

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ № 7

Л.А.Токарева

утверждаю,  
Директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
О.Ю.Козырева

## МЕНЮ

12.01.2026

| Белки, г                                  | Жиры, г      | Углеводы, г   | ЭЦ, ккал      | № Рец. | Наименование блюд | Выход, г | Цена, руб.    |
|-------------------------------------------|--------------|---------------|---------------|--------|-------------------|----------|---------------|
| <b>Нижний Тагил ШУ Обед РП 151,00 руб</b> |              |               |               |        |                   |          |               |
| 1,94                                      | 1,88         | 13,95         | 80,66         | 1039   | Суп с вермишелью  | 200      | 19,66         |
| 15,95                                     | 21,75        | 43,50         | 460,00        | 1018   | Плов со свининой  | 250      | 106,97        |
| 0,24                                      | 0,10         | 27,70         | 114,30        | 1242   | Морс ягодный      | 200      | 15,26         |
| 2,03                                      | 0,25         | 12,20         | 60,50         | 894,01 | Хлеб пшеничный    | 20       | 4,41          |
| 2,13                                      | 0,83         | 12,13         | 64,75         | 1147   | Хлеб ржаной       | 25       | 4,70          |
| <b>22,29</b>                              | <b>24,81</b> | <b>109,48</b> | <b>780,21</b> |        |                   |          | <b>151,00</b> |

13.01.2026

| Белки, г                                  | Жиры, г      | Углеводы, г   | ЭЦ, ккал      | № Рец.       | Наименование блюд                    | Выход, г | Цена, руб.    |
|-------------------------------------------|--------------|---------------|---------------|--------------|--------------------------------------|----------|---------------|
| <b>Нижний Тагил ШУ Обед РП 151,00 руб</b> |              |               |               |              |                                      |          |               |
| 4,70                                      | 4,43         | 17,18         | 133,31        | 139          | Суп картофельный с бобовыми          | 200      | 19,64         |
| 1,30                                      | 0,16         | 7,81          | 40,00         | 943          | Гренки из пшеничного хлеба           | 10       | 2,87          |
| 16,86                                     | 18,66        | 1             | 202,78        | 1308,02/1126 | Биточек куриный с соусом томатным    | 110      | 84,93         |
| 6,34                                      | 4,33         | 37,87         | 218,45        | 516          | Макаронные изделия отварные с маслом | 150      | 21,45         |
| 0,35                                      | 0,09         | 24,36         | 101,70        | 928          | Компот из смеси сухофруктов          | 200      | 13,00         |
| 2,03                                      | 0,25         | 12,20         | 60,50         | 894,01       | Хлеб пшеничный                       | 20       | 4,41          |
| 2,13                                      | 0,83         | 12,13         | 64,75         | 1147         | Хлеб ржаной                          | 25       | 4,70          |
| <b>33,71</b>                              | <b>28,75</b> | <b>112,71</b> | <b>821,49</b> |              |                                      |          | <b>151,00</b> |

14.01.2026

| Белки, г                                  | Жиры, г      | Углеводы, г   | ЭЦ, ккал      | № Рец.       | Наименование блюд                     | Выход, г | Цена, руб.    |
|-------------------------------------------|--------------|---------------|---------------|--------------|---------------------------------------|----------|---------------|
| <b>Нижний Тагил ШУ Обед РП 151,00 руб</b> |              |               |               |              |                                       |          |               |
| 2,16                                      | 5,10         | 14,24         | 111,32        | 1030         | Рассольник ленинградский со сметаной  | 200      | 30,04         |
| 14,81                                     | 12,65        | 9,66          | 211,02        | 1027,13/1126 | Котлета Деревенская с соусом томатным | 110      | 84,43         |
| 9,32                                      | 5,95         | 48,62         | 284,60        | 998          | Каша гречневая рассыпчатая            | 150      | 14,03         |
| 0,68                                      | 0,28         | 27,62         | 128,62        | 705          | Напиток из плодов шиповника           | 200      | 13,39         |
| 2,03                                      | 0,25         | 12,20         | 60,50         | 894,01       | Хлеб пшеничный                        | 20       | 4,41          |
| 2,13                                      | 0,83         | 12,13         | 64,75         | 1147         | Хлеб ржаной                           | 25       | 4,70          |
| <b>31,13</b>                              | <b>25,06</b> | <b>124,47</b> | <b>860,81</b> |              |                                       |          | <b>151,00</b> |

15.01.2026

| Белки, г                                  | Жиры, г      | Углеводы, г   | ЭЦ, ккал      | № Рец.       | Наименование блюд                       | Выход, г | Цена, руб.    |
|-------------------------------------------|--------------|---------------|---------------|--------------|-----------------------------------------|----------|---------------|
| <b>Нижний Тагил ШУ Обед РП 151,00 руб</b> |              |               |               |              |                                         |          |               |
| 1,52                                      | 5,48         | 10,94         | 99,54         | 1021         | Борщ с капустой, картофелем и сметаной  | 200      | 21,80         |
| 3,42                                      | 6,92         | 21,15         | 161,23        | 1319,01/1126 | Шницель из мяса птицы с соусом томатным | 110      | 77,75         |
| 3,26                                      | 5,04         | 22,03         | 146,96        | 995          | Пюре картофельное                       | 150      | 28,34         |
| 0,16                                      | 0,16         | 23,88         | 99,10         | 912          | Компот из свежих яблок                  | 200      | 14,00         |
| 2,03                                      | 0,25         | 12,20         | 60,50         | 894,01       | Хлеб пшеничный                          | 20       | 4,41          |
| 2,13                                      | 0,83         | 12,13         | 64,75         | 1147         | Хлеб ржаной                             | 25       | 4,70          |
| <b>12,52</b>                              | <b>18,68</b> | <b>102,33</b> | <b>632,08</b> |              |                                         |          | <b>151,00</b> |

16.01.2026

| Белки, г                                  | Жиры, г      | Углеводы, г  | ЭЦ, ккал      | № Рец. | Наименование блюд                             | Выход, г | Цена, руб.    |
|-------------------------------------------|--------------|--------------|---------------|--------|-----------------------------------------------|----------|---------------|
| <b>Нижний Тагил ШУ Обед РП 151,00 руб</b> |              |              |               |        |                                               |          |               |
| 1,52                                      | 4,98         | 7,31         | 106,00        | 124    | Ши из свежей капусты с картофелем со сметаной | 200      | 16,25         |
| 17,33                                     | 5,38         | 3,31         | 132,22        | 1023   | Фрикасе из мяса птицы с соусом                | 100      | 90,68         |
| 3,54                                      | 8,36         | 34,05        | 225,94        | 990    | Рис припущенный с овощами                     | 150      | 19,71         |
| 0,24                                      | 0,10         | 27,70        | 114,30        | 1242   | Морс ягодный                                  | 200      | 15,26         |
| 2,68                                      | 1,13         | 13,38        | 71,00         | 897    | Хлеб пшеничный                                | 20       | 4,40          |
| 2,13                                      | 0,83         | 12,13        | 64,75         | 1147   | Хлеб ржаной                                   | 25       | 4,70          |
| <b>27,44</b>                              | <b>20,78</b> | <b>97,88</b> | <b>714,21</b> |        |                                               |          | <b>151,00</b> |

17.01.2026

| Белки, г                                  | Жиры, г      | Углеводы, г   | ЭЦ, ккал      | № Рец.       | Наименование блюд                    | Выход, г | Цена, руб.    |
|-------------------------------------------|--------------|---------------|---------------|--------------|--------------------------------------|----------|---------------|
| <b>Нижний Тагил ШУ Обед РП 151,00 руб</b> |              |               |               |              |                                      |          |               |
| 2,13                                      | 5,32         | 14,52         | 114,79        | 1058         | Суп Крестьянский с крупой, сметаной  | 210      | 10,00         |
| 14,89                                     | 19,28        | 1,32          | 175,69        | 1308,04/1126 | Котлета Полтавская с соусом томатным | 110      | 111,35        |
| 6,34                                      | 4,33         | 37,87         | 218,45        | 516          | Макаронные изделия отварные с маслом | 150      | 7,73          |
| 0,35                                      | 0,09         | 24,36         | 101,70        | 928          | Компот из смеси сухофруктов          | 200      | 13,00         |
| 2,03                                      | 0,25         | 12,20         | 60,50         | 894,01       | Хлеб пшеничный                       | 20       | 4,22          |
| 2,13                                      | 0,83         | 12,13         | 64,75         | 1147         | Хлеб ржаной                          | 25       | 4,70          |
| <b>27,87</b>                              | <b>30,10</b> | <b>102,40</b> | <b>735,88</b> |              |                                      |          | <b>151,00</b> |

Технолог:

Зав. производством:

Согласовано:  
Директор МБОУ СОШ № 7  
Л.А.Токарева

Утверждаю,  
Директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
О.Ю.Козырева

## МЕНЮ

12.01.2026

| Белки, г                                              | Жиры, г      | Углеводы, г   | ЭЦ, ккал      | № Рец.  | Наименование блюд            | Выход, г | Цена, руб.           |
|-------------------------------------------------------|--------------|---------------|---------------|---------|------------------------------|----------|----------------------|
| <b>Нижний Тагил ШУ Завтрак 1-4 класс 107,91 руб</b>   |              |               |               |         |                              |          | <b>↑ понедельник</b> |
| 12,16                                                 | 13,00        | 5,11          | 259,70        | 891     | Омлет запеченный или паровой | 200      | 46,71                |
| 3,05                                                  | 4,00         | 28,50         | 157,00        | 1141,09 | Печенье детское              | 60       | 37,01                |
| 0,06                                                  | 0,00         | 15,16         | 59,90         | 686     | Чай с лимоном                | 200      | 15,00                |
| 2,68                                                  | 1,00         | 13,38         | 60,50         | 894,01  | Хлеб пшеничный               | 25       | 4,70                 |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147    | Хлеб ржаной                  | 25       | 4,49                 |
| <b>20,08</b>                                          | <b>19,00</b> | <b>74,28</b>  | <b>601,90</b> |         |                              |          | <b>107,91</b>        |
| <b>Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 151,80 руб</b>      |              |               |               |         |                              |          |                      |
| 1,94                                                  | 2,00         | 13,95         | 80,70         | 1039    | Суп с вермишелью             | 200      | 19,66                |
| 15,95                                                 | 24,00        | 58,65         | 487,10        | 1018    | Плов со свиной               | 250      | 106,97               |
| 0,12                                                  | 0,00         | 24,40         | 97,00         | 1242    | Морс ягодный                 | 200      | 15,26                |
| 2,03                                                  | 0,00         | 12,20         | 60,50         | 894,01  | Хлеб пшеничный               | 25       | 4,49                 |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147    | Хлеб ржаной                  | 25       | 4,70                 |
| <b>22,17</b>                                          | <b>27,00</b> | <b>121,33</b> | <b>790,10</b> |         |                              |          | <b>151,08</b>        |
| <b>Нижний Тагил ШУ Комплекс 1-4 кл 259,00 руб</b>     |              |               |               |         |                              |          |                      |
| 12,16                                                 | 13,00        | 5,11          | 259,70        | 891     | Омлет запеченный или паровой | 200      | 46,71                |
| 3,05                                                  | 4,00         | 28,50         | 157,00        | 1141,09 | Печенье детское              | 60       | 37,01                |
| 0,06                                                  | 0,00         | 15,16         | 59,90         | 686     | Чай с лимоном                | 200      | 15,00                |
| 2,68                                                  | 1,00         | 13,38         | 60,50         | 894,01  | Хлеб пшеничный               | 25       | 4,49                 |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147    | Хлеб ржаной                  | 25       | 4,70                 |
| <b>20,08</b>                                          | <b>19,00</b> | <b>74,28</b>  | <b>601,90</b> |         | <b>Обед</b>                  |          |                      |
| 1,94                                                  | 2,00         | 13,95         | 80,70         | 1039    | Суп с вермишелью             | 200      | 19,66                |
| 15,95                                                 | 24,00        | 58,65         | 487,10        | 1018    | Плов со свиной               | 250      | 106,98               |
| 0,12                                                  | 0,00         | 24,40         | 97,00         | 1242    | Морс ягодный                 | 200      | 15,26                |
| 2,03                                                  | 0,00         | 12,20         | 60,50         | 894,01  | Хлеб пшеничный               | 25       | 4,49                 |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147    | Хлеб ржаной                  | 25       | 4,70                 |
| <b>22,17</b>                                          | <b>27,00</b> | <b>121,33</b> | <b>790,10</b> |         |                              |          | <b>259,00</b>        |
| <b>Нижний Тагил ШУ Завтрак 5-11 класс 126,38 руб</b>  |              |               |               |         |                              |          |                      |
| 14,19                                                 | 16,00        | 6,13          | 321,50        | 891     | Омлет запеченный или паровой | 240      | 65,18                |
| 3,05                                                  | 4,00         | 28,50         | 157,00        | 1141,09 | Печенье детское              | 60       | 37,01                |
| 0,06                                                  | 0,00         | 15,16         | 59,90         | 686     | Чай с лимоном                | 200      | 15,00                |
| 2,03                                                  | 0,00         | 12,20         | 60,50         | 894,01  | Хлеб пшеничный               | 25       | 4,49                 |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147    | Хлеб ржаной                  | 25       | 4,70                 |
| <b>21,46</b>                                          | <b>21,00</b> | <b>74,12</b>  | <b>663,70</b> |         |                              |          | <b>126,38</b>        |
| <b>Нижний Тагил ШУ Обед 5-11 класс 176,93 руб</b>     |              |               |               |         |                              |          |                      |
| 2,42                                                  | 2,00         | 17,43         | 100,80        | 1039    | Суп с вермишелью             | 250      | 24,94                |
| 19,14                                                 | 29,00        | 70,37         | 704,50        | 1018    | Плов со свиной               | 300      | 127,54               |
| 0,12                                                  | 0,00         | 0,85          | 4,00          | 1242    | Морс ягодный                 | 200      | 15,26                |
| 2,03                                                  | 0,00         | 12,20         | 60,50         | 894,01  | Хлеб пшеничный               | 25       | 4,49                 |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147    | Хлеб ржаной                  | 25       | 4,70                 |
| <b>25,84</b>                                          | <b>32,00</b> | <b>112,98</b> | <b>934,60</b> |         |                              |          | <b>176,93</b>        |
| <b>Нижний Тагил ШУ Комплекс 5-11 класс 303,32 руб</b> |              |               |               |         |                              |          |                      |
| 14,19                                                 | 16,00        | 6,13          | 321,50        | 891     | Омлет запеченный или паровой | 240      | 65,18                |
| 3,05                                                  | 4,00         | 28,50         | 157,00        | 1141,09 | Печенье детское              | 60       | 37,01                |
| 0,06                                                  | 0,00         | 15,16         | 59,90         | 686     | Чай с лимоном                | 200      | 15,00                |
| 2,03                                                  | 0,00         | 12,20         | 60,50         | 894,01  | Хлеб пшеничный               | 25       | 4,49                 |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147    | Хлеб ржаной                  | 25       | 4,70                 |
| <b>21,46</b>                                          | <b>21,00</b> | <b>74,12</b>  | <b>663,70</b> |         | <b>Обед</b>                  |          |                      |
| 2,42                                                  | 2,00         | 17,43         | 100,80        | 1039    | Суп с вермишелью             | 250      | 24,94                |
| 19,14                                                 | 29,00        | 70,37         | 704,50        | 1018    | Плов со свиной               | 300      | 127,55               |
| 0,12                                                  | 0,00         | 0,85          | 4,00          | 1242    | Морс ягодный                 | 200      | 15,26                |
| 2,03                                                  | 0,00         | 12,20         | 60,50         | 894,01  | Хлеб пшеничный               | 25       | 4,49                 |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147    | Хлеб ржаной                  | 25       | 4,70                 |
| <b>25,84</b>                                          | <b>32,00</b> | <b>112,98</b> | <b>934,60</b> |         |                              |          | <b>303,32</b>        |

Технолог:

Зав. производством:

Согласовано:  
Директор МБОУ СОШ № 7  
Л.А. Токарева

Утверждаю,  
Директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
О.Ю. Козырева

## МЕНЮ

13.01.2026

| Белки, г                                              | Жиры, г      | Углеводы, г   | ЭЦ, ккал      | № Рец.    | Наименование блюд                               | Выход, г | Цена, руб.    |
|-------------------------------------------------------|--------------|---------------|---------------|-----------|-------------------------------------------------|----------|---------------|
| <b>Нижний Тагил ШУ Завтрак 1-4 класс 107,91 руб</b>   |              |               |               |           |                                                 |          |               |
| 8,10                                                  | 6,00         | 27,89         | 205,60        | 235,05    | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 200      | 24,75         |
| 0                                                     | 0            | 16,00         | 63,80         | 1188      | Чай с сахаром                                   | 200      | 12,00         |
| 4,19                                                  | 5,25         | 9,76          | 113,02        | 1330,22   | Блины с топпингом                               | 90/20    | 64,40         |
| 1,50                                                  | 1,00         | 12,50         | 78,20         | 693       | Батон                                           | 30       | 6,76          |
| <b>13,79</b>                                          | <b>12,25</b> | <b>66,15</b>  | <b>460,62</b> |           |                                                 |          | <b>107,91</b> |
| <b>Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 151,80 руб</b>      |              |               |               |           |                                                 |          |               |
| 4,70                                                  | 4,00         | 19,18         | 133,30        | 139       | Суп картофельный с бобовыми                     | 200      | 19,64         |
| 1,30                                                  | 0,00         | 7,81          | 40,00         | 943       | Гренки из пшеничного хлеба                      | 10       | 2,87          |
| 12,51                                                 | 18,00        | 7,18          | 182,90        | 1308/1126 | Биточек куриный с соусом томатным               | 110      | 84,93         |
| 4,34                                                  | 4,00         | 37,87         | 218,50        | 516       | Макаронные изделия отварные с маслом            | 150      | 21,45         |
| 0,35                                                  | 0,00         | 24,36         | 101,70        | 928       | Компот из смеси сухофруктов                     | 200      | 13,00         |
| 2,03                                                  | 0,00         | 12,20         | 60,50         | 894,01    | Хлеб пшеничный                                  | 25       | 4,49          |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147      | Хлеб ржаной                                     | 25       | 4,70          |
| <b>27,36</b>                                          | <b>27,00</b> | <b>120,73</b> | <b>801,70</b> |           |                                                 |          | <b>151,08</b> |
| <b>Нижний Тагил ШУ Комплекс 1-4 кл 259,00 руб</b>     |              |               |               |           |                                                 |          |               |
| 8,10                                                  | 6,00         | 27,89         | 205,60        | 235,05    | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 200      | 24,75         |
| 0                                                     | 0            | 16,00         | 63,80         | 1188      | Чай с сахаром                                   | 200      | 12,00         |
| 4,19                                                  | 5,25         | 9,76          | 113,02        | 1330,22   | Блины с топпингом                               | 90/20    | 64,40         |
| 1,50                                                  | 1,00         | 12,50         | 78,20         | 693       | Батон                                           | 30       | 6,76          |
| <b>13,79</b>                                          | <b>12,25</b> | <b>66,15</b>  | <b>460,62</b> |           | <b>Обед</b>                                     |          |               |
| 4,70                                                  | 4,00         | 19,18         | 133,30        | 139       | Суп картофельный с бобовыми                     | 200      | 19,64         |
| 1,30                                                  | 0,00         | 7,81          | 40,00         | 943       | Гренки из пшеничного хлеба                      | 10       | 2,87          |
| 12,51                                                 | 18,00        | 7,18          | 182,90        | 1308/1126 | Биточек куриный с соусом томатным               | 110      | 84,94         |
| 4,34                                                  | 4,00         | 37,87         | 218,50        | 516       | Макаронные изделия отварные с маслом            | 150      | 21,45         |
| 0,35                                                  | 0,00         | 24,36         | 101,70        | 928       | Компот из смеси сухофруктов                     | 200      | 13,00         |
| 2,03                                                  | 0,00         | 12,20         | 60,50         | 894,01    | Хлеб пшеничный                                  | 25       | 4,49          |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147      | Хлеб ржаной                                     | 25       | 4,70          |
| <b>27,36</b>                                          | <b>27,00</b> | <b>120,73</b> | <b>801,70</b> |           |                                                 |          | <b>259,00</b> |
| <b>Нижний Тагил ШУ Завтрак 5-11 класс 126,38 руб</b>  |              |               |               |           |                                                 |          |               |
| 12,38                                                 | 8,00         | 39,61         | 257,00        | 235,05    | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 250      | 43,22         |
| 0                                                     | 0            | 16,00         | 63,80         | 1188      | Чай с сахаром                                   | 200      | 12,00         |
| 4,19                                                  | 5,25         | 9,76          | 113,02        | 1330,22   | Блины с топпингом                               | 90/20    | 64,40         |
| 1,50                                                  | 1,00         | 12,50         | 78,20         | 693       | Батон                                           | 30       | 6,76          |
| <b>18,07</b>                                          | <b>14,25</b> | <b>77,87</b>  | <b>512,02</b> |           |                                                 |          | <b>126,38</b> |
| <b>Нижний Тагил ШУ Обед 5-11 класс 176,93 руб</b>     |              |               |               |           |                                                 |          |               |
| 5,88                                                  | 6,00         | 21,48         | 166,60        | 139       | Суп картофельный с бобовыми                     | 250      | 31,18         |
| 1,30                                                  | 0,00         | 7,81          | 40,00         | 943       | Гренки из пшеничного хлеба                      | 10       | 2,87          |
| 12,51                                                 | 18,00        | 7,18          | 182,90        | 1308/1126 | Биточек куриный с соусом томатным               | 110      | 84,93         |
| 7,61                                                  | 5,00         | 45,44         | 262,10        | 516       | Макаронные изделия отварные с маслом            | 180      | 35,76         |
| 0,35                                                  | 0,00         | 24,36         | 101,70        | 928       | Компот из смеси сухофруктов                     | 200      | 13,00         |
| 2,03                                                  | 0,00         | 12,20         | 60,50         | 894,01    | Хлеб пшеничный                                  | 25       | 4,49          |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147      | Хлеб ржаной                                     | 25       | 4,70          |
| <b>31,81</b>                                          | <b>30,00</b> | <b>130,60</b> | <b>878,60</b> |           |                                                 |          | <b>176,93</b> |
| <b>Нижний Тагил ШУ Комплекс 5-11 класс 303,32 руб</b> |              |               |               |           |                                                 |          |               |
| 12,38                                                 | 8,00         | 39,61         | 257,00        | 235,05    | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 250      | 43,22         |
| 0                                                     | 0            | 16,00         | 63,80         | 1188      | Чай с сахаром                                   | 200      | 12,00         |
| 4,19                                                  | 5,25         | 9,76          | 113,02        | 1330,22   | Блины с топпингом                               | 90/20    | 64,40         |
| 1,50                                                  | 1,00         | 12,50         | 78,20         | 693       | Батон                                           | 30       | 6,76          |
| <b>18,07</b>                                          | <b>14,25</b> | <b>77,87</b>  | <b>512,02</b> |           | <b>Обед</b>                                     |          |               |
| 5,88                                                  | 6,00         | 21,48         | 166,60        | 139       | Суп картофельный с бобовыми                     | 250      | 31,18         |
| 1,30                                                  | 0,00         | 7,81          | 40,00         | 943       | Гренки из пшеничного хлеба                      | 10       | 2,87          |
| 12,51                                                 | 18,00        | 7,18          | 182,90        | 1308/1126 | Биточек куриный с соусом томатным               | 110      | 84,94         |
| 7,61                                                  | 5,00         | 45,44         | 262,10        | 516       | Макаронные изделия отварные с маслом            | 180      | 35,76         |
| 0,35                                                  | 0,00         | 24,36         | 101,70        | 928       | Компот из смеси сухофруктов                     | 200      | 13,00         |
| 2,03                                                  | 0,00         | 12,20         | 60,50         | 894,01    | Хлеб пшеничный                                  | 25       | 4,49          |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147      | Хлеб ржаной                                     | 25       | 4,70          |
| <b>31,81</b>                                          | <b>30,00</b> | <b>130,60</b> | <b>878,60</b> |           |                                                 |          | <b>303,32</b> |

Технолог:

Зав. производством:

Согласовано:  
Директор МБОУ СОШ № 7  
Л.А.Токарева

Утверждаю,  
Директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
О.Ю.Козырева

## МЕНЮ

14.01.2026

| Белки, г                                              | Жиры, г      | Углеводы, г   | ЭЦ, ккал      | № Рец.       | Наименование блюд                                        | Выход, г | Цена, руб.     |
|-------------------------------------------------------|--------------|---------------|---------------|--------------|----------------------------------------------------------|----------|----------------|
| <b>Нижний Тагил ШУ Завтрак 1-4 класс 107,91 руб</b>   |              |               |               |              |                                                          |          | <b>1 среда</b> |
| 8,74                                                  | 9,00         | 39,51         | 283,50        | 850          | Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным | 210      | 27,09          |
| 0,12                                                  | 0,00         | 24,40         | 97,00         | 1242         | Морс ягодный                                             | 200      | 15,26          |
| 6,21                                                  | 6,47         | 44,16         | 259,53        | 450,05       | Маффин ванильный                                         | 60       | 58,80          |
| 1,50                                                  | 1,00         | 12,50         | 78,20         | 693          | Батон                                                    | 30       | 6,76           |
| <b>16,57</b>                                          | <b>16,47</b> | <b>120,57</b> | <b>718,23</b> |              |                                                          |          | <b>107,91</b>  |
| <b>Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 151,80 руб</b>      |              |               |               |              |                                                          |          |                |
| 2,16                                                  | 5,00         | 14,24         | 111,30        | 1030         | Рассольник ленинградский со сметаной                     | 200      | 30,04          |
| 14,69                                                 | 12,00        | 8,50          | 199,90        | 1027,13/1126 | Котлета Деревенская с соусом томатным                    | 110      | 84,43          |
| 6,32                                                  | 6,00         | 48,62         | 284,60        | 998          | Каша гречневая рассыпчатая                               | 150      | 14,03          |
| 0,14                                                  | 0,00         | 5,13          | 24,10         | 705          | Напиток из плодов шиповника                              | 200      | 13,39          |
| 2,03                                                  | 0,00         | 12,20         | 60,50         | 894,01       | Хлеб пшеничный                                           | 25       | 4,49           |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147         | Хлеб ржаной                                              | 25       | 4,70           |
| <b>27,47</b>                                          | <b>24,00</b> | <b>100,82</b> | <b>745,20</b> |              |                                                          |          | <b>151,08</b>  |
| <b>Нижний Тагил ШУ Комплекс 1-4 кл 259,00 руб</b>     |              |               |               |              |                                                          |          |                |
| 8,74                                                  | 9,00         | 39,51         | 283,50        | 850          | Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным | 210      | 27,09          |
| 0,12                                                  | 0,00         | 24,40         | 97,00         | 1242         | Морс ягодный                                             | 200      | 15,26          |
| 6,21                                                  | 6,47         | 44,16         | 259,53        | 450,05       | Маффин ванильный                                         | 60       | 58,80          |
| 1,50                                                  | 1,00         | 12,50         | 78,20         | 693          | Батон                                                    | 30       | 6,76           |
| <b>16,57</b>                                          | <b>16,47</b> | <b>120,57</b> | <b>718,23</b> |              |                                                          |          |                |
| 2,16                                                  | 5,00         | 14,24         | 111,30        | 1030         | Рассольник ленинградский со сметаной                     | 200      | 30,04          |
| 14,69                                                 | 12,00        | 8,50          | 199,90        | 1027,13/1126 | Котлета Деревенская с соусом томатным                    | 110      | 84,44          |
| 6,32                                                  | 6,00         | 48,62         | 284,60        | 998          | Каша гречневая рассыпчатая                               | 150      | 14,03          |
| 0,14                                                  | 0,00         | 5,13          | 24,10         | 705          | Напиток из плодов шиповника                              | 200      | 13,39          |
| 2,03                                                  | 0,00         | 12,20         | 60,50         | 894,01       | Хлеб пшеничный                                           | 25       | 4,49           |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147         | Хлеб ржаной                                              | 25       | 4,70           |
| <b>27,47</b>                                          | <b>24,00</b> | <b>100,82</b> | <b>745,20</b> |              |                                                          |          | <b>259,00</b>  |
| <b>Нижний Тагил ШУ Завтрак 5-11 класс 126,38 руб</b>  |              |               |               |              |                                                          |          |                |
| 13,33                                                 | 12,00        | 26,89         | 276,80        | 850          | Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным | 260      | 45,56          |
| 0,12                                                  | 0,00         | 24,40         | 97,00         | 1242         | Морс ягодный                                             | 200      | 15,26          |
| 6,21                                                  | 6,47         | 44,16         | 259,53        | 450,05       | Маффин ванильный                                         | 60       | 58,80          |
| 1,50                                                  | 1,00         | 12,50         | 78,20         | 693          | Батон                                                    | 30       | 6,76           |
| <b>21,16</b>                                          | <b>19,47</b> | <b>107,95</b> | <b>711,53</b> |              |                                                          |          | <b>126,38</b>  |
| <b>Нижний Тагил ШУ Обед 5-11 класс 176,93 руб</b>     |              |               |               |              |                                                          |          |                |
| 2,70                                                  | 6,00         | 17,80         | 139,20        | 1030         | Рассольник ленинградский со сметаной                     | 250      | 45,49          |
| 14,69                                                 | 12,00        | 8,50          | 199,90        | 1027,13/1126 | Котлета Деревенская с соусом томатным                    | 110      | 84,43          |
| 9,19                                                  | 7,00         | 58,35         | 341,50        | 998          | Каша гречневая рассыпчатая                               | 180      | 20,81          |
| 0,14                                                  | 0,00         | 5,13          | 24,10         | 705          | Напиток из плодов шиповника                              | 200      | 13,39          |
| 4,05                                                  | 1,00         | 24,40         | 121,00        | 894,01       | Хлеб пшеничный                                           | 50       | 8,41           |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147         | Хлеб ржаной                                              | 25       | 4,40           |
| <b>32,90</b>                                          | <b>27,00</b> | <b>126,31</b> | <b>890,50</b> |              |                                                          |          | <b>176,93</b>  |
| <b>Нижний Тагил ШУ Комплекс 5-11 класс 303,32 руб</b> |              |               |               |              |                                                          |          |                |
| 13,33                                                 | 12,00        | 26,89         | 276,80        | 850          | Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным | 260      | 45,56          |
| 0,12                                                  | 0,00         | 24,40         | 97,00         | 1242         | Морс ягодный                                             | 200      | 15,26          |
| 6,21                                                  | 6,47         | 44,16         | 259,53        | 450,05       | Маффин ванильный                                         | 60       | 58,80          |
| 1,50                                                  | 1,00         | 12,50         | 78,20         | 693          | Батон                                                    | 30       | 6,76           |
| <b>21,16</b>                                          | <b>19,47</b> | <b>107,95</b> | <b>711,53</b> |              | <b>Обед</b>                                              |          |                |
| 2,70                                                  | 6,00         | 17,80         | 139,20        | 1030         | Рассольник ленинградский со сметаной                     | 250      | 45,49          |
| 14,69                                                 | 12,00        | 8,50          | 199,90        | 1027,13/1126 | Котлета Деревенская с соусом томатным                    | 110      | 84,44          |
| 9,19                                                  | 7,00         | 58,35         | 341,50        | 998          | Каша гречневая рассыпчатая                               | 180      | 20,81          |
| 0,14                                                  | 0,00         | 5,13          | 24,10         | 705          | Напиток из плодов шиповника                              | 200      | 13,39          |
| 4,05                                                  | 1,00         | 24,40         | 121,00        | 894,01       | Хлеб пшеничный                                           | 50       | 8,41           |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147         | Хлеб ржаной                                              | 25       | 4,40           |
| <b>32,90</b>                                          | <b>27,00</b> | <b>126,31</b> | <b>890,50</b> |              |                                                          |          | <b>303,32</b>  |

Технолог:

Зав. производством:

Согласовано:  
Директор МБОУ СОШ № 7  
Л.А.Токарева

Утверждаю,  
Директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
О.Ю.Козырева

## МЕНЮ

15.01.2026

| Белки, г                                              | Жиры, г      | Углеводы, г   | ЭЦ, ккал      | № Рец.       | Наименование блюд                               | Выход, г | Цена, руб.    |
|-------------------------------------------------------|--------------|---------------|---------------|--------------|-------------------------------------------------|----------|---------------|
| <b>1 четверг</b>                                      |              |               |               |              |                                                 |          |               |
| <b>Нижний Тагил ШУ Завтрак 1-4 класс 107,91 руб</b>   |              |               |               |              |                                                 |          |               |
| 7,28                                                  | 9,00         | 35,08         | 243,40        | 842          | Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным | 200      | 30,35         |
| 0,06                                                  | 0,00         | 15,16         | 59,90         | 686          | Чай с лимоном                                   | 200      | 15,00         |
| 5,58                                                  | 6,00         | 13,71         | 118,30        | 810          | Бутерброд с сыром                               | 40       | 32,67         |
| 1,35                                                  | 0,00         | 18,90         | 86,40         | 1891         | Бананы                                          | 150      | 29,89         |
| <b>14,27</b>                                          | <b>15,00</b> | <b>82,85</b>  | <b>508,00</b> |              |                                                 |          | <b>107,91</b> |
| <b>Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 151,80 руб</b>      |              |               |               |              |                                                 |          |               |
| 1,54                                                  | 6,00         | 11,08         | 101,90        | 1021         | Борщ с капустой, картофелем и сметаной          | 200      | 21,81         |
| 14,97                                                 | 11,00        | 19,99         | 206,90        | 1319,01/1126 | Шницель из мяса птицы с соусом томатным         | 110      | 77,74         |
| 3,26                                                  | 7,00         | 22,03         | 167,80        | 995          | Пюре картофельное                               | 150      | 28,34         |
| 0,16                                                  | 0,00         | 23,88         | 99,10         | 912          | Компот из свежих яблок                          | 200      | 14,00         |
| 2,03                                                  | 0,00         | 12,20         | 60,50         | 894,01       | Хлеб пшеничный                                  | 25       | 4,49          |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147         | Хлеб ржаной                                     | 25       | 4,70          |
| <b>24,09</b>                                          | <b>25,00</b> | <b>101,31</b> | <b>701,00</b> |              |                                                 |          | <b>151,08</b> |
| <b>Нижний Тагил ШУ Комплекс 1-4 кл 259,00 руб</b>     |              |               |               |              |                                                 |          |               |
| 7,28                                                  | 9,00         | 35,08         | 243,40        | 842          | Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным | 200      | 30,35         |
| 0,06                                                  | 0,00         | 15,16         | 59,90         | 686          | Чай с лимоном                                   | 200      | 15,00         |
| 5,58                                                  | 6,00         | 13,71         | 118,30        | 810          | Бутерброд с сыром                               | 40       | 32,67         |
| 1,35                                                  | 0,00         | 18,90         | 86,40         | 1891         | Бананы                                          | 150      | 29,89         |
| <b>14,27</b>                                          | <b>15,00</b> | <b>82,85</b>  | <b>508,00</b> |              | <b>Обед</b>                                     |          |               |
| 1,54                                                  | 6,00         | 11,08         | 101,90        | 1021         | Борщ с капустой, картофелем и сметаной          | 200      | 21,81         |
| 14,97                                                 | 11,00        | 19,99         | 206,90        | 1319,01/1126 | Шницель из мяса птицы с соусом томатным         | 110      | 77,75         |
| 3,26                                                  | 7,00         | 22,03         | 167,80        | 995          | Пюре картофельное                               | 150      | 28,34         |
| 0,16                                                  | 0,00         | 23,88         | 99,10         | 912          | Компот из свежих яблок                          | 200      | 14,00         |
| 2,03                                                  | 0,00         | 12,20         | 60,50         | 894,01       | Хлеб пшеничный                                  | 25       | 4,49          |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147         | Хлеб ржаной                                     | 25       | 4,70          |
| <b>24,09</b>                                          | <b>25,00</b> | <b>101,31</b> | <b>701,00</b> |              |                                                 |          | <b>259,00</b> |
| <b>Нижний Тагил ШУ Завтрак 5-11 класс 126,38 руб</b>  |              |               |               |              |                                                 |          |               |
| 11,60                                                 | 12,00        | 41,85         | 296,40        | 842          | Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным | 250      | 48,82         |
| 0,06                                                  | 0,00         | 15,16         | 59,90         | 686          | Чай с лимоном                                   | 200      | 15,00         |
| 5,58                                                  | 6,00         | 13,71         | 118,30        | 810          | Бутерброд с сыром                               | 40       | 32,67         |
| 1,35                                                  | 0,00         | 18,90         | 86,40         | 1891         | Бананы                                          | 150      | 29,89         |
| <b>18,59</b>                                          | <b>18,00</b> | <b>89,62</b>  | <b>561,00</b> |              |                                                 |          | <b>126,38</b> |
| <b>Нижний Тагил ШУ Обед 5-11 класс 176,93 руб</b>     |              |               |               |              |                                                 |          |               |
| 1,83                                                  | 7,00         | 13,19         | 121,30        | 1021         | Борщ с капустой, картофелем и сметаной          | 250      | 28,51         |
| 14,97                                                 | 11,00        | 19,99         | 206,90        | 1319,01/1126 | Шницель из мяса птицы с соусом томатным         | 110      | 77,74         |
| 3,91                                                  | 9,00         | 26,44         | 187,60        | 995          | Пюре картофельное                               | 180      | 43,98         |
| 0,16                                                  | 0,00         | 23,88         | 99,10         | 912          | Компот из свежих яблок                          | 200      | 14,00         |
| 4,05                                                  | 1,00         | 24,40         | 121,00        | 894,01       | Хлеб пшеничный                                  | 50       | 8,34          |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147         | Хлеб ржаной                                     | 25       | 4,36          |
| <b>27,05</b>                                          | <b>29,00</b> | <b>120,03</b> | <b>800,70</b> |              |                                                 |          | <b>176,93</b> |
| <b>Нижний Тагил ШУ Комплекс 5-11 класс 303,32 руб</b> |              |               |               |              |                                                 |          |               |
| 11,60                                                 | 12,00        | 41,85         | 296,40        | 842          | Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным | 250      | 48,82         |
| 0,06                                                  | 0,00         | 15,16         | 59,90         | 686          | Чай с лимоном                                   | 200      | 15,00         |
| 5,58                                                  | 6,00         | 13,71         | 118,30        | 810          | Бутерброд с сыром                               | 40       | 32,67         |
| 1,35                                                  | 0,00         | 18,90         | 86,40         | 1891         | Бананы                                          | 150      | 29,89         |
| <b>18,59</b>                                          | <b>18,00</b> | <b>89,62</b>  | <b>561,00</b> |              | <b>Обед</b>                                     |          |               |
| 1,83                                                  | 7,00         | 13,19         | 121,30        | 1021         | Борщ с капустой, картофелем и сметаной          | 250      | 28,51         |
| 14,97                                                 | 11,00        | 19,99         | 206,90        | 1319,01/1126 | Шницель из мяса птицы с соусом томатным         | 110      | 77,75         |
| 3,91                                                  | 9,00         | 26,44         | 187,60        | 995          | Пюре картофельное                               | 180      | 43,98         |
| 0,16                                                  | 0,00         | 23,88         | 99,10         | 912          | Компот из свежих яблок                          | 200      | 14,00         |
| 4,05                                                  | 1,00         | 24,40         | 121,00        | 894,01       | Хлеб пшеничный                                  | 50       | 8,34          |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147         | Хлеб ржаной                                     | 25       | 4,36          |
| <b>27,05</b>                                          | <b>29,00</b> | <b>120,03</b> | <b>800,70</b> |              |                                                 |          | <b>303,32</b> |

Технолог:

Зав. производством:

Л.А.Токарева

О.Ю.Козырева

## МЕНЮ

16.01.2026

| Белки, г                                       | Жиры, г | Углеводы, г | ЭЦ, ккал | № Рец. | Наименование блюд                                 | Выход, г | Цена, руб. |
|------------------------------------------------|---------|-------------|----------|--------|---------------------------------------------------|----------|------------|
| 1 пятница                                      |         |             |          |        |                                                   |          |            |
| Нижний Тагил ШУ Завтрак 1-4 класс 107,91 руб   |         |             |          |        |                                                   |          |            |
| 7,90                                           | 8,50    | 20,23       | 242,00   | 1013   | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 210      | 27,39      |
| 6,21                                           | 6,47    | 44,16       | 259,53   | 450,05 | Маффин ванильный                                  | 60       | 59,76      |
| 0                                              | 0       | 16,00       | 63,80    | 1188   | Чай с сахаром                                     | 200      | 14,00      |
| 1,50                                           | 1,00    | 12,50       | 78,20    | 693    | Батон                                             | 30       | 6,76       |
| 15,61                                          | 15,97   | 92,89       | 643,53   |        |                                                   |          | 107,91     |
| Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 151,80 руб      |         |             |          |        |                                                   |          |            |
| 1,52                                           | 5,00    | 7,31        | 106,00   | 124    | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной     | 200      | 16,25      |
| 15,33                                          | 10,00   | 12,70       | 189,70   | 1023   | Фрикасе из мяса птицы с соусом                    | 100      | 90,67      |
| 3,60                                           | 7,00    | 32,40       | 241,00   | 990    | Рис припущенный с овощами                         | 150      | 19,71      |
| 0,12                                           | 0,00    | 24,40       | 97,00    | 1242   | Морс ягодный                                      | 200      | 15,26      |
| 2,68                                           | 1,00    | 13,38       | 71,00    | 897    | Хлеб пшеничный                                    | 25       | 4,49       |
| 2,13                                           | 1,00    | 12,13       | 64,80    | 1147   | Хлеб ржаной                                       | 25       | 4,70       |
| 25,38                                          | 24,00   | 102,32      | 769,50   |        |                                                   |          | 151,08     |
| Нижний Тагил ШУ Комплекс 1-4 кл 259,00 руб     |         |             |          |        |                                                   |          |            |
| 7,90                                           | 8,50    | 20,23       | 242,00   | 1013   | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 210      | 27,39      |
| 6,21                                           | 6,47    | 44,16       | 259,53   | 450,05 | Маффин ванильный                                  | 60       | 59,76      |
| 0                                              | 0       | 16,00       | 63,80    | 1188   | Чай с сахаром                                     | 200      | 14,00      |
| 1,50                                           | 1,00    | 12,50       | 78,20    | 693    | Батон                                             | 30       | 6,76       |
| 15,61                                          | 15,97   | 92,89       | 643,53   |        |                                                   |          |            |
| 1,52                                           | 5,00    | 7,31        | 106,00   | 124    | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной     | 200      | 16,25      |
| 15,33                                          | 10,00   | 12,70       | 189,70   | 1023   | Фрикасе из мяса птицы с соусом                    | 100      | 90,68      |
| 3,60                                           | 7,00    | 32,40       | 241,00   | 990    | Рис припущенный с овощами                         | 150      | 19,71      |
| 0,12                                           | 0,00    | 24,40       | 97,00    | 1242   | Морс ягодный                                      | 200      | 15,26      |
| 2,68                                           | 1,00    | 13,38       | 71,00    | 897    | Хлеб пшеничный                                    | 25       | 4,49       |
| 2,13                                           | 1,00    | 12,13       | 64,80    | 1147   | Хлеб ржаной                                       | 25       | 4,70       |
| 25,38                                          | 24,00   | 102,32      | 769,50   |        |                                                   |          | 259,00     |
| Нижний Тагил ШУ Завтрак 5-11 класс 126,38 руб  |         |             |          |        |                                                   |          |            |
| 11,80                                          | 10,00   | 39,70       | 269,00   | 1013   | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 260      | 45,86      |
| 6,21                                           | 6,47    | 44,16       | 259,53   | 450,05 | Маффин ванильный                                  | 60       | 59,76      |
| 0                                              | 0       | 16,00       | 63,80    | 1188   | Чай с сахаром                                     | 200      | 14,00      |
| 1,50                                           | 1,00    | 12,50       | 78,20    | 693    | Батон                                             | 30       | 6,76       |
| 19,51                                          | 17,47   | 112,36      | 670,53   |        |                                                   |          | 126,38     |
| Нижний Тагил ШУ Обед 5-11 класс 176,93 руб     |         |             |          |        |                                                   |          |            |
| 1,90                                           | 6,00    | 9,14        | 132,50   | 124    | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной     | 250      | 32,01      |
| 15,33                                          | 10,00   | 12,70       | 189,70   | 1023   | Фрикасе из мяса птицы с соусом                    | 100      | 90,67      |
| 4,20                                           | 9,00    | 38,60       | 287,60   | 990    | Рис припущенный с овощами                         | 180      | 26,29      |
| 0,12                                           | 0,00    | 24,40       | 97,00    | 1242   | Морс ягодный                                      | 200      | 15,26      |
| 5,35                                           | 2,00    | 26,75       | 142,00   | 897    | Хлеб пшеничный                                    | 50       | 8,34       |
| 2,13                                           | 1,00    | 12,13       | 64,80    | 1147   | Хлеб ржаной                                       | 25       | 4,36       |
| 29,03                                          | 28,00   | 123,72      | 913,60   |        |                                                   |          | 176,93     |
| Нижний Тагил ШУ Комплекс 5-11 класс 303,32 руб |         |             |          |        |                                                   |          |            |
| 11,80                                          | 10,00   | 39,70       | 269,00   | 1013   | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 260      | 45,86      |
| 6,21                                           | 6,47    | 44,16       | 259,53   | 450,05 | Маффин ванильный                                  | 60       | 59,76      |
| 0                                              | 0       | 16,00       | 63,80    | 1188   | Чай с сахаром                                     | 200      | 14,00      |
| 1,50                                           | 1,00    | 12,50       | 78,20    | 693    | Батон                                             | 30       | 6,76       |
| 19,51                                          | 17,47   | 112,36      | 670,53   |        | Обед                                              |          |            |
| 1,90                                           | 6,00    | 9,14        | 132,50   | 124    | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной     | 250      | 32,01      |
| 15,33                                          | 10,00   | 12,70       | 189,70   | 1023   | Фрикасе из мяса птицы с соусом                    | 100      | 90,68      |
| 4,20                                           | 9,00    | 38,60       | 287,60   | 990    | Рис припущенный с овощами                         | 180      | 26,29      |
| 0,12                                           | 0,00    | 24,40       | 97,00    | 1242   | Морс ягодный                                      | 200      | 15,26      |
| 5,35                                           | 2,00    | 26,75       | 142,00   | 897    | Хлеб пшеничный                                    | 50       | 8,34       |
| 2,13                                           | 1,00    | 12,13       | 64,80    | 1147   | Хлеб ржаной                                       | 25       | 4,36       |
| 29,03                                          | 28,00   | 123,72      | 913,60   |        |                                                   |          | 303,32     |

Технолог:

Зав. производством:

Согласовано:  
Директор МБОУ СОШ № 7  
\_\_\_\_\_ Л.А.Токарева

Утверждаю,  
Директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
О.Ю. Козырева

Выход, г Цена, руб.

# МЕНЮ

19.01.2026

| Белки, г                                  | Жиры, г      | Углеводы, г   | ЭЦ, ккал      | № Рец.  | Наименование блюд           | Выход, г | Цена, руб.    |
|-------------------------------------------|--------------|---------------|---------------|---------|-----------------------------|----------|---------------|
| <b>Нижний Тагил ШУ Обед РП 151,00 руб</b> |              |               |               |         |                             |          |               |
| 4,70                                      | 4,43         | 17,18         | 133,31        | 139     | Суп картофельный с бобовыми | 200      | 19,64         |
| 1,30                                      | 0,16         | 7,81          | 40,00         | 943     | Гренки из пшеничного хлеба  | 10       | 2,87          |
| 14,69                                     | 11,99        | 8,50          | 199,90        | 1027,13 | Котлета Деревенская         | 90       | 92,24         |
| 5,18                                      | 9,03         | 29,97         | 221,85        | 1011,03 | Спагетти отварные           | 150      | 11,88         |
| 0,24                                      | 0,10         | 27,70         | 114,30        | 1242    | Морс ягодный                | 200      | 15,26         |
| 2,03                                      | 0,25         | 12,20         | 60,50         | 894,01  | Хлеб пшеничный              | 20       | 4,41          |
| 2,13                                      | 0,83         | 12,13         | 64,75         | 1147    | Хлеб ржаной                 | 25       | 4,70          |
| <b>30,27</b>                              | <b>26,79</b> | <b>115,49</b> | <b>834,61</b> |         |                             |          | <b>151,00</b> |

20.01.2026

| Белки, г                                  | Жиры, г      | Углеводы, г   | ЭЦ, ккал      | № Рец. | Наименование блюд               | Выход, г | Цена, руб.    |
|-------------------------------------------|--------------|---------------|---------------|--------|---------------------------------|----------|---------------|
| <b>Нижний Тагил ШУ Обед РП 151,00 руб</b> |              |               |               |        |                                 |          |               |
| 1,82                                      | 5,07         | 11,08         | 96,71         | 1175   | Рассольник домашний со сметаной | 200      | 28,26         |
| 15,72                                     | 14,31        | 48,42         | 386,84        | 1020   | Плов с мясом птицы              | 250      | 100,63        |
| 0,35                                      | 0,09         | 24,36         | 101,70        | 928    | Компот из смеси сухофруктов     | 200      | 13,00         |
| 2,03                                      | 0,25         | 12,20         | 60,50         | 894,01 | Хлеб пшеничный                  | 20       | 4,41          |
| 2,13                                      | 0,83         | 12,13         | 64,75         | 1147   | Хлеб ржаной                     | 25       | 4,70          |
| <b>22,05</b>                              | <b>20,55</b> | <b>108,19</b> | <b>710,50</b> |        |                                 |          | <b>151,00</b> |

