

Директор школы:

Утверждаю: генеральный директор ООО "КШП"

Л.Б. Кайдашова Л.Б. Кайдашова



**Примерное меню по ООО "Комбинат школьного питания"
для питания учащихся в общеобразовательных школах
по сложившимся ценам на 18.05.2025 0:00:01**

Дата	Школ.завтрак 71,47 (7-11 лет) Орск экс.	Цена	Выход	Бел	Жир	Угл	Кал
19.05.25	Каша молочная пшенная вязкая с маслом сливочным	21,45	200/5	7,74	7,1	34,25	231,87
	Яйцо вареное вкрутую	11,66	45	5,36	4,5	0,27	63,63
	Сыр порциями	16,04	17	3,91	7,65	0	61,71
	Чай с замороженными ягодами и сахаром	6,26	200	0,28	0,09	10,7	44,68
	Батон нарезной	4,16	40	3,08	0,32	20,08	97,2
	Пирожное	11,90	30	1,35	4,8	19,5	126
	ИТОГО	71,47					
20.05.25	Салат из свежих огурцов	13,29	60	0,48	2,06	1,5	26,44
	Плов	42,70	200	13,93	10,47	43,5	310,3
	Чай с сахаром	1,83	200	0,09	0,02	12,01	48,61
	Хлеб пшеничный из муки в/с	1,75	30	2,28	0,27	14,52	69,6
	Пирожное	11,90	30	1,35	4,8	19,5	126
	ИТОГО	71,47					
21.05.25	Котлеты рубленые из бройлеров-цыплят	40,30	70	13,33	4,71	9,95	135,44
	Каша рассыпчатая гречневая	8,93	130	6,93	4,71	36,88	208
	Соус томатный	2,84	30	0,21	1,2	1,47	17,36
	Чай с лимоном	5,37	210	0,27	0,06	15,3	62,8
	Хлеб пшеничный из муки в/с	2,14	35	2,66	0,32	16,94	81,20
	Пирожное	11,89	34	1,5	4,33	17,66	116
	ИТОГО	71,47					
22.05.25	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	20,94	200/5	4,85	5,68	30,49	192,41
	Блинчики	21,65	64	2,25	3,84	15,69	108,21
	Сыр порциями	11,53	12	2,81	3,6	0	44,52
	Сок фруктовый	13,20	200	1	0,2	20,4	92
	Батон нарезной	4,15	40	1,67	1,2	20,3	75
	ИТОГО	71,47					
23.05.25	Помидоры порционно	12,50	50	0,3	0	2,1	9,5
	Котлеты,биточки, шницеля	41,78	50	6,7	9,9	7,57	151,6
	Макароны отварные	9,91	150	7,1	3,91	32,81	187,78
	Чай с сахаром	1,83	200	0,09	0,02	12,01	48,61
	Хлеб пшеничный из муки в/с	1,91	30	2,28	0,27	14,52	69,6
	Печенье	3,54	22	1,54	4,4	14,1	103,4
	ИТОГО	71,47					

Ст. технолог:

Л.Б. Кайдашова

Калькулятор:

Директор школы:

Утверждаю: генеральный директор ООО "КШП"

Л.Б. Кайдашова Л.Б. Кайдашова



**Примерное меню по ООО "Комбинат школьного питания"
для питания учащихся в общеобразовательных школах
по сложившимся ценам на 18.05.2025 0:00:02**

Дата	Школ.завтрак 80,00+12,60 (с 12 лет) Орск экс.	Цена	Выход	Бел	Жир	Угл	Кал
19.05.25	Каша молочная пшенная вязкая с маслом сливочным	21,43	200/5	7,74	7,1	34,25	231,87
	Яйцо вареное вкрутую	11,66	45	5,36	4,5	0,27	63,63
	Блинчики	21,65	64	2,25	3,84	15,69	108,21
	Сыр порциями	16,04	17	3,91	7,65	0	61,71
	Чай с замороженными ягодами и сахаром	6,26	200	0,28	0,09	10,7	44,68
	Батон нарезной	3,63	35	1,5	1,05	17,77	65,6
	Пирожное	11,93	30	1,35	4,8	19,5	126
	ИТОГО	92,60					
20.05.25	Салат из свежих огурцов	17,80	80	0,64	3,1	2	38,25
	Плов	65,12	220	14,48	23,04	43,99	439,57
	Чай с сахаром	1,83	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
	Печенье	5,31	30	2,1	6	19,2	141
	ИТОГО	92,60					
21.05.25	Котлеты рубленые из бройлеров-цыплят	57,52	100	15,71	15,62	13,98	258,53
	Каша рассыпчатая гречневая	10,19	150	8,21	5,36	36,07	225,42
	Соус томатный	2,85	30	0,21	1,2	1,47	17,36
	Напиток лимонный	8,05	200	0,14	0,02	20,44	82,48
	Хлеб пшеничный из муки в/с	2,10	35	2,66	0,32	16,94	81,20
	Пирожное	11,89	34	1,5	4,33	17,66	116
	ИТОГО	92,60					
22.05.25	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	26,23	250/6,3	6,07	7,13	38,08	240,7
	Блинчики	21,65	64	2,25	3,84	15,69	108,21
	Сыр порциями	14,26	15	3,9	3,99	0	51,6
	Сок фруктовый	13,20	200	1	0,2	20,4	92
	Батон нарезной	4,30	42	3,23	0,34	21,08	102,06
	Вафли	12,96	22,5	1,35	6,3	13,5	117
	ИТОГО	92,60					
23.05.25	Помидоры порционно	18,30	75	0,45	0	3,15	14,25
	Котлеты,биточки, шницеля	58,67	70	9,75	13,12	10,72	209,11
	Макароны отварные	11,89	180	8,15	4,69	39,37	225,34
	Чай с сахаром	1,83	200	0,09	0,02	12,01	48,61
	Хлеб пшеничный из муки в/с	1,91	30	2,28	0,27	14,52	69,6
	ИТОГО	92,60					

Ст. технолог:

Л.Б. Кайдашова

Калькулятор:

Директор школы:

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 18.05.2025 0:00:03**

Дата	Школ.завтрак ОВЗ 68,52 Орск экспертиза	Цена	Выход	Бел	Жир	Угл	Кал
19.05.25	Каша молочная пшенная вязкая с маслом сливочным	21,43	200/5	7,74	7,1	34,25	231,87
	Яйцо вареное вкрутую	11,66	45	5,36	4,5	0,27	63,63
	Чай с замороженными ягодами и сахаром	6,26	200	0,28	0,09	10,7	44,68
	Батон нарезной	3,01	30	1,25	0,9	15,23	56,25
	Пирожное	11,90	30	1,35	4,8	19,5	126
	Сыр порциями	14,26	15	3,9	3,99	0	51,6
	ИТОГО	68,52					
20.05.25	Салат из свежих огурцов	10,34	50	0,46	2,06	1,45	26,16
	Плов	42,70	200	13,93	10,47	43,5	310,3
	Чай с сахаром	1,83	200	0,09	0,02	12,01	48,61
	Хлеб пшеничный из муки в/с	1,75	30	2,28	0,27	14,52	69,6
	Пирожное	11,90	30	1,35	4,8	19,5	126
	ИТОГО	68,52					
21.05.25	Котлеты рубленые из бройлеров-цыплят	40,30	70	13,33	4,71	9,95	135,44
	Каша рассыпчатая гречневая	8,93	130	6,93	4,71	36,88	208
	Чай с лимоном	5,37	210	0,27	0,06	15,3	62,8
	Хлеб пшеничный из муки в/с	2,03	35	2,66	0,32	16,94	81,20
	Пирожное	11,89	34	1,5	4,33	17,66	116
	ИТОГО	68,52					
22.05.25	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	20,94	200/5	4,85	5,68	30,49	192,41
	Блинчики	21,65	64	2,25	3,84	15,69	108,21
	Сыр порциями	9,51	10	2,32	2,95	0	35,83
	Сок фруктовый	13,20	200	1	0,2	20,4	92
	Батон нарезной	3,22	35	1,5	1,05	17,77	65,6
	ИТОГО	68,52					
23.05.25	Помидоры порционно	12,50	50	0,3	0	2,1	9,5
	Котлеты,биточки, шницеля	41,78	50	6,7	9,9	7,57	151,6
	Макароны отварные	9,91	150	7,1	3,91	32,81	187,78
	Чай с сахаром	1,83	200	0,09	0,02	12,01	48,61
	Хлеб пшеничный из муки в/с	2,50	40	3,04	0,36	19,36	92,8
	ИТОГО	68,52					

Ст. технолог:

Калькулятор:

Директор школы:

Утверждаю: генеральный директор ООО "КШП"

Л.Б. Кайдашова Л.Б. Кайдашова



**Примерное меню по ООО "Комбинат школьного питания"
для питания учащихся в общеобразовательных школах
по сложившимся ценам на 18.05.2025 0:00:04**

Дата	Школ.завтрак ОВЗ 13,30 (второй) Орск	Цена	Выход	Бел	Жир	Угл	Кал
19.05.25	Сок фруктовый	13,30	190	0,95	0	22,23	89,3
	ИТОГО	13,30					
20.05.25	Сок фруктовый	13,30	190	0,95	0	22,23	89,3
	ИТОГО	13,30					
21.05.25	Сок фруктовый	13,30	190	0,95	0	22,23	89,3
	ИТОГО	13,30					
22.05.25	Сок фруктовый	13,30	190	0,95	0	22,23	89,3
	ИТОГО	13,30					
23.05.25	Сок фруктовый	13,30	190	0,95	0	22,23	89,3
	ИТОГО	13,30					

Ст. технолог:

Л.Б. Кайдашова

Калькулятор:

Директор школы:

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 18.05.2025 0:00:05

Дата	Школ.обед 115+12,60 (с 12 лет) Орск при 1 раз. питании экс	Цена	Выход	Бел	Жир	Угл	Кал
19.05.25	Щи из свежей капусты и картофеля	27,14	250	1,8	3,4	8,46	71,1
	Котлеты мясные в красном соусе	59,93	100	9,66	11,7	8,99	183,44
	Макароны отварные	11,89	180	8,15	4,69	39,37	225,34
	Сок фруктовый	13,20	200	1	0,2	20,4	92
	Хлеб пшеничный из муки в/с	1,91	30	2,28	0,27	14,52	69,6
	Хлеб ржано-пшеничный 1с	1,98	30	1,98	0,33	12,3	60
	Пирожное	11,55	30	1,35	4,8	19,5	126
	ИТОГО	127,60					
20.05.25	Суп-лапша домашняя	20,94	270	7,43	7,69	13,45	152,2
	Жаркое по-домашнему	68,28	195	19,08	11,2	27,5	228,9
	Напиток лимонный	8,50	200	0,14	0,01	24,43	98,45
	Хлеб пшеничный из муки в/с	2,54	40	3,04	0,36	19,36	92,8
	Хлеб ржано-пшеничный 1с	2,30	35	2,31	0,39	14,35	70
	Печенье	7,54	42	2,8	8	25,6	188
	Яблоко	17,50	100	0,4	0,4	9,8	44,4
	ИТОГО	127,60					
21.05.25	Борщ "Сибирский" с фрикадельками	38,83	250/10	6,28	6,01	15,17	140,58
	Пельмени отварные с мясом и маслом сливочным	70,77	203	23,44	15,46	44,56	399,2
	Чай с сахаром	1,83	200	0,09	0,02	12,01	48,61
	Хлеб пшеничный из муки в/с	2,30	40	3,04	0,36	19,36	92,8
	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
	ИТОГО	127,60					
22.05.25	Салат из свежих огурцов	26,78	100	0,5	2,7	3	62
	Суп картофельный с бобовыми и с гречками	28,03	270	11,4	3,78	44,8	258,37
	Бройлерный цыпленок запеченный с сухарях	54,13	100	20,7	19,41	3,66	269,84
	Каша рассыпчатая гречневая	10,19	150	8,21	5,36	36,07	225,42
	Чай с лимоном	4,27	205	0,23	0,05	15,17	62,04
	Хлеб пшеничный из муки в/с	2,22	35	2,66	0,32	16,94	81,20
	Хлеб ржано-пшеничный 1с	1,98	30	1,98	0,33	12,3	60
	ИТОГО	127,60					
23.05.25	Салат из свежих огурцов и помидоров	22,91	100	0,9	5,14	3,46	63,88
	Рассольник "Ленинградский"	26,55	250	2,17	4,78	15,4	112,84
	Плов	65,14	220	14,48	23,04	43,99	439,57
	Компот из свежих замороженных ягод	9,11	200	0,2	0,09	17,73	72,57
	Хлеб ржано-пшеничный 1с	1,98	30	1,98	0,33	12,3	60
	Хлеб пшеничный из муки в/с	1,91	30	2,28	0,27	14,52	69,6
	ИТОГО	127,60					

Ст. технолог:

Калькулятор:

Директор школы:

Утверждаю: генеральный директор ООО "КШП"

Л.Б. Кайдашова Л.Б. Кайдашова



Примерное меню по ООО "Комбинат школьного питания"
для питания учащихся в общеобразовательных школах
по сложившимся ценам на 18.05.2025 0:00:06

Дата	Школ.обед 127,60 (с 12 лет) Орск при 2 раз. питании экс	Цена	Выход	Бел	Жир	Угл	Кал
19.05.25	Щи из свежей капусты и картофеля	27,14	250	1,8	3,4	8,46	71,1
	Котлеты мясные в красном соусе	59,93	100	9,66	11,7	8,99	183,44
	Макароны отварные	11,89	180	8,15	4,69	39,37	225,34
	Сок фруктовый	13,20	200	1	0,2	20,4	92
	Хлеб пшеничный из муки в/с	1,91	30	2,28	0,27	14,52	69,6
	Хлеб ржано-пшеничный 1с	1,98	30	1,98	0,33	12,3	60
	Пирожное	11,55	30	1,35	4,8	19,5	126
	ИТОГО	127,60					
20.05.25	Суп-лапша домашняя	20,94	270	7,43	7,69	13,45	152,2
	Жаркое по-домашнему	68,28	195	19,08	11,2	27,5	228,9
	Напиток лимонный	8,50	200	0,14	0,01	24,43	98,45
	Хлеб пшеничный из муки в/с	2,54	40	3,04	0,36	19,36	92,8
	Хлеб ржано-пшеничный 1с	2,30	35	2,31	0,39	14,35	70
	Печенье	7,54	42	2,8	8	25,6	188
	Помидоры порционно	17,50	70	0,42	0	2,94	13,33
	ИТОГО	127,60					
21.05.25	Борщ "Сибирский" с фрикадельками	38,83	250/10	6,28	6,01	15,17	140,58
	Пельмени отварные с мясом и маслом сливочным	70,77	203	23,44	15,46	44,56	399,2
	Чай с сахаром	1,83	200	0,09	0,02	12,01	48,61
	Хлеб пшеничный из муки в/с	2,30	40	3,04	0,36	19,36	92,8
	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
	ИТОГО	127,60					
22.05.25	Салат из свежих огурцов	26,78	100	0,5	2,7	3	62
	Суп картофельный с бобовыми и с гренками	28,03	270	11,4	3,78	44,8	258,37
	Бройлерный цыпленок запеченный с сухарях	54,13	100	20,7	19,41	3,66	269,84
	Каша рассыпчатая гречневая	10,19	150	8,21	5,36	36,07	225,42
	Чай с лимоном	4,27	205	0,23	0,05	15,17	62,04
	Хлеб пшеничный из муки в/с	2,22	35	2,66	0,32	16,94	81,20
	Хлеб ржано-пшеничный 1с	1,98	30	1,98	0,33	12,3	60
	ИТОГО	127,60					
23.05.25	Салат из свежих огурцов и помидоров	22,91	100	0,9	5,14	3,46	63,88
	Рассольник "Ленинградский"	26,55	250	2,17	4,78	15,4	112,84
	Плов	65,14	220	14,48	23,04	43,99	439,57
	Компот из свежих замороженных ягод	9,11	200	0,2	0,09	17,73	72,57
	Хлеб ржано-пшеничный 1с	1,98	30	1,98	0,33	12,3	60
	Хлеб пшеничный из муки в/с	1,91	30	2,28	0,27	14,52	69,6
	ИТОГО	127,60					

Ст. технолог:

Л.Б. Кайдашова

Калькулятор:

Директор школы:

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



**Примерное меню по ООО "Комбинат школьного питания"
для питания учащихся в общеобразовательных школах
по сложившимся ценам на 18.05.2025 0:00:17**

Дата	Школ.полдник 22-00	Цена	Выход	Бел	Жир	Угл	Кал
19.05.25	Курник с мясом и картофелем	20,20	67,5	5,76	9,23	17,8	176,27
	Чай с сахаром	1,80	200	0,09	0,02	12,01	48,61
	ИТОГО	22,00					
20.05.25	Рулетик Аппетитный	11,20	80	4,43	11,8	46,04	296,47
	Сок фруктовый	10,80	165	0,83	0	17,49	90,75
	ИТОГО	22,00					
21.05.25	Курник с мясом и картофелем	20,20	67,5	5,76	9,23	17,8	176,27
	Чай с сахаром	1,80	200	0,09	0,02	12,01	48,61
	ИТОГО	22,00					
22.05.25	Плюшка Оренбургская	9,50	100	7,26	12,55	61,27	367,34
	Сок фруктовый	12,50	190	0,95	0	22,23	89,3
	ИТОГО	22,00					
23.05.25	Курник с мясом и картофелем	20,50	67,5	5,76	9,23	17,8	176,27
	Чай с сахаром	1,50	180	0,18	0	6,35	24,54
	ИТОГО	22,00					

Ст. технолог:

Калькулятор: