биточки рыбные (филе минтая)	100	14,99	16,89	17,93	152,00	76,00
60/3	Рис припущенный (круглый)	180	4,40	5,70	44,50	273,11	18,00
	Компот из кураги	200	0,00	0,00	16,58	27,08	14,00
7/1	Хлеб витаминизированный	20,00	3,08	1,20	20,04	107,81	2,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизир	20,00	0,85	0,51	5,28	29,97	1,89
	Итого за прием	780	26,66	28,42	123,10	821,30	153,89



обед

1 неделя 2 день



завтрак

5-11 классы							
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
	ЗАВТРАК 120,99 р						
	Горошек зелёный	20	0,00	0,51	5,28	19,00	15,00
925	Кнели куриные из филе	100	12,30	12,90	2,91	167,00	75,00
57/3	Макаронные изделия отварные	180	2,12	4,53	39,72	219,00	18,00
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,08	13,69	54,51	5,00
7/1	Хлеб витаминизированный	50	3,08	1,20	16,04	87,28	5,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	30	0,85	0,51	5,28	29,97	2,99
	Итого за прием	560	18,70	19,22	77,64	557,76	120,99

1 неделя 2 день



обед

5-11 классы							
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
ОБЕД 153,89 р							
29/2	Суп-пюре картофельный с гренками	250	3,20	4,16	18,39	90,00	25,00
7/3	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,14	0,49	6,69	36,94	2,00
60/2	Котлета "Домашняя"	100	9,99	12,41	12,25	189,19	85,00
16/4	Каша гречневая вязкая	180	9,28	8,23	31,10	273,13	21,00
	Напиток из шиповника	200	0,20	0,10	15,00	84,00	12,00
7/1	Хлеб витаминизированный	60,00	3,08	1,20	20,04	107,81	6,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	30	0,85	0,51	5,28	29,97	2,89
	Итого за прием	830,00	27,74	27,10	108,75	811,04	153,89

1 неделя 3 день

5-11 классы

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
	ЗАВТРАК 109,99 р.						
2443	Пудинг творожный со сгущённым молоком 190/25	215	12,11	12,33	24,00	267,90	90,00
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,08	13,69	54,51	4,00
21/10	Манник	75	4,10	4,40	29,00	121,00	14,00
7/1	Хлеб витаминизированный	10	3,08	1,20	20,04	107,81	1,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	10	0,85	0,51	5,28	29,97	0,99
	Итого за прием	510,00	20,49	18,52	92,01	581,19	109,99



Завтрак

1 неделя 3 день

5-11 классы

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
ОБЕД 139,9 р.							
1356	Суп картофельный с рыбой	250	3,18	7,12	17,80	156,14	35,00
31	Котлета куриная из мяса птицы	100	14,20	14,50	19,00	237,00	69,00
57/3	Макаронные изделия отварные	180	6,37	4,53	38,89	229,45	18,00
6/2	Компот из смеси сухофруктов	200	0,00	0,00	16,58	27,08	10,00
7/1	Хлеб витаминизированный	50	3,08	1,20	20,04	107,81	5,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	30	0,85	0,51	5,28	29,97	2,90
Итого за прием		810	27,68	27,86	117,59	787,45	139,90



обед

1 неделя 4 день



завтрак

5-11 классы							
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
	ЗАВТРАК 120,99 р						
	Фрикадельки куриные из мяса птицы	100	9,30	10,52	8,75	154,00	77,00
60/2	Пюре картофельное	180	5,10	6,10	37,47	237,00	32,00
15/10	Чай с лимоном	200	0,41	0,08	13,75	56,43	5,00
7/1	Хлеб витаминизированный	50	3,08	1,20	16,04	87,28	5,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,51	5,28	29,97	1,99
	Итого за прием	550	18,74	18,41	81,29	564,68	120,99

1 неделя 4 день



обед

5-11 классы							
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
ОБЕД 153,89 р							
	Помидор свежий	40,00	0,00	0,51	5,28	29,97	20,00
4/8	Рассольник "Ленинградский" со сметаной 250/10	260,00	3,42	7,08	22,60	175,24	25,00
20/10	Плов из мяса свинины(рис кр, куркум)	250,00	19,87	19,20	34,65	376,00	95,00
6/2	Компот из смеси сухофруктов	200	0,00	0,00	16,58	27,08	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	0,85	0,51	5,28	29,97	1,89
Итого за прием		790	27,22	28,50	104,43	746,07	153,89