21.01.2026

| Белки, г                                  | Жиры, г      | Углеводы, г  | ЭЦ, ккал      | № Рец. | Наименование блюд                      | Выход, г | Цена, руб.    |
|-------------------------------------------|--------------|--------------|---------------|--------|----------------------------------------|----------|---------------|
| <b>Нижний Тагил ШУ Обед РП 151,00 руб</b> |              |              |               |        |                                        |          |               |
| 1,60                                      | 5,75         | 11,49        | 104,52        | 1021   | Борщ с капустой, картофелем и сметаной | 210      | 21,81         |
| 26,75                                     | 16,34        | 1,44         | 259,93        | 1237   | Птица запеченная                       | 90       | 69,91         |
| 0,45                                      | 0,82         | 3,64         | 224,75        | 518    | Картофель отварной                     | 150      | 41,54         |
| 0,16                                      | 0,01         | 4,52         | 20,19         | 932    | Компот из кураги                       | 200      | 8,63          |
| 2,03                                      | 0,25         | 12,20        | 60,50         | 894,01 | Хлеб пшеничный                         | 20       | 4,41          |
| 2,13                                      | 0,83         | 12,13        | 64,75         | 1147   | Хлеб ржаной                            | 25       | 4,70          |
| <b>33,12</b>                              | <b>24,00</b> | <b>45,42</b> | <b>734,64</b> |        |                                        |          | <b>151,00</b> |

22.01.2026

| Белки, г                                  | Жиры, г      | Углеводы, г   | ЭЦ, ккал      | № Рец.        | Наименование блюд                   | Выход, г | Цена, руб.    |
|-------------------------------------------|--------------|---------------|---------------|---------------|-------------------------------------|----------|---------------|
| <b>Нижний Тагил ШУ Обед РП 151,00 руб</b> |              |               |               |               |                                     |          |               |
| 2,13                                      | 5,32         | 14,52         | 114,79        | 1058          | Суп Крестьянский с крупой, сметаной | 210      | 17,25         |
| 16,86                                     | 18,66        | 1             | 202,78        | 1308,02/ 1126 | Биточек куриный с соусом томатным   | 110      | 91,42         |
| 3,54                                      | 8,36         | 34,05         | 225,94        | 990           | Рис припущенный с овощами           | 150      | 22,34         |
| 0,68                                      | 0,28         | 27,62         | 128,62        | 705           | Напиток из плодов шиповника         | 200      | 10,88         |
| 2,03                                      | 0,25         | 12,20         | 60,50         | 894,01        | Хлеб пшеничный                      | 20       | 4,41          |
| 2,13                                      | 0,83         | 12,13         | 64,75         | 1147          | Хлеб ржаной                         | 25       | 4,70          |
| <b>27,37</b>                              | <b>33,70</b> | <b>101,68</b> | <b>797,38</b> |               |                                     |          | <b>151,00</b> |

23.01.2026

| Белки, г                                  | Жиры, г      | Углеводы, г   | ЭЦ, ккал      | № Рец. | Наименование блюда           | Выход, г | Цена, руб.    |
|-------------------------------------------|--------------|---------------|---------------|--------|------------------------------|----------|---------------|
| <b>Нижний Тагил ШУ Обед РП 151,00 руб</b> |              |               |               |        |                              |          |               |
| 4,38                                      | 4,75         | 12,24         | 110,05        | 1015   | Суп-лапша на курином бульоне | 200      | 11,93         |
| 11,17                                     | 28,01        | 3,61          | 236,34        | 437,06 | Гуляш из мяса свинины        | 100      | 100,45        |
| 9,32                                      | 5,95         | 48,62         | 284,60        | 998    | Каша гречневая рассыпчатая   | 150      | 14,25         |
| 0,24                                      | 0,10         | 27,70         | 114,30        | 1242   | Морс ягодный                 | 200      | 15,26         |
| 2,03                                      | 0,25         | 12,20         | 60,50         | 894,01 | Хлеб пшеничный               | 20       | 4,41          |
| 2,13                                      | 0,83         | 12,13         | 64,75         | 1147   | Хлеб ржаной                  | 25       | 4,70          |
| <b>29,27</b>                              | <b>39,89</b> | <b>116,50</b> | <b>870,54</b> |        |                              |          | <b>151,00</b> |

24.01.2026

| Белки, г                                  | Жиры, г      | Углеводы, г   | ЭЦ, ккал      | № Рец.       | Наименование блюд                             | Выход, г | Цена, руб.    |
|-------------------------------------------|--------------|---------------|---------------|--------------|-----------------------------------------------|----------|---------------|
| <b>Нижний Тагил ШУ Обед РП 151,00 руб</b> |              |               |               |              |                                               |          |               |
| 1,52                                      | 4,98         | 7,31          | 106,00        | 124          | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 200      | 16,03         |
| 12,12                                     | 10,54        | 11,51         | 173,08        | 1027,6/ 1126 | Котлета Московская с соусом томатным          | 110      | 98,00         |
| 6,34                                      | 4,33         | 37,87         | 218,45        | 516          | Макаронные изделия отварные с маслом          | 150      | 15,87         |
| 0,16                                      | 0,16         | 23,88         | 99,10         | 912          | Компот из свежих яблок                        | 200      | 11,91         |
| 2,03                                      | 0,25         | 12,20         | 60,50         | 894,01       | Хлеб пшеничный                                | 25       | 4,49          |
| 2,13                                      | 0,83         | 12,13         | 64,75         | 1147         | Хлеб ржаной                                   | 25       | 4,70          |
| <b>24,30</b>                              | <b>21,09</b> | <b>104,90</b> | <b>721,88</b> |              |                                               |          | <b>151,00</b> |

Технолог:

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Согласовано:  
Директор МБОУ СОШ № 7  
Л.А.Токарева

Утверждаю,  
Директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
О.Ю.Козырева

## МЕНЮ

19.01.2026

| Белки, г                                              | Жиры, г      | Углеводы, г   | ЭЦ, ккал      | № Рец.  | Наименование блюд                               | Выход, г | Цена, руб.    |
|-------------------------------------------------------|--------------|---------------|---------------|---------|-------------------------------------------------|----------|---------------|
| <b>2 понедельник</b>                                  |              |               |               |         |                                                 |          |               |
| <b>Нижний Тагил ШУ Завтрак 1-4 класс 107,91 руб</b>   |              |               |               |         |                                                 |          |               |
| 10,10                                                 | 10,00        | 27,89         | 205,60        | 235,05  | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 210      | 65,55         |
| 3,05                                                  | 4,00         | 28,50         | 157,00        | 1141,09 | Печенье детское                                 | 60       | 20,60         |
| 0,06                                                  | 0,00         | 15,16         | 59,90         | 686     | Чай с лимоном                                   | 200      | 15,00         |
| 1,50                                                  | 1,00         | 12,50         | 78,20         | 693     | Батон                                           | 30       | 6,76          |
| <b>14,71</b>                                          | <b>15,00</b> | <b>84,05</b>  | <b>500,70</b> |         |                                                 |          | <b>107,91</b> |
| <b>Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 151,80 руб</b>      |              |               |               |         |                                                 |          |               |
| 4,70                                                  | 4,00         | 17,18         | 133,30        | 139     | Суп картофельный с бобовыми                     | 200      | 19,64         |
| 1,30                                                  | 0,00         | 7,81          | 40,00         | 943     | Гренки из пшеничного хлеба                      | 10       | 2,87          |
| 12,70                                                 | 11,00        | 8,10          | 193,10        | 1027,13 | Котлета Деревенская                             | 90       | 92,24         |
| 4,90                                                  | 9,00         | 29,97         | 221,90        | 1011,03 | Спагетти отварные                               | 150      | 11,88         |
| 0,12                                                  | 0,00         | 24,40         | 97,00         | 1242    | Морс ягодный                                    | 200      | 15,26         |
| 2,03                                                  | 0,00         | 12,20         | 60,50         | 894,01  | Хлеб пшеничный                                  | 25       | 4,49          |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147    | Хлеб ржаной                                     | 25       | 4,70          |
| <b>27,88</b>                                          | <b>25,00</b> | <b>111,79</b> | <b>810,60</b> |         |                                                 |          | <b>151,80</b> |
| <b>Нижний Тагил ШУ Комплекс 1-4 кл 259,00 руб</b>     |              |               |               |         |                                                 |          |               |
| 10,10                                                 | 10,00        | 27,89         | 205,60        | 235,05  | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 210      | 65,55         |
| 3,05                                                  | 4,00         | 28,50         | 157,00        | 1141,09 | Печенье детское                                 | 60       | 20,60         |
| 0,06                                                  | 0,00         | 15,16         | 59,90         | 686     | Чай с лимоном                                   | 200      | 15,00         |
| 1,50                                                  | 1,00         | 12,50         | 78,20         | 693     | Батон                                           | 30       | 6,76          |
| <b>14,71</b>                                          | <b>15,00</b> | <b>84,05</b>  | <b>500,70</b> |         | <b>Обед</b>                                     |          |               |
| 4,70                                                  | 4,00         | 17,18         | 133,30        | 139     | Суп картофельный с бобовыми                     | 200      | 19,64         |
| 1,30                                                  | 0,00         | 7,81          | 40,00         | 943     | Гренки из пшеничного хлеба                      | 10       | 2,87          |
| 12,70                                                 | 11,00        | 8,10          | 193,10        | 1027,13 | Котлета Деревенская                             | 90       | 92,25         |
| 4,90                                                  | 9,00         | 29,97         | 221,90        | 1011,03 | Спагетти отварные                               | 150      | 11,88         |
| 0,12                                                  | 0,00         | 24,40         | 97,00         | 1242    | Морс ягодный                                    | 200      | 15,26         |
| 2,03                                                  | 0,00         | 12,20         | 60,50         | 894,01  | Хлеб пшеничный                                  | 25       | 4,49          |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147    | Хлеб ржаной                                     | 25       | 4,70          |
| <b>27,88</b>                                          | <b>25,00</b> | <b>111,79</b> | <b>810,60</b> |         |                                                 |          | <b>259,00</b> |
| <b>Нижний Тагил ШУ Завтрак 5-11 класс 126,38 руб</b>  |              |               |               |         |                                                 |          |               |
| 13,40                                                 | 13,00        | 42,60         | 269,00        | 235,05  | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 260      | 78,28         |
| 3,05                                                  | 4,00         | 28,50         | 157,00        | 1141,09 | Печенье детское                                 | 60       | 20,60         |
| 0,06                                                  | 0,00         | 15,16         | 59,90         | 686     | Чай с лимоном                                   | 200      | 10,79         |
| 1,50                                                  | 1,00         | 12,50         | 78,20         | 693     | Батон                                           | 30       | 16,71         |
| <b>18,01</b>                                          | <b>18,00</b> | <b>98,76</b>  | <b>564,10</b> |         |                                                 |          | <b>126,38</b> |
| <b>Нижний Тагил ШУ Обед 5-11 класс 176,93 руб</b>     |              |               |               |         |                                                 |          |               |
| 5,88                                                  | 6,00         | 21,48         | 166,60        | 139     | Суп картофельный с бобовыми                     | 250      | 36,06         |
| 1,30                                                  | 0,00         | 7,81          | 40,00         | 943     | Гренки из пшеничного хлеба                      | 10       | 2,87          |
| 12,69                                                 | 12,00        | 8,50          | 199,90        | 1027,13 | Котлета Деревенская                             | 90       | 92,24         |
| 6,22                                                  | 11,00        | 35,96         | 266,20        | 1011,03 | Спагетти отварные                               | 180      | 17,05         |
| 0,12                                                  | 0,00         | 0,85          | 4,00          | 1242    | Морс ягодный                                    | 200      | 15,26         |
| 4,05                                                  | 1,00         | 24,40         | 121,00        | 894,01  | Хлеб пшеничный                                  | 50       | 8,98          |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147    | Хлеб ржаной                                     | 25       | 4,47          |
| <b>32,39</b>                                          | <b>31,00</b> | <b>111,13</b> | <b>862,50</b> |         |                                                 |          | <b>176,93</b> |
| <b>Нижний Тагил ШУ Комплекс 5-11 класс 303,32 руб</b> |              |               |               |         |                                                 |          |               |
| 13,40                                                 | 13,00        | 42,60         | 269,00        | 235,05  | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 260      | 78,28         |
| 3,05                                                  | 4,00         | 28,50         | 157,00        | 1141,09 | Печенье детское                                 | 60       | 20,60         |
| 0,06                                                  | 0,00         | 15,16         | 59,90         | 686     | Чай с лимоном                                   | 200      | 10,79         |
| 1,50                                                  | 1,00         | 12,50         | 78,20         | 693     | Батон                                           | 30       | 16,71         |
| <b>18,01</b>                                          | <b>18,00</b> | <b>98,76</b>  | <b>564,10</b> |         | <b>Обед</b>                                     |          |               |
| 5,88                                                  | 6,00         | 21,48         | 166,60        | 139     | Суп картофельный с бобовыми                     | 250      | 36,06         |
| 1,30                                                  | 0,00         | 7,81          | 40,00         | 943     | Гренки из пшеничного хлеба                      | 10       | 2,87          |
| 12,69                                                 | 12,00        | 8,50          | 199,90        | 1027,13 | Котлета Деревенская                             | 90       | 92,25         |
| 6,22                                                  | 11,00        | 35,96         | 266,20        | 1011,03 | Спагетти отварные                               | 180      | 17,05         |
| 0,12                                                  | 0,00         | 0,85          | 4,00          | 1242    | Морс ягодный                                    | 200      | 15,26         |
| 4,05                                                  | 1,00         | 24,40         | 121,00        | 894,01  | Хлеб пшеничный                                  | 50       | 8,98          |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147    | Хлеб ржаной                                     | 25       | 4,47          |
| <b>32,39</b>                                          | <b>31,00</b> | <b>111,13</b> | <b>862,50</b> |         |                                                 |          | <b>303,32</b> |

Технолог: \_\_\_\_\_

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ № 7

Л.А.Токарева

ООО "Комбинат общественного питания"

Утверждаю,  
Директор  
ного питания"  
Ю. Козырева

20.01.2026

| Белки, г                                       | Жиры, г | Углеводы, г | ЭЦ, ккал | № Рец. | Наименование блюд                                        | Выход, г | Цена, руб. |
|------------------------------------------------|---------|-------------|----------|--------|----------------------------------------------------------|----------|------------|
| Нижний Тагил ШУ Завтрак 1-4 класс 107,91 руб   |         |             |          |        |                                                          |          | 2 вторник  |
| 8,74                                           | 9,00    | 39,51       | 283,50   | 850    | Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным | 200      | 23,46      |
| 0                                              | 0       | 16,00       | 63,80    | 1188   | Чай с сахаром                                            | 200      | 12,00      |
| 4,19                                           | 5,25    | 9,76        | 113,02   | 1330,2 | Блинчики                                                 | 90/20    | 64,92      |
| 1,50                                           | 1,00    | 12,50       | 78,20    | 693    | Батон                                                    | 30       | 7,53       |
| 14,43                                          | 15,25   | 77,77       | 538,52   |        |                                                          |          | 107,91     |
| Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 151,80 руб      |         |             |          |        |                                                          |          |            |
| 1,91                                           | 5,00    | 12,79       | 92,40    | 1175   | Рассольник домашний со сметаной                          | 200      | 28,26      |
| 21,26                                          | 22,00   | 48,36       | 474,70   | 1020   | Плов с мясом птицы                                       | 250      | 100,63     |
| 0,35                                           | 0,00    | 24,36       | 101,70   | 928    | Компот из смеси сухофруктов                              | 200      | 13,00      |
| 2,03                                           | 0,00    | 12,20       | 60,50    | 894,01 | Хлеб пшеничный                                           | 25       | 4,49       |
| 2,13                                           | 1,00    | 12,13       | 64,80    | 1147   | Хлеб ржаной                                              | 25       | 4,70       |
| 27,68                                          | 28,00   | 109,84      | 794,10   |        |                                                          |          | 151,08     |
| Нижний Тагил ШУ Комплекс 1-4 кл 259,00 руб     |         |             |          |        |                                                          |          |            |
| 8,74                                           | 9,00    | 39,51       | 283,50   | 850    | Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным | 200      | 23,46      |
| 0                                              | 0       | 16,00       | 63,80    | 1188   | Чай с сахаром                                            | 200      | 12,00      |
| 4,19                                           | 5,25    | 9,76        | 113,02   | 1330,2 | Блинчики                                                 | 90/20    | 64,92      |
| 1,50                                           | 1,00    | 12,50       | 78,20    | 693    | Батон                                                    | 30       | 7,53       |
| 14,43                                          | 15,25   | 77,77       | 538,52   |        | Обед                                                     |          |            |
| 1,91                                           | 5,00    | 12,79       | 92,40    | 1175   | Рассольник домашний со сметаной                          | 200      | 28,26      |
| 21,26                                          | 22,00   | 48,36       | 474,70   | 1020   | Плов с мясом птицы                                       | 250      | 100,64     |
| 0,35                                           | 0,00    | 24,36       | 101,70   | 928    | Компот из смеси сухофруктов                              | 200      | 13,00      |
| 2,03                                           | 0,00    | 12,20       | 60,50    | 894,01 | Хлеб пшеничный                                           | 25       | 4,49       |
| 2,13                                           | 1,00    | 12,13       | 64,80    | 1147   | Хлеб ржаной                                              | 25       | 4,70       |
| 27,68                                          | 28,00   | 109,84      | 794,10   |        |                                                          |          | 259,00     |
| Нижний Тагил ШУ Завтрак 5-11 класс 126,38 руб  |         |             |          |        |                                                          |          |            |
| 13,33                                          | 12,00   | 42,10       | 295,80   | 850    | Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным | 250      | 41,93      |
| 0                                              | 0       | 16,00       | 63,80    | 1188   | Чай с сахаром                                            | 200      | 12,00      |
| 4,19                                           | 5,25    | 9,76        | 113,02   | 1330,2 | Блинчики                                                 | 90/20    | 64,92      |
| 1,50                                           | 1,00    | 12,50       | 78,20    | 693    | Батон                                                    | 30       | 7,53       |
| 19,02                                          | 18,25   | 80,36       | 550,82   |        |                                                          |          | 126,38     |
| Нижний Тагил ШУ Обед 5-11 класс 176,93 руб     |         |             |          |        |                                                          |          |            |
| 2,39                                           | 6,00    | 15,99       | 115,40   | 1175   | Рассольник домашний со сметаной                          | 250      | 37,08      |
| 25,40                                          | 26,00   | 58,03       | 569,70   | 1020   | Плов с мясом птицы                                       | 300      | 117,66     |
| 0,35                                           | 0,00    | 24,36       | 101,70   | 928    | Компот из смеси сухофруктов                              | 200      | 13,00      |
| 2,13                                           | 1,00    | 12,20       | 60,50    | 894,01 | Хлеб пшеничный                                           | 25       | 4,49       |
| 2,13                                           | 1,00    | 12,13       | 64,80    | 1147   | Хлеб ржаной                                              | 25       | 4,70       |
| 32,40                                          | 34,00   | 122,71      | 912,10   |        |                                                          |          | 176,93     |
| Нижний Тагил ШУ Комплекс 5-11 класс 303,32 руб |         |             |          |        |                                                          |          |            |
| 13,33                                          | 12,00   | 42,10       | 295,80   | 850    | Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным | 250      | 41,93      |
| 0                                              | 0       | 16,00       | 63,80    | 1188   | Чай с сахаром                                            | 200      | 12,00      |
| 4,19                                           | 5,25    | 9,76        | 113,02   | 1330,2 | Блинчики                                                 | 90/20    | 64,92      |
| 1,50                                           | 1,00    | 12,50       | 78,20    | 693    | Батон                                                    | 30       | 7,53       |
| 19,02                                          | 18,25   | 80,36       | 550,82   |        | Обед                                                     |          |            |
| 2,39                                           | 6,00    | 15,99       | 115,40   | 1175   | Рассольник домашний со сметаной                          | 250      | 37,08      |
| 25,40                                          | 26,00   | 58,03       | 569,70   | 1020   | Плов с мясом птицы                                       | 300      | 117,67     |
| 0,35                                           | 0,00    | 24,36       | 101,70   | 928    | Компот из смеси сухофруктов                              | 200      | 13,00      |
| 2,13                                           | 1,00    | 12,20       | 60,50    | 894,01 | Хлеб пшеничный                                           | 25       | 4,49       |
| 2,13                                           | 1,00    | 12,13       | 64,80    | 1147   | Хлеб ржаной                                              | 25       | 4,70       |
| 32,40                                          | 34,00   | 122,71      | 912,10   |        |                                                          |          | 303,32     |

Технолог:

Зав. производством:

Согласовано:  
Директор МБОУ СОШ № 7  
Л.А.Токарева

Утверждаю,  
Директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
О.Ю.Козырева

## МЕНЮ

21.01.2026

| Белки, г                                              | Жиры, г      | Углеводы, г   | ЭЦ, ккал      | № Рец.  | Наименование блюд                               | Выход, г | Цена, руб.     |
|-------------------------------------------------------|--------------|---------------|---------------|---------|-------------------------------------------------|----------|----------------|
| <b>Нижний Тагил ШУ Завтрак 1-4 класс 107,91 руб</b>   |              |               |               |         |                                                 |          | <b>2 среда</b> |
| 5,10                                                  | 6,00         | 26,84         | 182,00        | 883     | Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным | 150      | 16,01          |
| 11,05                                                 | 10,00        | 20,58         | 212,50        | 1559,04 | Запеканка из творога                            | 120      | 69,89          |
| 2,37                                                  | 3,00         | 14,32         | 96,30         | 902     | Молоко сгущенное                                | 30       | 7,57           |
| 0,12                                                  | 0,00         | 0,85          | 4,00          | 1242    | Морс ягодный                                    | 200      | 7,68           |
| 1,50                                                  | 1,00         | 12,50         | 78,20         | 693     | Батон                                           | 30       | 6,76           |
| <b>20,14</b>                                          | <b>20,00</b> | <b>75,09</b>  | <b>573,00</b> |         |                                                 |          | <b>107,91</b>  |
| <b>Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 151,80 руб</b>      |              |               |               |         |                                                 |          |                |
| 1,54                                                  | 6,00         | 11,08         | 101,90        | 1021    | Борщ с капустой, картофелем и сметаной          | 210      | 21,81          |
| 20,98                                                 | 12,00        | 19,88         | 202,10        | 1237    | Птица запеченная                                | 90       | 69,91          |
| 0,45                                                  | 5,00         | 25,90         | 225,70        | 518     | Картофель отварной                              | 150      | 41,54          |
| 0,05                                                  | 0,00         | 23,00         | 134,00        | 1318    | Кисель витаминизированный                       | 200      | 8,63           |
| 2,03                                                  | 0,00         | 12,20         | 60,50         | 894,01  | Хлеб пшеничный                                  | 25       | 4,49           |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147    | Хлеб ржаной                                     | 25       | 4,70           |
| <b>27,18</b>                                          | <b>24,00</b> | <b>104,19</b> | <b>789,00</b> |         |                                                 |          | <b>151,08</b>  |
| <b>Нижний Тагил ШУ Комплекс 1-4 кл 259,00 руб</b>     |              |               |               |         |                                                 |          |                |
| 5,10                                                  | 6,00         | 26,84         | 182,00        | 883     | Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным | 150      | 16,01          |
| 11,05                                                 | 10,00        | 20,58         | 212,50        | 1559,04 | Запеканка из творога                            | 120      | 69,89          |
| 2,37                                                  | 3,00         | 14,32         | 96,30         | 902     | Молоко сгущенное                                | 30       | 7,57           |
| 0,12                                                  | 0,00         | 0,85          | 4,00          | 1242    | Морс ягодный                                    | 200      | 7,68           |
| 1,50                                                  | 1,00         | 12,50         | 78,20         | 693     | Батон                                           | 30       | 6,76           |
| <b>20,14</b>                                          | <b>20,00</b> | <b>75,09</b>  | <b>573,00</b> |         | <b>Обед</b>                                     |          |                |
| 1,54                                                  | 6,00         | 11,08         | 101,90        | 1021    | Борщ с капустой, картофелем и сметаной          | 210      | 21,81          |
| 20,98                                                 | 12,00        | 19,88         | 202,10        | 1237    | Птица запеченная                                | 90       | 69,92          |
| 0,45                                                  | 5,00         | 25,90         | 225,70        | 518     | Картофель отварной                              | 150      | 41,54          |
| 0,05                                                  | 0,00         | 23,00         | 134,00        | 1318    | Кисель витаминизированный                       | 200      | 8,63           |
| 2,03                                                  | 0,00         | 12,20         | 60,50         | 894,01  | Хлеб пшеничный                                  | 25       | 4,49           |
| 2,13                                                  | 0,83         | 12,13         | 64,80         | 1147    | Хлеб ржаной                                     | 25       | 4,70           |
| <b>27,18</b>                                          | <b>23,83</b> | <b>104,19</b> | <b>789,00</b> |         |                                                 |          | <b>259,00</b>  |
| <b>Нижний Тагил ШУ Завтрак 5-11 класс 126,38 руб</b>  |              |               |               |         |                                                 |          |                |
| 7,19                                                  | 8,00         | 35,79         | 242,60        | 883     | Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным | 200      | 32,27          |
| 11,05                                                 | 10,00        | 20,58         | 212,50        | 1559,04 | Запеканка из творога                            | 120      | 69,89          |
| 2,37                                                  | 3,00         | 14,32         | 96,30         | 902     | Молоко сгущенное                                | 30       | 8,67           |
| 0,12                                                  | 0,00         | 0,85          | 4,00          | 1242    | Морс ягодный                                    | 200      | 8,79           |
| 1,50                                                  | 1,00         | 12,50         | 78,20         | 693     | Батон                                           | 30       | 6,76           |
| <b>22,23</b>                                          | <b>22,00</b> | <b>84,04</b>  | <b>633,60</b> |         |                                                 |          | <b>126,38</b>  |
| <b>Нижний Тагил ШУ Обед 5-11 класс 176,93 руб</b>     |              |               |               |         |                                                 |          |                |
| 1,83                                                  | 7,00         | 13,19         | 121,30        | 1021    | Борщ с капустой, картофелем и сметаной          | 250      | 26,27          |
| 23,32                                                 | 13,00        | 22,50         | 243,70        | 1237    | Птица запеченная                                | 100      | 78,38          |
| 0,54                                                  | 6,00         | 28,30         | 267,30        | 518     | Картофель отварной                              | 180      | 50,20          |
| 0,05                                                  | 0,00         | 23,00         | 134,00        | 1318    | Кисель витаминизированный                       | 200      | 8,63           |
| 4,05                                                  | 1,00         | 24,40         | 121,00        | 894,01  | Хлеб пшеничный                                  | 50       | 8,98           |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147    | Хлеб ржаной                                     | 25       | 4,47           |
| <b>31,92</b>                                          | <b>28,00</b> | <b>123,52</b> | <b>952,10</b> |         |                                                 |          | <b>176,93</b>  |
| <b>Нижний Тагил ШУ Комплекс 5-11 класс 303,32 руб</b> |              |               |               |         |                                                 |          |                |
| 7,19                                                  | 8,00         | 35,79         | 242,60        | 883     | Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным | 200      | 32,27          |
| 11,05                                                 | 10,00        | 20,58         | 212,50        | 1559,04 | Запеканка из творога                            | 120      | 69,89          |
| 2,37                                                  | 3,00         | 14,32         | 96,30         | 902     | Молоко сгущенное                                | 30       | 8,67           |
| 0,12                                                  | 0,00         | 0,85          | 4,00          | 1242    | Морс ягодный                                    | 200      | 8,79           |
| 1,50                                                  | 1,00         | 12,50         | 78,20         | 693     | Батон                                           | 30       | 6,76           |
| <b>22,23</b>                                          | <b>22,00</b> | <b>84,04</b>  | <b>633,60</b> |         | <b>Обед</b>                                     |          |                |
| 1,83                                                  | 7,00         | 13,19         | 121,30        | 1021    | Борщ с капустой, картофелем и сметаной          | 250      | 26,27          |
| 23,32                                                 | 13,00        | 22,50         | 243,70        | 1237    | Птица запеченная                                | 100      | 78,39          |
| 0,54                                                  | 6,00         | 28,30         | 267,30        | 518     | Картофель отварной                              | 180      | 50,20          |
| 0,05                                                  | 0,00         | 23,00         | 134,00        | 1318    | Кисель витаминизированный                       | 200      | 8,63           |
| 4,05                                                  | 1,00         | 24,40         | 121,00        | 894,01  | Хлеб пшеничный                                  | 50       | 8,98           |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147    | Хлеб ржаной                                     | 25       | 4,47           |
| <b>31,92</b>                                          | <b>28,00</b> | <b>123,52</b> | <b>952,10</b> |         |                                                 |          | <b>303,32</b>  |

Технолог: \_\_\_\_\_

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Согласовано:  
Директор МБОУ СОШ № 7  
Л.А. Токарева

Утверждаю,  
Директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
О.Ю. Козырева

## МЕНЮ

22.01.2026

| Белки, г                                              | Жиры, г      | Углеводы, г   | ЭЦ, ккал      | № Рец.       | Наименование блюд                     | Выход, г | Цена, руб.    |
|-------------------------------------------------------|--------------|---------------|---------------|--------------|---------------------------------------|----------|---------------|
| <b>2 четверг</b>                                      |              |               |               |              |                                       |          |               |
| <b>Нижний Тагил ШУ Завтрак 1-4 класс 107,91 руб</b>   |              |               |               |              |                                       |          |               |
| 11,37                                                 | 14,00        | 28,61         | 257,80        | 334          | Макаронные изделия запеченные с сыром | 200      | 59,87         |
| 0,06                                                  | 0,00         | 15,16         | 59,90         | 686          | Чай с лимоном                         | 200      | 15,00         |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147         | Хлеб ржаной                           | 25       | 4,70          |
| 2,03                                                  | 0,00         | 12,20         | 60,50         | 894,01       | Хлеб пшеничный                        | 25       | 4,49          |
| 0,60                                                  | 1,00         | 14,70         | 110,00        | 976          | Яблоки свежие                         | 150      | 23,85         |
| <b>16,19</b>                                          | <b>16,00</b> | <b>82,80</b>  | <b>553,00</b> |              |                                       |          | <b>107,91</b> |
| <b>Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 151,80 руб</b>      |              |               |               |              |                                       |          |               |
| 2,49                                                  | 6,00         | 21,20         | 215,10        | 1058         | Суп Крестьянский с крупой, сметаной   | 210      | 17,25         |
| 13,51                                                 | 18,00        | 7,18          | 182,90        | 1308,02/1126 | Биточек куриный с соусом томатным     | 110      | 91,42         |
| 3,54                                                  | 8,36         | 34,05         | 225,94        | 990          | Рис припущенный с овощами             | 150      | 22,34         |
| 0,14                                                  | 0,00         | 5,13          | 24,10         | 705          | Напиток из плодов шиповника           | 200      | 10,88         |
| 2,03                                                  | 0,00         | 12,20         | 60,50         | 894,01       | Хлеб пшеничный                        | 25       | 4,49          |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147         | Хлеб ржаной                           | 25       | 4,70          |
| <b>23,84</b>                                          | <b>33,36</b> | <b>91,89</b>  | <b>773,34</b> |              |                                       |          | <b>151,08</b> |
| <b>Нижний Тагил ШУ Комплекс 1-4 кл 259,00 руб</b>     |              |               |               |              |                                       |          |               |
| 11,37                                                 | 14,00        | 28,61         | 257,80        | 334          | Макаронные изделия запеченные с сыром | 200      | 59,87         |
| 0,06                                                  | 0,00         | 15,16         | 59,90         | 686          | Чай с лимоном                         | 200      | 15,00         |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147         | Хлеб ржаной                           | 25       | 4,70          |
| 2,03                                                  | 0,00         | 12,20         | 60,50         | 894,01       | Хлеб пшеничный                        | 25       | 4,49          |
| 0,60                                                  | 1,00         | 14,70         | 110,00        | 976          | Яблоки свежие                         | 150      | 23,85         |
| <b>16,19</b>                                          | <b>16,00</b> | <b>82,80</b>  | <b>553,00</b> |              | <b>Обед</b>                           |          |               |
| 2,49                                                  | 6,00         | 21,20         | 215,10        | 1058         | Суп Крестьянский с крупой, сметаной   | 210      | 17,25         |
| 13,51                                                 | 18,00        | 7,18          | 182,90        | 1308,02/1126 | Биточек куриный с соусом томатным     | 90       | 91,43         |
| 3,54                                                  | 8,36         | 34,05         | 225,94        | 990          | Рис припущенный с овощами             | 150      | 22,34         |
| 0,14                                                  | 0,00         | 5,13          | 24,10         | 705          | Напиток из плодов шиповника           | 200      | 10,88         |
| 2,03                                                  | 0,00         | 12,20         | 60,50         | 894,01       | Хлеб пшеничный                        | 25       | 4,70          |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147         | Хлеб ржаной                           | 25       | 4,49          |
| <b>23,84</b>                                          | <b>33,36</b> | <b>91,89</b>  | <b>773,34</b> |              |                                       |          | <b>259,00</b> |
| <b>Нижний Тагил ШУ Завтрак 5-11 класс 126,38 руб</b>  |              |               |               |              |                                       |          |               |
| 14,21                                                 | 16,00        | 35,98         | 321,60        | 334          | Макаронные изделия запеченные с сыром | 250      | 78,19         |
| 0,06                                                  | 0,00         | 15,16         | 59,90         | 686          | Чай с лимоном                         | 200      | 15,00         |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147         | Хлеб ржаной                           | 25       | 4,77          |
| 2,03                                                  | 0,00         | 12,20         | 60,50         | 894,01       | Хлеб пшеничный                        | 25       | 4,57          |
| 0,60                                                  | 1,00         | 14,70         | 110,00        | 976          | Яблоки свежие                         | 150      | 23,85         |
| <b>19,03</b>                                          | <b>18,00</b> | <b>90,17</b>  | <b>616,80</b> |              |                                       |          | <b>126,38</b> |
| <b>Нижний Тагил ШУ Обед 5-11 класс 176,93 руб</b>     |              |               |               |              |                                       |          |               |
| 2,97                                                  | 7,00         | 16,43         | 137,00        | 1058         | Суп Крестьянский с крупой, сметаной   | 250      | 30,86         |
| 13,51                                                 | 18,00        | 7,18          | 182,90        | 1308,02/1126 | Биточек куриный с соусом томатным     | 110      | 91,42         |
| 4,25                                                  | 10,04        | 40,86         | 271,13        | 1000,05      | Рис припущенный с овощами             | 180      | 29,32         |
| 0,14                                                  | 0,00         | 5,13          | 24,10         | 705          | Напиток из плодов шиповника           | 200      | 10,88         |
| 4,05                                                  | 1,00         | 24,40         | 121,00        | 894,01       | Хлеб пшеничный                        | 50       | 8,98          |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147         | Хлеб ржаной                           | 25       | 4,47          |
| <b>27,05</b>                                          | <b>37,04</b> | <b>106,13</b> | <b>800,93</b> |              |                                       |          | <b>176,93</b> |
| <b>Нижний Тагил ШУ Комплекс 5-11 класс 303,32 руб</b> |              |               |               |              |                                       |          |               |
| 14,21                                                 | 16,00        | 35,98         | 321,60        | 334          | Макаронные изделия запеченные с сыром | 250      | 78,19         |
| 0,06                                                  | 0,00         | 15,16         | 59,90         | 686          | Чай с лимоном                         | 200      | 15,00         |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147         | Хлеб ржаной                           | 25       | 4,77          |
| 2,03                                                  | 0,00         | 12,20         | 60,50         | 894,01       | Хлеб пшеничный                        | 25       | 4,57          |
| 0,60                                                  | 1,00         | 14,70         | 110,00        | 976          | Яблоки свежие                         | 150      | 23,85         |
| <b>19,03</b>                                          | <b>18,00</b> | <b>90,17</b>  | <b>616,80</b> |              | <b>Обед</b>                           |          |               |
| 2,97                                                  | 7,00         | 16,43         | 137,00        | 1058         | Суп Крестьянский с крупой, сметаной   | 250      | 30,86         |
| 13,51                                                 | 18,00        | 7,18          | 182,90        | 1308,02/1126 | Биточек куриный с соусом томатным     | 110      | 91,43         |
| 4,25                                                  | 10,04        | 40,86         | 271,13        | 990          | Рис припущенный с овощами             | 180      | 29,32         |
| 0,14                                                  | 0,00         | 5,13          | 24,10         | 705          | Напиток из плодов шиповника           | 200      | 10,88         |
| 4,05                                                  | 1,00         | 24,40         | 121,00        | 894,01       | Хлеб пшеничный                        | 50       | 8,98          |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147         | Хлеб ржаной                           | 25       | 4,47          |
| <b>27,05</b>                                          | <b>37,04</b> | <b>106,13</b> | <b>800,93</b> |              |                                       |          | <b>302,32</b> |

Технолог: \_\_\_\_\_

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Согласовано:  
Директор МБОУ СОШ № 7  
Л.А.Токарева

Утверждаю,  
Директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
О.Ю.Козырева

## МЕНЮ

23.01.2026

| Белки, г                                              | Жиры, г      | Углеводы, г   | ЭЦ, ккал      | № Рец. | Наименование блюд                               | Выход, г | Цена, руб.    |
|-------------------------------------------------------|--------------|---------------|---------------|--------|-------------------------------------------------|----------|---------------|
| <b>2 пятница</b>                                      |              |               |               |        |                                                 |          |               |
| <b>Нижний Тагил ШУ Завтрак 1-4 класс 107,91 руб</b>   |              |               |               |        |                                                 |          |               |
| 7,98                                                  | 9,00         | 30,08         | 213,40        | 842    | Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным | 210      | 30,35         |
| 6,20                                                  | 6,47         | 44,16         | 259,53        | 450,05 | Маффин ванильный                                | 60       | 58,80         |
| 0                                                     | 0            | 16,00         | 63,80         | 1188   | Чай с сахаром                                   | 200      | 12,00         |
| 1,50                                                  | 1,00         | 12,50         | 78,20         | 693    | Батон                                           | 30       | 6,76          |
| <b>15,68</b>                                          | <b>16,47</b> | <b>102,74</b> | <b>614,93</b> |        |                                                 |          | <b>107,91</b> |
| <b>Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 151,80 руб</b>      |              |               |               |        |                                                 |          |               |
| 4,38                                                  | 5,00         | 12,24         | 110,00        | 1015   | Суп-лапша на курином бульоне                    | 200      | 11,93         |
| 9,35                                                  | 14,00        | 9,88          | 132,00        | 437,06 | Гуляш из мяса свинины                           | 100      | 100,45        |
| 9,32                                                  | 6,00         | 48,62         | 284,60        | 998    | Каша гречневая рассыпчатая                      | 150      | 14,25         |
| 0,12                                                  | 0,00         | 24,40         | 97,00         | 1242   | Морс ягодный                                    | 200      | 15,26         |
| 2,03                                                  | 0,00         | 12,20         | 60,50         | 894,01 | Хлеб пшеничный                                  | 25       | 4,49          |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147   | Хлеб ржаной                                     | 25       | 4,70          |
| <b>27,33</b>                                          | <b>26,00</b> | <b>119,47</b> | <b>748,90</b> |        |                                                 |          | <b>151,08</b> |
| <b>Нижний Тагил ШУ Комплекс 1-4 кл 259,00 руб</b>     |              |               |               |        |                                                 |          |               |
| 7,98                                                  | 9,00         | 30,08         | 213,40        | 842    | Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным | 210      | 30,35         |
| 6,20                                                  | 6,47         | 44,16         | 259,53        | 450,05 | Маффин ванильный                                | 60       | 58,80         |
| 0                                                     | 0            | 16,00         | 63,80         | 1188   | Чай с сахаром                                   | 200      | 12,00         |
| 1,50                                                  | 1,00         | 12,50         | 78,20         | 693    | Батон                                           | 30       | 6,76          |
| <b>15,68</b>                                          | <b>16,47</b> | <b>102,74</b> | <b>614,93</b> |        | <b>Обед</b>                                     |          |               |
| 4,38                                                  | 5,00         | 12,24         | 110,00        | 1015   | Суп-лапша на курином бульоне                    | 200      | 11,93         |
| 9,35                                                  | 14,00        | 9,88          | 132,00        | 437,06 | Гуляш из мяса свинины                           | 100      | 100,46        |
| 9,32                                                  | 6,00         | 48,62         | 284,60        | 998    | Каша гречневая рассыпчатая                      | 150      | 14,25         |
| 0,12                                                  | 0,00         | 24,40         | 97,00         | 1242   | Морс ягодный                                    | 200      | 15,26         |
| 2,03                                                  | 0,00         | 12,20         | 60,50         | 894,01 | Хлеб пшеничный                                  | 25       | 4,49          |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147   | Хлеб ржаной                                     | 25       | 4,70          |
| <b>27,33</b>                                          | <b>26,00</b> | <b>119,47</b> | <b>748,90</b> |        |                                                 |          | <b>259,00</b> |
| <b>Нижний Тагил ШУ Завтрак 5-11 класс 126,38 руб</b>  |              |               |               |        |                                                 |          |               |
| 11,60                                                 | 12,00        | 41,85         | 296,40        | 842    | Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным | 260      | 48,82         |
| 6,20                                                  | 6,47         | 44,16         | 259,53        | 450,05 | Маффин ванильный                                | 60       | 58,80         |
| 0                                                     | 0            | 16,00         | 63,80         | 1188   | Чай с сахаром                                   | 200      | 12,00         |
| 1,50                                                  | 1,00         | 12,50         | 78,20         | 693    | Батон                                           | 30       | 6,76          |
| <b>19,30</b>                                          | <b>19,47</b> | <b>114,51</b> | <b>697,93</b> |        |                                                 |          | <b>126,38</b> |
| <b>Нижний Тагил ШУ Обед 5-11 класс 176,93 руб</b>     |              |               |               |        |                                                 |          |               |
| 5,48                                                  | 6,00         | 15,30         | 137,60        | 1015   | Суп-лапша на курином бульоне                    | 250      | 29,80         |
| 9,35                                                  | 14,00        | 9,88          | 132,00        | 437,01 | Гуляш из мяса свинины                           | 100      | 100,45        |
| 11,19                                                 | 7,00         | 50,35         | 341,50        | 998    | Каша гречневая рассыпчатая                      | 180      | 18,72         |
| 0,12                                                  | 0,00         | 24,40         | 97,00         | 1242   | Морс ягодный                                    | 200      | 15,26         |
| 4,05                                                  | 1,00         | 24,40         | 121,00        | 894,01 | Хлеб пшеничный                                  | 50       | 8,34          |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147   | Хлеб ржаной                                     | 25       | 4,36          |
| <b>32,32</b>                                          | <b>29,00</b> | <b>136,46</b> | <b>893,90</b> |        |                                                 |          | <b>176,93</b> |
| <b>Нижний Тагил ШУ Комплекс 5-11 класс 303,32 руб</b> |              |               |               |        |                                                 |          |               |
| 11,60                                                 | 12,00        | 41,85         | 296,40        | 842    | Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным | 260      | 48,82         |
| 6,20                                                  | 6,47         | 44,16         | 259,53        | 450,05 | Маффин ванильный                                | 60       | 58,80         |
| 0                                                     | 0            | 16,00         | 63,80         | 1188   | Чай с сахаром                                   | 200      | 12,00         |
| 1,50                                                  | 1,00         | 12,50         | 78,20         | 693    | Батон                                           | 30       | 6,76          |
| <b>19,30</b>                                          | <b>19,47</b> | <b>114,51</b> | <b>697,93</b> |        | <b>Обед</b>                                     |          |               |
| 5,48                                                  | 6,00         | 15,30         | 137,60        | 1015   | Суп-лапша на курином бульоне                    | 250      | 29,80         |
| 9,35                                                  | 14,00        | 9,88          | 132,00        | 437,01 | Гуляш из мяса свинины                           | 100      | 100,46        |
| 11,19                                                 | 7,00         | 50,35         | 341,50        | 998    | Каша гречневая рассыпчатая                      | 180      | 18,72         |
| 0,12                                                  | 0,00         | 24,40         | 97,00         | 1242   | Морс ягодный                                    | 200      | 15,26         |
| 4,05                                                  | 1,00         | 24,40         | 121,00        | 894,01 | Хлеб пшеничный                                  | 50       | 8,34          |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147   | Хлеб ржаной                                     | 25       | 4,36          |
| <b>32,32</b>                                          | <b>29,00</b> | <b>136,46</b> | <b>893,90</b> |        |                                                 |          | <b>303,32</b> |

Технолог:

Зав. производством:

Л.А.Токарева

Утверждаю,  
Директор  
"Центра питания"  
Ю. Козырева

26.01.2026

27.01.2026

28.01.2026

29.01.2026

30.01.2026

31.01.2026

Технолог:

Зав. производством:

Согласовано:  
Директор МБОУ СОШ № 7  
Л.А. Токарева

Утверждаю,  
Директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
О.Ю. Козырева

## МЕНЮ

26.01.2026

| Белки, г                                              | Жиры, г      | Углеводы, г   | ЭЦ, ккал      | № Рец.  | Наименование блюд            | Выход, г | Цена, руб.    |
|-------------------------------------------------------|--------------|---------------|---------------|---------|------------------------------|----------|---------------|
| <b>1 понедельник</b>                                  |              |               |               |         |                              |          |               |
| <b>Нижний Тагил ШУ Завтрак 1-4 класс 107,91 руб</b>   |              |               |               |         |                              |          |               |
| 12,16                                                 | 13,00        | 5,11          | 259,70        | 891     | Омлет запеченный или паровой | 200      | 46,71         |
| 3,05                                                  | 4,00         | 28,50         | 157,00        | 1141,09 | Печенье детское              | 60       | 37,01         |
| 0,06                                                  | 0,00         | 15,16         | 59,90         | 686     | Чай с лимоном                | 200      | 15,00         |
| 2,68                                                  | 1,00         | 13,38         | 60,50         | 894,01  | Хлеб пшеничный               | 25       | 4,70          |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147    | Хлеб ржаной                  | 25       | 4,49          |
| <b>20,08</b>                                          | <b>19,00</b> | <b>74,28</b>  | <b>601,90</b> |         |                              |          | <b>107,91</b> |
| <b>Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 151,80 руб</b>      |              |               |               |         |                              |          |               |
| 1,94                                                  | 2,00         | 13,95         | 80,70         | 1039    | Суп с вермишелью             | 200      | 19,66         |
| 15,95                                                 | 24,00        | 58,65         | 487,10        | 1018    | Плов со свиной               | 250      | 106,97        |
| 0,12                                                  | 0,00         | 24,40         | 97,00         | 1242    | Морс ягодный                 | 200      | 15,26         |
| 2,03                                                  | 0,00         | 12,20         | 60,50         | 894,01  | Хлеб пшеничный               | 25       | 4,49          |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147    | Хлеб ржаной                  | 25       | 4,70          |
| <b>22,17</b>                                          | <b>27,00</b> | <b>121,33</b> | <b>790,10</b> |         |                              |          | <b>151,08</b> |
| <b>Нижний Тагил ШУ Комплекс 1-4 кл 259,00 руб</b>     |              |               |               |         |                              |          |               |
| 12,16                                                 | 13,00        | 5,11          | 259,70        | 891     | Омлет запеченный или паровой | 200      | 46,71         |
| 3,05                                                  | 4,00         | 28,50         | 157,00        | 1141,09 | Печенье детское              | 60       | 37,01         |
| 0,06                                                  | 0,00         | 15,16         | 59,90         | 686     | Чай с лимоном                | 200      | 15,00         |
| 2,68                                                  | 1,00         | 13,38         | 60,50         | 894,01  | Хлеб пшеничный               | 25       | 4,49          |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147    | Хлеб ржаной                  | 25       | 4,70          |
| <b>20,08</b>                                          | <b>19,00</b> | <b>74,28</b>  | <b>601,90</b> |         | <b>Обед</b>                  |          |               |
| 1,94                                                  | 2,00         | 13,95         | 80,70         | 1039    | Суп с вермишелью             | 200      | 19,66         |
| 15,95                                                 | 24,00        | 58,65         | 487,10        | 1018    | Плов со свиной               | 250      | 106,98        |
| 0,12                                                  | 0,00         | 24,40         | 97,00         | 1242    | Морс ягодный                 | 200      | 15,26         |
| 2,03                                                  | 0,00         | 12,20         | 60,50         | 894,01  | Хлеб пшеничный               | 25       | 4,49          |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147    | Хлеб ржаной                  | 25       | 4,70          |
| <b>22,17</b>                                          | <b>27,00</b> | <b>121,33</b> | <b>790,10</b> |         |                              |          | <b>259,00</b> |
| <b>Нижний Тагил ШУ Завтрак 5-11 класс 126,38 руб</b>  |              |               |               |         |                              |          |               |
| 14,19                                                 | 16,00        | 6,13          | 321,50        | 891     | Омлет запеченный или паровой | 240      | 65,18         |
| 3,05                                                  | 4,00         | 28,50         | 157,00        | 1141,09 | Печенье детское              | 60       | 37,01         |
| 0,06                                                  | 0,00         | 15,16         | 59,90         | 686     | Чай с лимоном                | 200      | 15,00         |
| 2,03                                                  | 0,00         | 12,20         | 60,50         | 894,01  | Хлеб пшеничный               | 25       | 4,49          |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147    | Хлеб ржаной                  | 25       | 4,70          |
| <b>21,46</b>                                          | <b>21,00</b> | <b>74,12</b>  | <b>663,70</b> |         |                              |          | <b>126,38</b> |
| <b>Нижний Тагил ШУ Обед 5-11 класс 176,93 руб</b>     |              |               |               |         |                              |          |               |
| 2,42                                                  | 2,00         | 17,43         | 100,80        | 1039    | Суп с вермишелью             | 250      | 24,94         |
| 19,14                                                 | 29,00        | 70,37         | 704,50        | 1018    | Плов со свиной               | 300      | 127,54        |
| 0,12                                                  | 0,00         | 0,85          | 4,00          | 1242    | Морс ягодный                 | 200      | 15,26         |
| 2,03                                                  | 0,00         | 12,20         | 60,50         | 894,01  | Хлеб пшеничный               | 25       | 4,49          |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147    | Хлеб ржаной                  | 25       | 4,70          |
| <b>25,84</b>                                          | <b>32,00</b> | <b>112,98</b> | <b>934,60</b> |         |                              |          | <b>176,93</b> |
| <b>Нижний Тагил ШУ Комплекс 5-11 класс 303,32 руб</b> |              |               |               |         |                              |          |               |
| 14,19                                                 | 16,00        | 6,13          | 321,50        | 891     | Омлет запеченный или паровой | 240      | 65,18         |
| 3,05                                                  | 4,00         | 28,50         | 157,00        | 1141,09 | Печенье детское              | 60       | 37,01         |
| 0,06                                                  | 0,00         | 15,16         | 59,90         | 686     | Чай с лимоном                | 200      | 15,00         |
| 2,03                                                  | 0,00         | 12,20         | 60,50         | 894,01  | Хлеб пшеничный               | 25       | 4,49          |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147    | Хлеб ржаной                  | 25       | 4,70          |
| <b>21,46</b>                                          | <b>21,00</b> | <b>74,12</b>  | <b>663,70</b> |         | <b>Обед</b>                  |          |               |
| 2,42                                                  | 2,00         | 17,43         | 100,80        | 1039    | Суп с вермишелью             | 250      | 24,94         |
| 19,14                                                 | 29,00        | 70,37         | 704,50        | 1018    | Плов со свиной               | 300      | 127,55        |
| 0,12                                                  | 0,00         | 0,85          | 4,00          | 1242    | Морс ягодный                 | 200      | 15,26         |
| 2,03                                                  | 0,00         | 12,20         | 60,50         | 894,01  | Хлеб пшеничный               | 25       | 4,49          |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147    | Хлеб ржаной                  | 25       | 4,70          |
| <b>25,84</b>                                          | <b>32,00</b> | <b>112,98</b> | <b>934,60</b> |         |                              |          | <b>303,32</b> |

Технолог:

Зав. производством:

Согласовано:  
Директор МБОУ СОШ № 7  
Л.А. Токарева

Утверждаю,  
Директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
О.Ю. Козырева

## МЕНЮ

27.01.2026

| Белки, г                                              | Жиры, г      | Углеводы, г   | ЭЦ, ккал      | № Рец.    | Наименование блюд                               | Выход, г | Цена, руб.    |
|-------------------------------------------------------|--------------|---------------|---------------|-----------|-------------------------------------------------|----------|---------------|
| <b>Нижний Тагил ШУ Завтрак 1-4 класс 107,91 руб</b>   |              |               |               |           |                                                 |          |               |
| 8,10                                                  | 6,00         | 27,89         | 205,60        | 235,05    | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 200      | 24,75         |
| 0                                                     | 0            | 16,00         | 63,80         | 1188      | Чай с сахаром                                   | 200      | 12,00         |
| 4,19                                                  | 5,25         | 9,76          | 113,02        | 1330,22   | Блины с топпингом                               | 90/20    | 64,40         |
| 1,50                                                  | 1,00         | 12,50         | 78,20         | 693       | Батон                                           | 30       | 6,76          |
| <b>13,79</b>                                          | <b>12,25</b> | <b>66,15</b>  | <b>460,62</b> |           |                                                 |          | <b>107,91</b> |
| <b>Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 151,80 руб</b>      |              |               |               |           |                                                 |          |               |
| 4,70                                                  | 4,00         | 19,18         | 133,30        | 139       | Суп картофельный с бобовыми                     | 200      | 19,64         |
| 1,30                                                  | 0,00         | 7,81          | 40,00         | 943       | Гренки из пшеничного хлеба                      | 10       | 2,87          |
| 12,51                                                 | 18,00        | 7,18          | 182,90        | 1308/1126 | Биточек куриный с соусом томатным               | 110      | 84,93         |
| 4,34                                                  | 4,00         | 37,87         | 218,50        | 516       | Макаронные изделия отварные с маслом            | 150      | 21,45         |
| 0,35                                                  | 0,00         | 24,36         | 101,70        | 928       | Компот из смеси сухофруктов                     | 200      | 13,00         |
| 2,03                                                  | 0,00         | 12,20         | 60,50         | 894,01    | Хлеб пшеничный                                  | 25       | 4,49          |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147      | Хлеб ржаной                                     | 25       | 4,70          |
| <b>27,36</b>                                          | <b>27,00</b> | <b>120,73</b> | <b>801,70</b> |           |                                                 |          | <b>151,08</b> |
| <b>Нижний Тагил ШУ Комплекс 1-4 кл 259,00 руб</b>     |              |               |               |           |                                                 |          |               |
| 8,10                                                  | 6,00         | 27,89         | 205,60        | 235,05    | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 200      | 24,75         |
| 0                                                     | 0            | 16,00         | 63,80         | 1188      | Чай с сахаром                                   | 200      | 12,00         |
| 4,19                                                  | 5,25         | 9,76          | 113,02        | 1330,22   | Блины с топпингом                               | 90/20    | 64,40         |
| 1,50                                                  | 1,00         | 12,50         | 78,20         | 693       | Батон                                           | 30       | 6,76          |
| <b>13,79</b>                                          | <b>12,25</b> | <b>66,15</b>  | <b>460,62</b> |           | <b>Обед</b>                                     |          |               |
| 4,70                                                  | 4,00         | 19,18         | 133,30        | 139       | Суп картофельный с бобовыми                     | 200      | 19,64         |
| 1,30                                                  | 0,00         | 7,81          | 40,00         | 943       | Гренки из пшеничного хлеба                      | 10       | 2,87          |
| 12,51                                                 | 18,00        | 7,18          | 182,90        | 1308/1126 | Биточек куриный с соусом томатным               | 110      | 84,94         |
| 4,34                                                  | 4,00         | 37,87         | 218,50        | 516       | Макаронные изделия отварные с маслом            | 150      | 21,45         |
| 0,35                                                  | 0,00         | 24,36         | 101,70        | 928       | Компот из смеси сухофруктов                     | 200      | 13,00         |
| 2,03                                                  | 0,00         | 12,20         | 60,50         | 894,01    | Хлеб пшеничный                                  | 25       | 4,49          |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147      | Хлеб ржаной                                     | 25       | 4,70          |
| <b>27,36</b>                                          | <b>27,00</b> | <b>120,73</b> | <b>801,70</b> |           |                                                 |          | <b>259,00</b> |
| <b>Нижний Тагил ШУ Завтрак 5-11 класс 126,38 руб</b>  |              |               |               |           |                                                 |          |               |
| 12,38                                                 | 8,00         | 39,61         | 257,00        | 235,05    | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 250      | 43,22         |
| 0                                                     | 0            | 16,00         | 63,80         | 1188      | Чай с сахаром                                   | 200      | 12,00         |
| 4,19                                                  | 5,25         | 9,76          | 113,02        | 1330,22   | Блины с топпингом                               | 90/20    | 64,40         |
| 1,50                                                  | 1,00         | 12,50         | 78,20         | 693       | Батон                                           | 30       | 6,76          |
| <b>18,07</b>                                          | <b>14,25</b> | <b>77,87</b>  | <b>512,02</b> |           |                                                 |          | <b>126,38</b> |
| <b>Нижний Тагил ШУ Обед 5-11 класс 176,93 руб</b>     |              |               |               |           |                                                 |          |               |
| 5,88                                                  | 6,00         | 21,48         | 166,60        | 139       | Суп картофельный с бобовыми                     | 250      | 31,18         |
| 1,30                                                  | 0,00         | 7,81          | 40,00         | 943       | Гренки из пшеничного хлеба                      | 10       | 2,87          |
| 12,51                                                 | 18,00        | 7,18          | 182,90        | 1308/1126 | Биточек куриный с соусом томатным               | 110      | 84,93         |
| 7,61                                                  | 5,00         | 45,44         | 262,10        | 516       | Макаронные изделия отварные с маслом            | 180      | 35,76         |
| 0,35                                                  | 0,00         | 24,36         | 101,70        | 928       | Компот из смеси сухофруктов                     | 200      | 13,00         |
| 2,03                                                  | 0,00         | 12,20         | 60,50         | 894,01    | Хлеб пшеничный                                  | 25       | 4,49          |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147      | Хлеб ржаной                                     | 25       | 4,70          |
| <b>31,81</b>                                          | <b>30,00</b> | <b>130,60</b> | <b>878,60</b> |           |                                                 |          | <b>176,93</b> |
| <b>Нижний Тагил ШУ Комплекс 5-11 класс 303,32 руб</b> |              |               |               |           |                                                 |          |               |
| 12,38                                                 | 8,00         | 39,61         | 257,00        | 235,05    | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 250      | 43,22         |
| 0                                                     | 0            | 16,00         | 63,80         | 1188      | Чай с сахаром                                   | 200      | 12,00         |
| 4,19                                                  | 5,25         | 9,76          | 113,02        | 1330,22   | Блины с топпингом                               | 90/20    | 64,40         |
| 1,50                                                  | 1,00         | 12,50         | 78,20         | 693       | Батон                                           | 30       | 6,76          |
| <b>18,07</b>                                          | <b>14,25</b> | <b>77,87</b>  | <b>512,02</b> |           | <b>Обед</b>                                     |          |               |
| 5,88                                                  | 6,00         | 21,48         | 166,60        | 139       | Суп картофельный с бобовыми                     | 250      | 31,18         |
| 1,30                                                  | 0,00         | 7,81          | 40,00         | 943       | Гренки из пшеничного хлеба                      | 10       | 2,87          |
| 12,51                                                 | 18,00        | 7,18          | 182,90        | 1308/1126 | Биточек куриный с соусом томатным               | 110      | 84,94         |
| 7,61                                                  | 5,00         | 45,44         | 262,10        | 516       | Макаронные изделия отварные с маслом            | 180      | 35,76         |
| 0,35                                                  | 0,00         | 24,36         | 101,70        | 928       | Компот из смеси сухофруктов                     | 200      | 13,00         |
| 2,03                                                  | 0,00         | 12,20         | 60,50         | 894,01    | Хлеб пшеничный                                  | 25       | 4,49          |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147      | Хлеб ржаной                                     | 25       | 4,70          |
| <b>31,81</b>                                          | <b>30,00</b> | <b>130,60</b> | <b>878,60</b> |           |                                                 |          | <b>303,32</b> |

Технолог: \_\_\_\_\_

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Согласовано:  
Директор МБОУ СОШ № 7  
Л.А.Токарева

Утверждаю,  
Директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
О.Ю.Козырева

## МЕНЮ

28.01.2026

| Белки, г                                              | Жиры, г      | Углеводы, г   | ЭЦ, ккал      | № Рец.       | Наименование блюд                                        | Выход, г | Цена, руб.     |
|-------------------------------------------------------|--------------|---------------|---------------|--------------|----------------------------------------------------------|----------|----------------|
| <b>Нижний Тагил ШУ Завтрак 1-4 класс 107,91 руб</b>   |              |               |               |              |                                                          |          | <b>1 среда</b> |
| 8,74                                                  | 9,00         | 39,51         | 283,50        | 850          | Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным | 210      | 27,09          |
| 0,12                                                  | 0,00         | 24,40         | 97,00         | 1242         | Морс ягодный                                             | 200      | 15,26          |
| 6,21                                                  | 6,47         | 44,16         | 259,53        | 450,05       | Маффин ванильный                                         | 60       | 58,80          |
| 1,50                                                  | 1,00         | 12,50         | 78,20         | 693          | Батон                                                    | 30       | 6,76           |
| <b>16,57</b>                                          | <b>16,47</b> | <b>120,57</b> | <b>718,23</b> |              |                                                          |          | <b>107,91</b>  |
| <b>Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 151,80 руб</b>      |              |               |               |              |                                                          |          |                |
| 2,16                                                  | 5,00         | 14,24         | 111,30        | 1030         | Рассольник ленинградский со сметаной                     | 200      | 30,04          |
| 14,69                                                 | 12,00        | 8,50          | 199,90        | 1027,13/1126 | Котлета Деревенская с соусом томатным                    | 110      | 84,43          |
| 6,32                                                  | 6,00         | 48,62         | 284,60        | 998          | Каша гречневая рассыпчатая                               | 150      | 14,03          |
| 0,14                                                  | 0,00         | 5,13          | 24,10         | 705          | Напиток из плодов шиповника                              | 200      | 13,39          |
| 2,03                                                  | 0,00         | 12,20         | 60,50         | 894,01       | Хлеб пшеничный                                           | 25       | 4,49           |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147         | Хлеб ржаной                                              | 25       | 4,70           |
| <b>27,47</b>                                          | <b>24,00</b> | <b>100,82</b> | <b>745,20</b> |              |                                                          |          | <b>151,08</b>  |
| <b>Нижний Тагил ШУ Комплекс 1-4 кл 259,00 руб</b>     |              |               |               |              |                                                          |          |                |
| 8,74                                                  | 9,00         | 39,51         | 283,50        | 850          | Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным | 210      | 27,09          |
| 0,12                                                  | 0,00         | 24,40         | 97,00         | 1242         | Морс ягодный                                             | 200      | 15,26          |
| 6,21                                                  | 6,47         | 44,16         | 259,53        | 450,05       | Маффин ванильный                                         | 60       | 58,80          |
| 1,50                                                  | 1,00         | 12,50         | 78,20         | 693          | Батон                                                    | 30       | 6,76           |
| <b>16,57</b>                                          | <b>16,47</b> | <b>120,57</b> | <b>718,23</b> |              |                                                          |          |                |
| 2,16                                                  | 5,00         | 14,24         | 111,30        | 1030         | Рассольник ленинградский со сметаной                     | 200      | 30,04          |
| 14,69                                                 | 12,00        | 8,50          | 199,90        | 1027,13/1126 | Котлета Деревенская с соусом томатным                    | 110      | 84,44          |
| 6,32                                                  | 6,00         | 48,62         | 284,60        | 998          | Каша гречневая рассыпчатая                               | 150      | 14,03          |
| 0,14                                                  | 0,00         | 5,13          | 24,10         | 705          | Напиток из плодов шиповника                              | 200      | 13,39          |
| 2,03                                                  | 0,00         | 12,20         | 60,50         | 894,01       | Хлеб пшеничный                                           | 25       | 4,49           |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147         | Хлеб ржаной                                              | 25       | 4,70           |
| <b>27,47</b>                                          | <b>24,00</b> | <b>100,82</b> | <b>745,20</b> |              |                                                          |          | <b>259,00</b>  |
| <b>Нижний Тагил ШУ Завтрак 5-11 класс 126,38 руб</b>  |              |               |               |              |                                                          |          |                |
| 13,33                                                 | 12,00        | 26,89         | 276,80        | 850          | Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным | 260      | 45,56          |
| 0,12                                                  | 0,00         | 24,40         | 97,00         | 1242         | Морс ягодный                                             | 200      | 15,26          |
| 6,21                                                  | 6,47         | 44,16         | 259,53        | 450,05       | Маффин ванильный                                         | 60       | 58,80          |
| 1,50                                                  | 1,00         | 12,50         | 78,20         | 693          | Батон                                                    | 30       | 6,76           |
| <b>21,16</b>                                          | <b>19,47</b> | <b>107,95</b> | <b>711,53</b> |              |                                                          |          | <b>126,38</b>  |
| <b>Нижний Тагил ШУ Обед 5-11 класс 176,93 руб</b>     |              |               |               |              |                                                          |          |                |
| 2,70                                                  | 6,00         | 17,80         | 139,20        | 1030         | Рассольник ленинградский со сметаной                     | 250      | 45,49          |
| 14,69                                                 | 12,00        | 8,50          | 199,90        | 1027,13/1126 | Котлета Деревенская с соусом томатным                    | 110      | 84,43          |
| 9,19                                                  | 7,00         | 58,35         | 341,50        | 998          | Каша гречневая рассыпчатая                               | 180      | 20,81          |
| 0,14                                                  | 0,00         | 5,13          | 24,10         | 705          | Напиток из плодов шиповника                              | 200      | 13,39          |
| 4,05                                                  | 1,00         | 24,40         | 121,00        | 894,01       | Хлеб пшеничный                                           | 50       | 8,41           |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147         | Хлеб ржаной                                              | 25       | 4,40           |
| <b>32,90</b>                                          | <b>27,00</b> | <b>126,31</b> | <b>890,50</b> |              |                                                          |          | <b>176,93</b>  |
| <b>Нижний Тагил ШУ Комплекс 5-11 класс 303,32 руб</b> |              |               |               |              |                                                          |          |                |
| 13,33                                                 | 12,00        | 26,89         | 276,80        | 850          | Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным | 260      | 45,56          |
| 0,12                                                  | 0,00         | 24,40         | 97,00         | 1242         | Морс ягодный                                             | 200      | 15,26          |
| 6,21                                                  | 6,47         | 44,16         | 259,53        | 450,05       | Маффин ванильный                                         | 60       | 58,80          |
| 1,50                                                  | 1,00         | 12,50         | 78,20         | 693          | Батон                                                    | 30       | 6,76           |
| <b>21,16</b>                                          | <b>19,47</b> | <b>107,95</b> | <b>711,53</b> |              |                                                          |          |                |
| <b>Обед</b>                                           |              |               |               |              |                                                          |          |                |
| 2,70                                                  | 6,00         | 17,80         | 139,20        | 1030         | Рассольник ленинградский со сметаной                     | 250      | 45,49          |
| 14,69                                                 | 12,00        | 8,50          | 199,90        | 1027,13/1126 | Котлета Деревенская с соусом томатным                    | 110      | 84,44          |
| 9,19                                                  | 7,00         | 58,35         | 341,50        | 998          | Каша гречневая рассыпчатая                               | 180      | 20,81          |
| 0,14                                                  | 0,00         | 5,13          | 24,10         | 705          | Напиток из плодов шиповника                              | 200      | 13,39          |
| 4,05                                                  | 1,00         | 24,40         | 121,00        | 894,01       | Хлеб пшеничный                                           | 50       | 8,41           |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147         | Хлеб ржаной                                              | 25       | 4,40           |
| <b>32,90</b>                                          | <b>27,00</b> | <b>126,31</b> | <b>890,50</b> |              |                                                          |          | <b>303,32</b>  |

Технолог:

Зав. производством:

Согласовано:  
Директор МБОУ СОШ № 7  
Л.А. Токарева

Утверждаю,  
Директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
О.Ю. Козырева

## МЕНЮ

29.01.2026

| Белки, г                                              | Жиры, г      | Углеводы, г   | ЭЦ, ккал      | № Рец.       | Наименование блюд                               | Выход, г | Цена, руб.       |
|-------------------------------------------------------|--------------|---------------|---------------|--------------|-------------------------------------------------|----------|------------------|
| <b>Нижний Тагил ШУ Завтрак 1-4 класс 107,91 руб</b>   |              |               |               |              |                                                 |          | <b>1 четверг</b> |
| 7,28                                                  | 9,00         | 35,08         | 243,40        | 842          | Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным | 200      | 30,35            |
| 0,06                                                  | 0,00         | 15,16         | 59,90         | 686          | Чай с лимоном                                   | 200      | 15,00            |
| 5,58                                                  | 6,00         | 13,71         | 118,30        | 810          | Бутерброд с сыром                               | 40       | 32,67            |
| 1,35                                                  | 0,00         | 18,90         | 86,40         | 1891         | Бананы                                          | 150      | 29,89            |
| <b>14,27</b>                                          | <b>15,00</b> | <b>82,85</b>  | <b>508,00</b> |              |                                                 |          | <b>107,91</b>    |
| <b>Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 151,80 руб</b>      |              |               |               |              |                                                 |          |                  |
| 1,54                                                  | 6,00         | 11,08         | 101,90        | 1021         | Борщ с капустой, картофелем и сметаной          | 200      | 21,81            |
| 14,97                                                 | 11,00        | 19,99         | 206,90        | 1319,01/1126 | Шницель из мяса птицы с соусом томатным         | 110      | 77,74            |
| 3,26                                                  | 7,00         | 22,03         | 167,80        | 995          | Пюре картофельное                               | 150      | 28,34            |
| 0,16                                                  | 0,00         | 23,88         | 99,10         | 912          | Компот из свежих яблок                          | 200      | 14,00            |
| 2,03                                                  | 0,00         | 12,20         | 60,50         | 894,01       | Хлеб пшеничный                                  | 25       | 4,49             |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147         | Хлеб ржаной                                     | 25       | 4,70             |
| <b>24,09</b>                                          | <b>25,00</b> | <b>101,31</b> | <b>701,00</b> |              |                                                 |          | <b>151,08</b>    |
| <b>Нижний Тагил ШУ Комплекс 1-4 кл 259,00 руб</b>     |              |               |               |              |                                                 |          |                  |
| 7,28                                                  | 9,00         | 35,08         | 243,40        | 842          | Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным | 200      | 30,35            |
| 0,06                                                  | 0,00         | 15,16         | 59,90         | 686          | Чай с лимоном                                   | 200      | 15,00            |
| 5,58                                                  | 6,00         | 13,71         | 118,30        | 810          | Бутерброд с сыром                               | 40       | 32,67            |
| 1,35                                                  | 0,00         | 18,90         | 86,40         | 1891         | Бананы                                          | 150      | 29,89            |
| <b>14,27</b>                                          | <b>15,00</b> | <b>82,85</b>  | <b>508,00</b> |              | <b>Обед</b>                                     |          |                  |
| 1,54                                                  | 6,00         | 11,08         | 101,90        | 1021         | Борщ с капустой, картофелем и сметаной          | 200      | 21,81            |
| 14,97                                                 | 11,00        | 19,99         | 206,90        | 1319,01/1126 | Шницель из мяса птицы с соусом томатным         | 110      | 77,75            |
| 3,26                                                  | 7,00         | 22,03         | 167,80        | 995          | Пюре картофельное                               | 150      | 28,34            |
| 0,16                                                  | 0,00         | 23,88         | 99,10         | 912          | Компот из свежих яблок                          | 200      | 14,00            |
| 2,03                                                  | 0,00         | 12,20         | 60,50         | 894,01       | Хлеб пшеничный                                  | 25       | 4,49             |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147         | Хлеб ржаной                                     | 25       | 4,70             |
| <b>24,09</b>                                          | <b>25,00</b> | <b>101,31</b> | <b>701,00</b> |              |                                                 |          | <b>259,00</b>    |
| <b>Нижний Тагил ШУ Завтрак 5-11 класс 126,38 руб</b>  |              |               |               |              |                                                 |          |                  |
| 11,60                                                 | 12,00        | 41,85         | 296,40        | 842          | Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным | 250      | 48,82            |
| 0,06                                                  | 0,00         | 15,16         | 59,90         | 686          | Чай с лимоном                                   | 200      | 15,00            |
| 5,58                                                  | 6,00         | 13,71         | 118,30        | 810          | Бутерброд с сыром                               | 40       | 32,67            |
| 1,35                                                  | 0,00         | 18,90         | 86,40         | 1891         | Бананы                                          | 150      | 29,89            |
| <b>18,59</b>                                          | <b>18,00</b> | <b>89,62</b>  | <b>561,00</b> |              |                                                 |          | <b>126,38</b>    |
| <b>Нижний Тагил ШУ Обед 5-11 класс 176,93 руб</b>     |              |               |               |              |                                                 |          |                  |
| 1,83                                                  | 7,00         | 13,19         | 121,30        | 1021         | Борщ с капустой, картофелем и сметаной          | 250      | 28,51            |
| 14,97                                                 | 11,00        | 19,99         | 206,90        | 1319,01/1126 | Шницель из мяса птицы с соусом томатным         | 110      | 77,74            |
| 3,91                                                  | 9,00         | 26,44         | 187,60        | 995          | Пюре картофельное                               | 180      | 43,98            |
| 0,16                                                  | 0,00         | 23,88         | 99,10         | 912          | Компот из свежих яблок                          | 200      | 14,00            |
| 4,05                                                  | 1,00         | 24,40         | 121,00        | 894,01       | Хлеб пшеничный                                  | 50       | 8,34             |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147         | Хлеб ржаной                                     | 25       | 4,36             |
| <b>27,05</b>                                          | <b>29,00</b> | <b>120,03</b> | <b>800,70</b> |              |                                                 |          | <b>176,93</b>    |
| <b>Нижний Тагил ШУ Комплекс 5-11 класс 303,32 руб</b> |              |               |               |              |                                                 |          |                  |
| 11,60                                                 | 12,00        | 41,85         | 296,40        | 842          | Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным | 250      | 48,82            |
| 0,06                                                  | 0,00         | 15,16         | 59,90         | 686          | Чай с лимоном                                   | 200      | 15,00            |
| 5,58                                                  | 6,00         | 13,71         | 118,30        | 810          | Бутерброд с сыром                               | 40       | 32,67            |
| 1,35                                                  | 0,00         | 18,90         | 86,40         | 1891         | Бананы                                          | 150      | 29,89            |
| <b>18,59</b>                                          | <b>18,00</b> | <b>89,62</b>  | <b>561,00</b> |              | <b>Обед</b>                                     |          |                  |
| 1,83                                                  | 7,00         | 13,19         | 121,30        | 1021         | Борщ с капустой, картофелем и сметаной          | 250      | 28,51            |
| 14,97                                                 | 11,00        | 19,99         | 206,90        | 1319,01/1126 | Шницель из мяса птицы с соусом томатным         | 110      | 77,75            |
| 3,91                                                  | 9,00         | 26,44         | 187,60        | 995          | Пюре картофельное                               | 180      | 43,98            |
| 0,16                                                  | 0,00         | 23,88         | 99,10         | 912          | Компот из свежих яблок                          | 200      | 14,00            |
| 4,05                                                  | 1,00         | 24,40         | 121,00        | 894,01       | Хлеб пшеничный                                  | 50       | 8,34             |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147         | Хлеб ржаной                                     | 25       | 4,36             |
| <b>27,05</b>                                          | <b>29,00</b> | <b>120,03</b> | <b>800,70</b> |              |                                                 |          | <b>303,32</b>    |

Технолог: \_\_\_\_\_

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Согласовано:  
Директор МБОУ СОШ № 7  
Л. А. Токарева

Утверждаю,  
Директор  
ООО "Комбинат общественного питания"  
О. Ю. Козырева

## МЕНЮ

30.01.2026

| Белки, г                                              | Жиры, г      | Углеводы, г   | ЭЦ, ккал      | № Рец. | Наименование блюд                                 | Выход, г | Цена, руб.    |
|-------------------------------------------------------|--------------|---------------|---------------|--------|---------------------------------------------------|----------|---------------|
| <b>1 пятница</b>                                      |              |               |               |        |                                                   |          |               |
| <b>Нижний Тагил ШУ Завтрак 1-4 класс 107,91 руб</b>   |              |               |               |        |                                                   |          |               |
| 7,90                                                  | 8,50         | 20,23         | 242,00        | 1013   | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 210      | 27,39         |
| 6,21                                                  | 6,47         | 44,16         | 259,53        | 450,05 | Маффин ванильный                                  | 60       | 59,76         |
| 0                                                     | 0            | 16,00         | 63,80         | 1188   | Чай с сахаром                                     | 200      | 14,00         |
| 1,50                                                  | 1,00         | 12,50         | 78,20         | 693    | Батон                                             | 30       | 6,76          |
| <b>15,61</b>                                          | <b>15,97</b> | <b>92,89</b>  | <b>643,53</b> |        |                                                   |          | <b>107,91</b> |
| <b>Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 151,80 руб</b>      |              |               |               |        |                                                   |          |               |
| 1,52                                                  | 5,00         | 7,31          | 106,00        | 124    | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной     | 200      | 16,25         |
| 15,33                                                 | 10,00        | 12,70         | 189,70        | 1023   | Фрикасе из мяса птицы с соусом                    | 100      | 90,67         |
| 3,60                                                  | 7,00         | 32,40         | 241,00        | 990    | Рис припущенный с овощами                         | 150      | 19,71         |
| 0,12                                                  | 0,00         | 24,40         | 97,00         | 1242   | Морс ягодный                                      | 200      | 15,26         |
| 2,68                                                  | 1,00         | 13,38         | 71,00         | 897    | Хлеб пшеничный                                    | 25       | 4,49          |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147   | Хлеб ржаной                                       | 25       | 4,70          |
| <b>25,38</b>                                          | <b>24,00</b> | <b>102,32</b> | <b>769,50</b> |        |                                                   |          | <b>151,08</b> |
| <b>Нижний Тагил ШУ Комплекс 1-4 кл 259,00 руб</b>     |              |               |               |        |                                                   |          |               |
| 7,90                                                  | 8,50         | 20,23         | 242,00        | 1013   | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 210      | 27,39         |
| 6,21                                                  | 6,47         | 44,16         | 259,53        | 450,05 | Маффин ванильный                                  | 60       | 59,76         |
| 0                                                     | 0            | 16,00         | 63,80         | 1188   | Чай с сахаром                                     | 200      | 14,00         |
| 1,50                                                  | 1,00         | 12,50         | 78,20         | 693    | Батон                                             | 30       | 6,76          |
| <b>15,61</b>                                          | <b>15,97</b> | <b>92,89</b>  | <b>643,53</b> |        |                                                   |          |               |
| 1,52                                                  | 5,00         | 7,31          | 106,00        | 124    | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной     | 200      | 16,25         |
| 15,33                                                 | 10,00        | 12,70         | 189,70        | 1023   | Фрикасе из мяса птицы с соусом                    | 100      | 90,68         |
| 3,60                                                  | 7,00         | 32,40         | 241,00        | 990    | Рис припущенный с овощами                         | 150      | 19,71         |
| 0,12                                                  | 0,00         | 24,40         | 97,00         | 1242   | Морс ягодный                                      | 200      | 15,26         |
| 2,68                                                  | 1,00         | 13,38         | 71,00         | 897    | Хлеб пшеничный                                    | 25       | 4,49          |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147   | Хлеб ржаной                                       | 25       | 4,70          |
| <b>25,38</b>                                          | <b>24,00</b> | <b>102,32</b> | <b>769,50</b> |        |                                                   |          | <b>259,00</b> |
| <b>Нижний Тагил ШУ Завтрак 5-11 класс 126,38 руб</b>  |              |               |               |        |                                                   |          |               |
| 11,80                                                 | 10,00        | 39,70         | 269,00        | 1013   | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 260      | 45,86         |
| 6,21                                                  | 6,47         | 44,16         | 259,53        | 450,05 | Маффин ванильный                                  | 60       | 59,76         |
| 0                                                     | 0            | 16,00         | 63,80         | 1188   | Чай с сахаром                                     | 200      | 14,00         |
| 1,50                                                  | 1,00         | 12,50         | 78,20         | 693    | Батон                                             | 30       | 6,76          |
| <b>19,51</b>                                          | <b>17,47</b> | <b>112,36</b> | <b>670,53</b> |        |                                                   |          | <b>126,38</b> |
| <b>Нижний Тагил ШУ Обед 5-11 класс 176,93 руб</b>     |              |               |               |        |                                                   |          |               |
| 1,90                                                  | 6,00         | 9,14          | 132,50        | 124    | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной     | 250      | 32,01         |
| 15,33                                                 | 10,00        | 12,70         | 189,70        | 1023   | Фрикасе из мяса птицы с соусом                    | 100      | 90,67         |
| 4,20                                                  | 9,00         | 38,60         | 287,60        | 990    | Рис припущенный с овощами                         | 180      | 26,29         |
| 0,12                                                  | 0,00         | 24,40         | 97,00         | 1242   | Морс ягодный                                      | 200      | 15,26         |
| 5,35                                                  | 2,00         | 26,75         | 142,00        | 897    | Хлеб пшеничный                                    | 50       | 8,34          |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147   | Хлеб ржаной                                       | 25       | 4,36          |
| <b>29,03</b>                                          | <b>28,00</b> | <b>123,72</b> | <b>913,60</b> |        |                                                   |          | <b>176,93</b> |
| <b>Нижний Тагил ШУ Комплекс 5-11 класс 303,32 руб</b> |              |               |               |        |                                                   |          |               |
| 11,80                                                 | 10,00        | 39,70         | 269,00        | 1013   | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 260      | 45,86         |
| 6,21                                                  | 6,47         | 44,16         | 259,53        | 450,05 | Маффин ванильный                                  | 60       | 59,76         |
| 0                                                     | 0            | 16,00         | 63,80         | 1188   | Чай с сахаром                                     | 200      | 14,00         |
| 1,50                                                  | 1,00         | 12,50         | 78,20         | 693    | Батон                                             | 30       | 6,76          |
| <b>19,51</b>                                          | <b>17,47</b> | <b>112,36</b> | <b>670,53</b> |        | <b>Обед</b>                                       |          |               |
| 1,90                                                  | 6,00         | 9,14          | 132,50        | 124    | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной     | 250      | 32,01         |
| 15,33                                                 | 10,00        | 12,70         | 189,70        | 1023   | Фрикасе из мяса птицы с соусом                    | 100      | 90,68         |
| 4,20                                                  | 9,00         | 38,60         | 287,60        | 990    | Рис припущенный с овощами                         | 180      | 26,29         |
| 0,12                                                  | 0,00         | 24,40         | 97,00         | 1242   | Морс ягодный                                      | 200      | 15,26         |
| 5,35                                                  | 2,00         | 26,75         | 142,00        | 897    | Хлеб пшеничный                                    | 50       | 8,34          |
| 2,13                                                  | 1,00         | 12,13         | 64,80         | 1147   | Хлеб ржаной                                       | 25       | 4,36          |
| <b>29,03</b>                                          | <b>28,00</b> | <b>123,72</b> | <b>913,60</b> |        |                                                   |          | <b>303,32</b> |

Технолог:

Зав. производством: