

СОГЛАСОВАНО:
ДИРЕКТОР Гимназии № 10



УТВЕРЖДАЮ
ООО «КрасПит»
О.И. Линкевич

МЕНЮ на 13.11.2023г.
Организованное питание
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

2 неделя 1 день
ЗАВТАРК 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Каша «Дружба» с маслом сливочным	200/15	5,57	16,07	43,26	336,26	79,00
Бутерброд с маслом сливочным и сыром	15/10/20	6,49	13,71	7,39	180,70	
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Кофейный напиток на молоке	200	2,14	2,48	27,07	136,14	

ЗАВТАРК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Каша «Дружба» с маслом сливочным	250/15	6,80	19,80	53,32	415,00	91,87
Бутерброд с маслом сливочным и сыром	15/10/20	6,49	13,71	7,39	180,70	
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Кофейный напиток на молоке	200	2,14	2,48	27,07	136,14	

ОБЕД 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Огурцы соленые	60	0,48	0,06	1,02	6,60	118,52
Суп с рыбными консервами	200	4,98	10,44	12,11	162,14	
Печень по-строгановски	90	15,30	9,42	6,36	171,47	
Картофель запеченный	150	4,30	10,47	34,93	254,80	
Хлеб пшеничный	40	3,24	0,40	19,52	96,80	
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00	
Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00	

ОБЕД 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Огурцы соленые	100	0,80	0,10	1,70	11,00	137,78
Суп с рыбными консервами	250	6,20	13,05	15,13	202,67	
Печень по-строгановски	90	15,30	9,42	6,36	171,47	
Картофель запеченный	180	5,20	12,57	41,92	305,76	
Хлеб пшеничный	70	5,67	0,70	34,16	169,40	
Хлеб ржаной	75	9,75	2,25	30,00	187,50	
Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00	

ПОЛДНИК 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Булочка домашняя йодированная	75	3,43	12,31	25,07	197,57	59,27
Чай черный с сахаром и лимоном	200	0,40	0,20	14,20	56,00	

ПОЛДНИК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Булочка домашняя йодированная	105	4,80	17,23	35,10	276,60	68,88
Чай черный с сахаром и лимоном	200	0,40	0,20	14,20	56,00	

ЗАВЕДУЮЩИЙ ПРОИЗВОДСТВОМ

СОГЛАСОВАНО:
ДИРЕКТОР Гимназии № 10



УТВЕРЖДАЮ
ООО «КрасПит»
О.И. Линкевич

МЕНЮ на 14.11 2023г.

Организованное питание
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

2 неделя 2 день

ЗАВТРАК 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Пудинг творожный с фруктами с молоком сгущенным	180/20	25,18	15,03	50,45	439,03	79,00
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Чай каркаде с сахаром	200	0,20	0,00	15,08	60,19	
Мандарин	75	0,60	0,15	5,63	24,75	

ЗАВТРАК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Пудинг творожный с фруктами с молоком сгущенным	220/20	30,21	18,04	60,54	526,83	91,87
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Чай каркаде с сахаром	200	0,20	0,00	15,08	60,19	
Мандарин	75	0,60	0,15	5,63	24,75	

ОБЕД 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Помидоры свежие порционно	60	0,48	0,06	1,02	6,60	118,52
Суп из овощей с фасолью на бульоне со сметаной	200/10	5,72	4,00	13,84	116,00	
Поджарка из свинины	90	17,20	5,96	7,50	167,85	
Макаронные изделия отварные	150	5,24	4,65	34,88	205,50	
Хлеб пшеничный	40	3,24	0,40	19,52	96,80	
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00	
Компот из яблок с лимоном	200	0,26	0,21	25,05	104,22	

ОБЕД 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Помидоры свежие порционно	100	1,10	0,20	3,70	20,00	137,78
Суп из овощей с фасолью на бульоне со сметаной	250/10	2,38	7,58	10,54	120,56	
Поджарка из свинины	90	17,20	5,96	7,50	167,85	
Макаронные изделия отварные	180	6,20	5,58	41,85	246,60	
Хлеб пшеничный	70	5,67	0,70	34,16	169,40	
Хлеб ржаной	75	9,75	2,25	30,00	187,50	
Компот из яблок с лимоном	200	0,26	0,21	25,05	104,22	

ПОЛДНИК 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Булочка «Гребешок» йодированная	75	3,07	11,86	26,21	171,21	59,27
Чай черный с сахаром	200	1,20	0,40	18,00	78,00	

ПОЛДНИК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Булочка «Гребешок» йодированная	105	4,30	16,60	36,70	239,70	68,88
Чай черный с сахаром	200	1,20	0,40	18,00	78,00	

ЗАВЕДУЮЩИЙ ПРОИЗВОДСТВОМ

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР Гимназии № 10



УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО «КрасПит»
И. Линкевич

МЕНЮ на 15.11 2023г.

Организованное питание
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

2 неделя 3 день

ЗАВТРАК 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Омлет натуральный с сыром и маслом сливочным	200/10	27,36	36,90	4,65	482,07	79,00
Печенье	40	2,21	2,86	21,82	122,32	
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Чай черный с сахаром	200	1,20	0,40	18,00	78,00	

ЗАВТРАК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Омлет натуральный с сыром и маслом сливочным	220/5	21,24	10,62	57,98	411,58	91,87
Печенье	50	2,76	3,60	27,28	152,90	
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Чай черный с сахаром	200	1,20	0,40	18,00	78,00	

ОБЕД 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Горошек консервированный	60	2,16	0,06	5,88	33,00	118,52
Суп летний овощной на бульоне	200	5,73	5,80	10,58	120,00	
Плов из филе птицы	200	20,37	10,23	46,05	359,24	
Хлеб пшеничный	40	3,24	0,40	19,52	96,80	
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00	
Напиток вишнёвый	200	0,16	0,10	22,20	90,00	

ОБЕД 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Горошек консервированный	100	3,60	0,10	9,80	55,00	137,78
Суп летний овощной на бульоне	250	7,10	7,25	12,98	148,82	
Плов из филе птицы	250	25,46	12,78	57,56	449,05	
Хлеб пшеничный	70	5,67	0,70	34,16	169,40	
Хлеб ржаной	75	9,75	2,25	30,00	187,50	
Напиток вишнёвый	200	0,16	0,10	22,20	90,00	

ПОЛДНИК 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Пряник школьный	100	2,80	10,59	13,87	137,07	59,27
Чай черный с сахаром и ягодами	200	0,68	1,28	24,42	111,87	

ПОЛДНИК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Пряник школьный	75	4,20	15,88	20,80	205,60	68,88
Чай черный с сахаром и ягодами	200	0,68	1,28	24,42	111,87	

ЗАВЕДУЮЩИЙ ПРОИЗВОДСТВОМ _____

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР ГИМНАЗИИ № 10



МЕНЮ на 16.11 2023г.

Организованное питание
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

2 неделя 4 день

ЗАВТРАК 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Каша пшеничная с маслом сливочным	200/15	9,43	16,37	56,72	408,73	79,00
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Какао с молоком	200	4,98	5,04	22,66	155,10	
Яблоко	100	0,36	0,20	19,08	71,00	

ЗАВТРАК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Каша пшеничная с маслом сливочным	250/15	10,60	18,50	44,19	390,48	91,87
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Какао с молоком	200	4,98	5,04	22,66	155,10	
Яблоко	100	0,36	0,20	19,08	71,00	

ОБЕД 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Огурцы свежие порционно	60	0,48	0,01	1,68	9,00	118,52
Борщ из свежей капусты на бульоне со сметаной	200/10	2,51	6,31	11,87	114,87	
Тефтели с соусом	110	11,26	20,83	14,00	286,00	
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,90	3,45	32,40	177,00	
Хлеб пшеничный	40	3,24	0,40	19,52	96,80	
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00	
Напиток витаминизированный	200	0,00	0,00	19,00	80,00	

ОБЕД 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Огурцы свежие порционно	100	0,80	0,06	2,80	15,00	137,78
Борщ из свежей капусты на бульоне со сметаной	250/10	2,93	6,40	16,80	134,58	
Тефтели с соусом	110	11,26	20,83	14,00	286,00	
Каша гречневая рассыпчатая	180	8,28	4,14	38,88	212,40	
Хлеб пшеничный	70	5,67	0,70	34,16	169,40	
Хлеб ржаной	75	9,75	2,25	30,00	187,50	
Напиток витаминизированный	200	0,00	0,00	19,00	80,00	

ПОЛДНИК 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Печенье	50	2,53	9,76	12,20	145,20	59,27
Чай каркаде с сахаром	200	0,20	0,00	15,08	60,19	

ПОЛДНИК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Печенье	75	3,80	14,64	18,30	217,80	68,88
Чай каркаде с сахаром	200	0,20	0,00	15,08	60,19	

ЗАВЕДУЮЩИЙ ПРОИЗВОДСТВОМ _____

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР Гимназии № 10



МЕНЮ на 17.11.2023г.

Организованное питание
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

2 неделя 5 день
ЗАВТРАК 7-11 лет



УТВЕРЖДАЮ
«КрасПит»
Линкевич

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Макароны запеченные с сыром	200	10,42	10,09	42,22	308,09	79,00
Вафли	50	0,88	1,15	8,70	49,14	
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Чай черный с сахаром и лимоном	200	0,40	0,20	14,20	56,00	

ЗАВТРАК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Макароны запеченные с сыром	250	13,02	12,61	52,77	381,36	91,87
Вафли	50	0,88	1,15	8,70	49,14	
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Чай черный с сахаром и лимоном	200	0,40	0,20	14,20	56,00	

ОБЕД 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Кукуруза консервированная	60	1,32	1,44	6,72	34,80	118,52
Солянка из птицы со сметаной	200/10	4,25	5,52	5,05	87,86	
Рыба тушёная с овощами	90	10,15	23,45	6,21	275,68	
Рис отварной	150	3,89	4,73	42,20	236,82	
Хлеб пшеничный	40	3,24	0,40	19,52	96,80	
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00	
Компот из кураги	200	0,33	0,20	21,87	90,58	

ОБЕД 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Кукуруза консервированная	100	2,20	2,40	11,20	58,00	137,78
Солянка из птицы со сметаной	250/10	5,21	6,77	6,19	107,82	
Рыба тушёная с овощами	100	11,29	26,06	6,90	306,32	
Рис отварной	180	4,66	5,67	50,64	284,18	
Хлеб пшеничный	70	5,67	0,70	34,16	169,40	
Хлеб ржаной	75	9,75	2,25	30,00	187,50	
Компот из кураги	200	0,33	0,20	21,87	90,58	

ПОЛДНИК 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Крендель сахарный	75	3,21	9,95	18,64	147,71	59,27
Молоко пастеризованное йодированное	200	5,60	6,40	9,40	116,00	

ПОЛДНИК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Крендель сахарный	105	4,50	13,93	26,10	206,80	68,88
Молоко пастеризованное йодированное	200	5,60	6,40	9,40	116,00	

ЗАВЕДУЮЩИЙ ПРОИЗВОДСТВОМ

СОГЛАСОВАНО:
ДИРЕКТОР Гимназии № 10



УТВЕРЖДАЮ
ООО «КрасПит»
О.И. Линкевич

МЕНЮ на 19.11 2023г.
Организованное питание
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

2 неделя 6 день

ЗАВТРАК 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Манник с повидлом	220/30	11,62	21,24	87,18	592,62	79,00
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Чай черный с молоком и сахаром	200	1,40	1,60	16,40	86,00	

ЗАВТРАК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Манник с повидлом	250/30	13,00	23,70	97,60	663,73	91,87
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Чай черный с молоком и сахаром	200	1,40	1,60	16,40	86,00	

ОБЕД 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Салат из помидоров и огурцов	60	0,53	5,04	1,81	54,70	118,52
Суп Крестьянский с крупой на бульоне	200	5,59	5,11	19,55	148,13	
Рагу из овощей с фасолью с мясом птицы	200	18,10	10,84	14,28	232,27	
Хлеб пшеничный	40	3,24	0,40	19,52	96,80	
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00	
Кисель из ягод	200	0,12	0,08	21,15	85,80	

ОБЕД 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Салат из помидоров и огурцов	100	0,88	8,40	3,01	91,16	137,78
Суп крестьянский с крупой на бульоне	250	6,84	5,60	23,57	174,07	
Рагу из овощей с фасолью с мясом птицы	250	22,62	13,55	17,85	290,33	
Хлеб пшеничный	70	5,67	0,70	34,16	169,40	
Хлеб ржаной	75	9,75	2,25	30,00	187,50	
Кисель из ягод	200	0,12	0,08	21,15	85,80	

ПОЛДНИК 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Булочка дорожная йодированная	75	3,00	6,39	22,71	168,71	59,27
Какао с молоком	200	4,98	5,04	22,66	155,0	

ПОЛДНИК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Булочка дорожная йодированная	105	4,20	8,95	31,80	236,20	68,88
Какао с молоком	200	4,98	5,04	22,66	155,0	

ЗАВЕДУЮЩИЙ ПРОИЗВОДСТВОМ

СОГЛАСОВАНО:
ДИРЕКТОР Гимназии № 10



МЕНЮ на 20.11 2023г.

Организованное питание
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

1 неделя 1 день

ЗАВТРАК 7-11 лет



УТВЕРЖДАЮ
ОО «КрасПит»
И. Линкевич

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200/15	3,20	12,04	51,20	418,40	79,00
Бутерброд с маслом сливочным и джемом	15/10/15	1,39	8,35	20,75	161,89	
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Чай черный с сахаром и лимоном	200	0,40	0,20	14,20	56,00	

ЗАВТРАК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	250/15	3,94	14,84	63,10	515,70	91,87
Бутерброд с маслом сливочным и джемом	15/10/15	1,39	8,35	20,75	161,89	
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Чай черный с сахаром и лимоном	200	0,40	0,20	14,20	56,0	

ОБЕД 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Огурцы соленые	60	0,48	0,06	1,02	6,60	118,52
Суп картофельный с макаронными изделиями с филе птицы	200/10	5,87	2,58	20,55	129,86	
Жаркое по-домашнему	200	21,52	17,87	18,98	322,46	
Хлеб пшеничный	40	3,24	0,40	19,52	96,80	
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00	
Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00	

ОБЕД 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Огурцы соленые	100	0,80	0,10	1,70	11,00	137,78
Суп картофельный с макаронными изделиями с филе птицы	250/10	7,20	3,10	25,40	160,00	
Жаркое по-домашнему	250	26,90	22,33	23,61	403,07	
Хлеб пшеничный	70	5,67	0,70	34,16	169,40	
Хлеб ржаной	75	9,75	2,25	30,00	187,50	
Сок фруктовый	200	0,00	0,00	22,40	90,00	

ПОЛДНИК 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Бутерброд с сыром	15/20	6,42	5,51	7,32	106,70	59,27
Чай черный с сахаром	200	1,20	0,40	18,0	78,0	
Вафли	50	0,88	1,15	8,70	49,14	

ПОЛДНИК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Бутерброд с сыром	15/20	6,42	5,51	7,32	106,70	68,88
Чай черный с сахаром	200	1,20	0,40	18,0	78,0	
Вафли	50	0,88	1,15	8,70	49,14	

ЗАВЕДУЮЩИЙ ПРОИЗВОДСТВОМ



УТВЕРЖДАЮ
И.О.О «КрасПит»
И. Линкевич

МЕНЮ на 21.11 2023г.
Организованное питание
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!
1 неделя 2 день
ЗАВТРАК 7-11 лет

АИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Омлет натуральный с маслом сливочным	180/5	19,65	28,28	3,86	380,93	79,00
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Чай каркаде с сахаром	200	0,20	0,00	15,08	60,19	
Яблоко	100	0,36	0,20	19,08	71,0	

ЗАВТРАК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Омлет натуральный с маслом сливочным	220/5	21,12	33,38	4,18	408,80	91,87
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Чай каркаде с сахаром	200	0,20	0,00	15,08	60,19	
Яблоко	100	0,36	0,20	19,08	71,0	

ОБЕД 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Кукуруза консервированная	60	1,32	1,44	6,72	34,80	118,52
Рассольник Ленинградский на бульоне со сметаной	200/10	3,62	5,68	16,41	129,92	
Филе птицы в сметанном соусе	100	25,50	9,21	2,33	166,04	
Макаронные изделия отварные	150	5,24	4,65	34,88	205,50	
Хлеб пшеничный	40	3,24	0,40	19,52	96,80	
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00	
Напиток из облепихи	200	0,30	1,35	26,35	120,0	

ОБЕД 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Кукуруза консервированная	100	2,20	2,40	11,20	58,00	137,78
Рассольник Ленинградский на бульоне со сметаной	250/10	3,80	7,40	12,70	129,50	
Филе птицы в сметанном соусе	100	25,50	9,21	2,33	166,04	
Макаронные изделия отварные	180	6,20	5,58	41,85	246,60	
Хлеб пшеничный	70	5,67	0,70	34,16	169,40	
Хлеб ржаной	75	5,67	0,70	34,16	169,40	
Напиток из облепихи	200	0,30	1,35	26,35	120,00	

ПОЛДНИК 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Булочка домашняя йодированная	75	3,43	12,31	25,07	197,57	59,27
Напиток витаминизированный	200	0,00	0,00	19,0	80,0	

ПОЛДНИК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Булочка домашняя йодированная	105	4,80	17,23	35,10	276,60	68,88
Напиток витаминизированный	200	0,00	0,00	19,0	80,00	

ЗАВЕДУЮЩИЙ ПРОИЗВОДСТВОМ _____

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР Гимназии № 10



ПТВЕРЖДАЮ
«КрасПит»
Линкевич

МЕНЮ на 22.11.2023г.

Организованное питание
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

1 неделя 3 день

ЗАВТРАК 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Запеканка из творога с рисом и сгущенным молоком	180/20	28,40	15,62	45,53	437,02	79,00
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Вафли	50	0,88	1,15	8,70	49,14	
Кофейный напиток с молоком	200	3,10	3,44	23,21	134,55	

ЗАВТРАК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Запеканка из творога с рисом и сгущенным молоком	250/15	36,70	22,90	41,50	517,60	91,87
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Вафли	35	0,62	0,81	6,14	34,40	
Кофейный напиток с молоком	200	3,10	3,44	23,21	134,55	

ОБЕД 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Помидоры свежие порционно	60	0,66	0,12	2,22	12,00	118,52
Суп картофельный с клецками на бульоне	200/20	5,68	4,90	17,64	137,92	
Гуляш из говядины	90	15,88	9,24	5,03	170,68	
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,90	3,45	32,40	177,00	
Хлеб пшеничный	40	3,24	0,40	19,52	96,80	
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00	
Напиток лимонный	200	0,18	0,02	27,56	94,46	

ОБЕД 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Помидоры свежие порционно	100	1,10	0,20	3,70	20,00	137,78
Суп картофельный с клецками на бульоне	250/20	6,04	5,06	18,54	144,50	
Гуляш из говядины	90	15,88	9,24	5,03	170,68	
Каша гречневая рассыпчатая	180	8,28	4,14	38,88		
Хлеб пшеничный	70	5,67	0,70	34,16	169,40	
Хлеб ржаной	75	9,75	2,25	30,00	187,50	
Напиток лимонный	200	0,18	0,02	27,56	94,46	

ПОЛДНИК 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Булочка дорожная йодированная	75	3,0	6,39	22,71	168,71	59,27
Чай черный с сахаром и ягодами	200	0,68	1,28	24,42	111,87	

ПОЛДНИК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Булочка дорожная йодированная	105	4,20	8,95	31,80	236,20	68,88
Чай черный с сахаром и ягодами	200	0,68	1,28	24,42	11,87	

ЗАВЕДУЮЩИЙ ПРОИЗВОДСТВОМ

СОГЛАСОВАНО:
ДИРЕКТОР Гимназии № 10



УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО «КрасПит»
О.И. Линкевич

МЕНЮ на 23.11.2023г.
Организованное питание
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

1 неделя 4 день
ЗАВТРАК 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Макаронник с мясом	180	10,42	6,03	36,23	244,13	
Хлеб пшеничный йодовый	50	3,95	0,4	26,00	123,00	
Чай черный с молоком и сахаром	200	1,40	1,60	16,40	86,0	
Мандарин	75	0,60	0,15	5,63	24,75	

ЗАВТРАК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Макаронник с мясом	220	12,73	7,37	44,28	298,38	
Хлеб пшеничный йодовый	50	3,95	0,4	26,00	123,00	
Чай черный с молоком и сахаром	200	1,40	1,60	16,40	86,0	
Мандарин	75	0,60	0,15	5,63	24,75	

ОБЕД 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Маринад овощной	60	1,30	4,06	8,78	76,30	
Щи из свежей капусты на бульоне со сметаной	200/10	2,71	6,43	7,78	99,92	
Котлета рубленая из филе птицы	90	17,66	17,42	11,92	280,51	
Рис отварной с овощами	150	3,22	3,56	29,90	162,01	
Хлеб пшеничный	40	3,24	0,40	19,52	96,80	
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00	
Компот из смеси сухофруктов	200	1,60	0,00	28,40	120,0	

ОБЕД 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Маринад овощной	100	2,16	6,70	14,60	127,10	
Щи из свежей капусты на бульоне со сметаной	250/10	3,32	7,54	9,73	120,15	
Котлета рубленая из филе птицы	90	17,66	17,42	11,92	280,51	
Рис отварной с овощами	180	3,86	4,27	35,88	194,41	
Хлеб пшеничный	70	5,67	0,70	34,16	169,40	
Хлеб ржаной	75	9,75	2,25	30,00	187,50	
Компот из смеси сухофруктов	200	1,60	0,00	28,40	120,0	

ПОЛДНИК 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Пряник школьный	50	2,80	10,59	13,87	137,07	
Молоко пастеризованное йодированное	200	5,60	6,40	9,40	116,00	

ПОЛДНИК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Пряник школьный	75	4,20	15,88	20,80	205,60	
Молоко пастеризованное йодированное	200	5,60	6,40	9,40	116,00	

ЗАВЕДУЮЩИЙ ПРОИЗВОДСТВОМ

СОГЛАСОВАНО:
ДИРЕКТОР Гимназии № 10



УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО «КрасПит»
О. И. Линкевич

МЕНЮ на 24.11 2023г.

Организованное питание
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

1 неделя 5 день
ЗАВТРАК 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Каша вязкая молочная манная с маслом сливочным	200/15	9,30	10,98	56,87	366,81	79,00
Печенье	40	2,21	2,86	21,82	122,32	
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Какао с молоком	200	4,98	5,04	22,66	155,10	

ЗАВТРАК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Каша вязкая молочная манная с маслом сливочным	250/15	10,51	12,36	64,14	413,73	91,87
Печенье	40	2,21	2,86	21,82	122,32	
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Какао с молоком	200	4,98	5,04	22,66	155,10	

ОБЕД 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Огурцы свежие порционно	60	0,48	0,01	1,68	9,00	118,52
Суп гороховый на костном бульоне	200	5,67	5,58	19,28	150,17	
Котлета из рыбы «Любительская»	90	13,83	12,79	6,30	196,38	
Картофельное пюре	150	5,00	8,40	29,40	212,0	
Хлеб пшеничный	40	3,24	0,40	19,52	96,80	
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00	
Напиток из брусники	200	0,28	0,20	23,78	96,80	

ОБЕД 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Огурцы свежие порционно	100	0,80	0,06	2,80	15,00	137,78
Суп гороховый на костном бульоне	250	6,99	5,72	23,41	173,20	
Котлета из рыбы «Любительская»	100	15,38	14,22	7,00	218,20	
Картофельное пюре	180	6,0	10,08	35,28	254,40	
Хлеб пшеничный	70	5,67	0,70	34,16	169,40	
Хлеб ржаной	75	9,75	2,25	30,00	187,50	
Напиток из брусники	200	0,28	0,20	23,78	96,80	

ПОЛДНИК 7-11

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Вафли	35	0,62	0,81	6,14	34,40	59,27
Яблоко	100	0,36	0,20	19,08	71,00	
Чай каркаде с сахаром	200	0,20	0,00	15,08	60,19	

ПОЛДНИК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Вафли	50	0,88	1,15	8,70	49,14	68,88
Яблоко	100	0,36	0,20	19,08	71,00	
Чай каркаде с сахаром	200	0,20	0,00	15,08	60,19	

ЗАВЕДУЮЩИЙ ПРОИЗВОДСТВОМ _____

СОГЛАСОВАНО:
ДИРЕКТОР Гимназии № 10



УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО «КрасПит»
О.И. Линкевич

МЕНЮ на 25.11.2023г.

Организованное питание
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

1 неделя 6 день

ЗАВТРАК 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Суп молочный с гречневой крупой	250	8,41	9,02	24,30	207,16	79,00
Сыр порционно	20	5,20	5,36	0,06	140,80	
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Чай черный с сахаром и ягодами	200	0,68	1,28	24,42	111,87	

ЗАВТРАК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Суп молочный с гречневой крупой	250	8,41	9,02	24,30	207,16	91,87
Сыр порционный	20	5,20	5,36	0,06	140,80	
Хлеб пшеничный	50	4,05	0,50	24,40	121,00	
Чай черный с сахаром и ягодами	200	0,68	1,28	24,42	111,87	

ОБЕД 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Горошек консервированный	60	2,16	0,06	5,88	33,00	118,52
Суп картофельный с рисом на бульоне	200	4,30	2,96	14,64	105,50	
Птица отварная с маслом сливочным	90/10	21,61	24,33	1,17	307,07	
Каша перловая рассыпчатая	150	4,72	5,63	36,95	206,34	
Хлеб пшеничный	40	3,24	0,40	19,52	96,80	
Хлеб ржаной	50	6,50	1,50	20,00	125,00	
Компот из citrusовых с яблоками	200	0,64	0,29	28,48	118,80	

ОБЕД 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Горошек консервированный	100	3,60	0,10	9,80	55,00	137,78
Суп картофельный с рисом на бульоне	250	5,37	3,21	18,29	127,38	
Птица отварная с маслом сливочным	90/10	21,61	24,33	1,17	307,07	
Каша перловая рассыпчатая	180	5,66	6,75	44,34	247,60	
Хлеб пшеничный	70	5,67	0,70	34,16	169,40	
Хлеб ржаной	75	9,75	2,25	30,00	187,50	
Компот из citrusовых с яблоками	200	0,64	0,29	28,48	118,80	

ПОЛДНИК 7-11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Булочка дорожная йодированная	75	3,00	6,39	22,71	168,71	59,27
Чай черный с молоком и сахаром	200	1,40	1,60	16,40	86,00	

ПОЛДНИК 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД, гр.	Б	Ж	У	ЭЦ, ккал	Стоимость комплекса, руб.
Булочка дорожная йодированная	105	4,20	8,95	31,80	236,20	68,88
Чай черный с молоком и сахаром	200	0,40	1,60	16,40	86,00	

ЗАВЕДУЮЩИЙ ПРОИЗВОДСТВОМ _____