1 неделя 5 день

5-11 классы							
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
ЗАВТРАК 120,99 р							
23/5	Каша "Царская" с куриным филе	250	9,30	12,08	38,20	290,70	90,00
5/13	Масло сливочное порционно	15	4,86	4,96	0,41	98,20	17,00
14/10	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	30,00	0,85	0,51	5,28	29,97	2,99
Итого за прием		545	18,44	18,83	77,62	544,68	120,99



Завтрак

1 неделя 5 день

5-11 классы							
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
ОБЕД 153,89 р							
7/2	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 птицы	100	15,50	13,45	5,10	211,00	75,00
2/3	Картофель отварной	180	5,80	5,90	63,90	297,50	32,00
пром	Сок	200	0,20	0,10	19,00	101,48	15,00
7/1	Хлеб витаминизированный	60	3,08	1,20	20,04	107,81	6,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	40,00	0,85	0,51	5,28	29,97	3,89
Итого за прием		840	27,44	27,75	122,09	854,60	153,89



обед

2 неделя 1 день



завтрак

5-11 классы							
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
ЗАВТРАК 120,99 р							
12/7	Каша рисовая молочная со сливочным маслом	200/10	7,16	6,40	39,00	219,70	44,00
	Сыр порционно	20	7,20	6,12	1,00	90,04	35,00
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,08	13,69	54,51	4,00
7	Батон витаминизированный	40	1,54	0,60	10,02	54,00	6,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,51	5,28	29,97	1,99
пром.	Яблоко свежее	160,00	0,55	0,55	7,60	89,50	30,00
Итого за прием		730	17,65	14,26	76,59	537,72	120,99

2 неделя 1 день

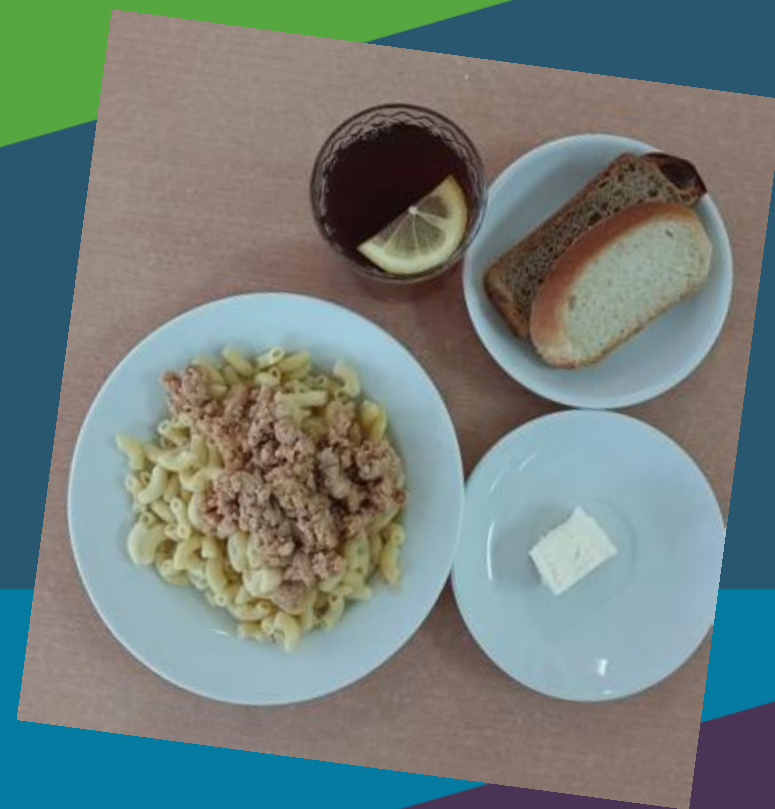


обед

5-11 классы							
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
ОБЕД 153,89 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	120	22,84	13,08	4,14	225,64	76,00
60/2	Пюре картофельное	180	4,39	5,72	44,53	255,09	32,00
6/2	Компот из смеси сухофруктов	200	0,00	0,00	16,58	27,08	10,00
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	2,89
Итого за прием		850	37,35	25,95	115,06	870,09	153,89

2 неделя 2 день

5-11 классы							
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
	ЗАВТРАК 120,99 р						
	Соус Болоньезе из свинины 60/50	110	9,89	10,93	9,00	121,11	76,00
57/3	Макаронные изделия отварные	180	2,37	4,53	25,87	229,45	18,00
	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	50	3,08	1,20	20,04	107,81	7,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	30	0,85	0,51	5,28	29,97	2,99
	Итого за прием	580	18,30	21,69	89,62	665,78	120,99



завтрак

2 неделя 2 день

5-11 классы							
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
ОБЕД 153,89 р							
10/2	Рассольник Ленинградский со сметаной 250/10	260	3,42	7,08	22,60	175,24	25,00
	Помидоры свежие порционно	30	0,00	0,51	5,28	29,97	17,00
	Кнели куриные из филе	100	10,30	12,10	19,30	189,19	75,00
16/4	Каша гречневая вязкая	180	10,30	8,20	22,90	273,13	18,00
пром	Сок	200	0,20	0,10	19,00	101,48	15,00
7/1	Хлеб витаминизированный	20	3,40	1,30	25,08	107,81	2,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,51	5,28	29,97	1,89
	Итого за прием	780	25,05	22,72	96,84	731,56	153,89



обед

2 неделя 3 день



завтрак

5-11 классы							
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
	ЗАВТРАК 120,99 р						
	Огурец солёный	25	0,54	0,00	2,50	10,80	15,00
	Плов из мяса свинины(рис кр. куркум)	250	13,00	12,76	27,00	376,00	96,00
14/10	Чай с сахаром	200	0,35	0,08	13,69	54,51	4,00
7/1	Хлеб витаминизированный	40	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	1,99
	Итого за прием	535	17,82	14,55	68,51	542,58	120,99

2 неделя 3 день



обед

5-11 классы							
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
ОБЕД 153,89 р							
	Суп - лапша с курицей	275	7,98	6,17	41,12	251,15	40,00
	Котлета куриная (тушка)	100	10,00	12,00	4,62	187,00	76,00
3/3	Капуста тушеная	180	5,00	6,90	25,00	200,00	22,00
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,00	0,00	16,58	27,08	5,00
7/1	Хлеб витаминизированный	70,00	3,08	1,20	20,04	107,81	7,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	40,00	0,85	0,51	5,28	29,97	3,89
Итого за прием		890	26,91	26,78	112,64	803,01	153,89

2 неделя 4 день

5-11 классы							
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
ЗАВТРАК 120,99 р							
62/3	Омлет натуральный 200/5	205	12,00	21,40	31,67	246,99	89,00
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	50,00	3,08	1,20	20,04	107,81	5,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	30,00	0,85	0,51	5,28	29,97	2,99
Итого за прием		515	17,52	20,98	67,95	533,09	120,99



Завтрак

2 неделя 4 день

5-11 классы							
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Цена
ОБЕД 153,89 р							
5/2	Борщ со свежей капустой со сметаной	250/10	2,12	6,60	12,94	123,32	25,00
9/6	Огурец соленый	30,00	0,00	0,00	16,65	95,22	20,00
4/8	Жаркое по домашнему	250	15,32	31,47	41,84	522,58	93,00
пром	Напиток из шиповника	200	0,20	0,10	19,00	101,48	10,00
7/1	Хлеб витаминизированный	40	3,08	1,20	20,04	107,81	4,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,51	5,28	29,97	1,89
Итого за прием		829	28,44	24,45	115,66	811,92	153,89



обед

2 неделя 5 день



завтрак

5-11 классы							
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
ЗАВТРАК 120,99 р							
2/4	Каша молочная гречневая с маслом сливочным 200/10	210	7,16	6,40	39,00	219,70	40,00
-	Сыр порционно	25,00	9	11,32	2,10	114,80	30,00
	Чай с сахаром	200	2,78	3,00	10,40	124,00	4,00
	Яблоко свежее	200,00	3,95	3,99	15,00	52,59	38,00
7	Батон	50,00	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	1,99
	Итого за прием	685	25,97	25,91	86,99	582,39	120,99

2 неделя 5 день



обед

5-11 классы							
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Цена
ОБЕД 153,89 р							
15/2	Суп из разных овощей со сметаной	250	2,07	6,19	8,56	121,67	25,00
	Котлета "Домашняя"	100	16,10	13,00	11,65	191,00	80,00
60/3	Пюре картофельное	180	5,20	5,72	44,53	255,09	32,00
35/18	Компот из свежих яблок	200	0,35	0,08	13,69	54,51	11,00
7/1	Хлеб витаминизированный	40,00	3,08	1,20	20,04	107,81	4,00
7/2	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,85	0,51	5,28	29,97	1,89
Итого за прием		904	27,65	26,70	103,75	760,05	153,89

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.