

Утверждаю
Общество с ограниченной ответственностью
«Агрофирма «Атлашевская»



/ Е.В.Мефодьева

Согласовано
Директор муниципального бюджетного
общеобразовательного учреждения «Цивильская средняя
общеобразовательная школа №1» Цивильского
муниципального округа Чувашской Республики



М.В. Баранова

ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ВЕСЕННЕ-ЛЕТНЕГО ПЕРИОДА 2026 ГОДА

ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
«ЦИВИЛЬСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №1» ЦИВИЛЬСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО
ОКРУГА ЧУВАШСКОЙ РЕСПУБЛИКИ



Основное организационное двухдневное меню для обучающихся общеобразовательных учреждений Цивильского муниципального округа
МЕНЮ НА 1 день

С/Б	Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			
				белки	жиры	углеводы	ккал			белки	жиры	углеводы	ккал
ЗАВТРАК													
302*	Каша молочная рисовая с маслом слив.	22,00	230/5	5,52	7,9	36,15	239,79	27,00	250/5	5,99	8,57	39,24	260,2
97*	Сыр порциями	10,00	10	2,3	2,9	0,1	36,2	15,00	15	3,45	4,35	0,15	54,3
ПР	Хлеб пшеничный	5,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6	4,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6
685*	Чай с сахаром	4,0	200	0,2		19,8	77	4,0	200	0,2		19,8	77
	ИТОГО	41,0	505,0	12,8	11,4	85,9	491,6	50,0	530,0	14,4	13,5	89,0	530,1
ОБЕД													
ТТК	Яблоко	13,0	100	0,4	0,4	9,8	47	13,0	100	0,4	0,4	9,8	47
149*	Суп крестьянский с крупой на курин. Бульоне	20,00	200	4,28	5,71	10,71	90,04	26,00	250	5,35	7,13	13,38	112,55
508*	Гречка отварная рассыпчатая	10,00	150	5,33	4,35	19,95	140,5	16,00	180	6,4	5,22	23,94	168,6
292*	Бедро куриное запеченное с соусом сметанным	57,0	100(60/40)	15,36	13,66	1,54	189,2	57,0	100(60/40)	15,36	13,66	1,54	189,2
639*	Компот из сухофруктов	5,00	200	16,8	10,85	63,77	266	5,00	200	6,5	10,85	63,77	266
ПР	Хлеб ржаной	5,00	60	17,8	0,27	16,8	73,5	5,00	60	2,34	0,27	16,8	73,5
	ИТОГО	110,0	810,0	59,97	35,2	122,6	806,2	122,0	890,0	36,4	37,5	129,2	856,9
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	151,0	1315,0	72,79	46,6	208,4	1297,8	172,0	1420,0	50,8	51,1	218,2	1387,0

МЕНЮ НА 2 день

С/Б	Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			
				белки	жиры	углеводы	ккал			белки	жиры	углеводы	ккал
ЗАВТРАК													
160*	Суп молочный с мак.изд.	19,0	200	6	3,8	24,2	156	28,0	230	6,9	4,37	27,83	179,4
685*	Чай с сахаром	4,00	200	0,2		19,8	77	4,00	200	0,2		19,8	77
ПР	Хлеб пшеничный	5,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6	5,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6
ПР	Изделия бараночные	13,00	75	7,8	0,97	48,1	233,2	13,00	75	7,8	0,97	48,1	233,2
	ИТОГО	41,00	535,00	18,80	5,37	121,90	604,80	50,00	565,00	19,70	5,94	125,53	628,20
ОБЕД													
78*	Винегрет	10,00	60	0,88	3,05	5,39	51,42	17,00	100	1,4	5,08	8,98	85,7
142*	Рассольник по-Ленинградски на мясном бульоне со сметаной	21,00	200/5	3,5	2,48	20,91	154,01	24,00	250/5	4,35	3,08	26,01	191,57
508*	Рис отварной рассыпчатый	12,00	150	4,2	0,6	43,3	195,9	14,00	180	5,04	0,72	52	235,1
471*	Фрикадельки из говядины с соусом томатным	57,00	100(60/40)	16,7	8,37	8,05	139,1	57,00	100(60/40)	16,7	8,37	8,05	139,1
638*	Компот из изюма	5,00	200	6,5	10,85	63,77	266	5,00	200	6,5	10,85	63,77	266
ПР	Хлеб ржаной	5,00	60	2,34	0,27	16,8	73,5	5,00	60	2,34	0,27	16,8	73,5
	ИТОГО	110,0	775,0	34,1	25,6	158,2	879,9	122,0	895,0	36,3	28,4	175,6	991,0
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	151,0	1310,0	52,9	31,0	280,1	1484,7	172,0	1460,0	56,0	34,3	301,1	1619,2



МЕНЮ НА 3 день		Возрастная категория : 7-11 лет						Возрастная категория : с 12 лет и старше					
	Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			
				белки	жиры	углеводы	ккал			белки	жиры	углеводы	ккал
ЗАВТРАК													
302*	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	19,00	225/5	5,59	8,58	38,23	261,74	24,00	250/5	6,19	9,32	42,38	290,19
96*	Масло сливочное	10,00	10	0,08	7,25	0,13	66,1	15,00	15	0,12	10,8	0,19	99,1
ПР	Хлеб пшеничный	5,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6	4,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6
685*	Чай с яблочным соком	7,00	200	0,2		5	23	7,00	200	40	10,2	13,8	23
	ИТОГО	41,00	500,00	10,67	16,43	73,16	489,44	50,00	530,00	51,11	30,92	86,17	550,89
ОБЕД													
47**	Салат из квашеной капусты	12,00	60	1,02	2,4	1,86	32,64	17,00	100	1,7	4	3,1	54,4
124*	Щи из свеж. капусты на кур.бул. со сметаной	20,00	200/5	1,9	6,17	8,11	99,7	24,00	250/5	2,36	7,67	10,08	124,01
516*	Картофельное пюре	18,00	150	3,15	7,65	18,9	156,6	21,00	180	3,78	6,12	15,12	188
371*	Филе минтая тушеное с луком	49,00	100(60/40)	9,02	1,6	3,15	85,76	49,00	100(60/40)	9,02	1,6	3,15	85,76
631*	Компот из яблок	6,00	200	0,1	0,03	14,99	56,85	6,00	200	0,1	0,03	14,99	56,85
ПР	Хлеб ржаной	5,00	60	2,34	0,27	16,8	73,5	5,00	60	2,34	0,27	16,8	73,5
	ИТОГО	110,00	785,00	17,53	18,12	63,81	505,05	122,00	905,00	19,30	19,69	63,24	582,52
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	151,00	1285,00	28,20	34,55	136,97	994,49	172,00	1435,00	70,41	50,61	149,41	1133,41

МЕНЮ НА 4 день		Возрастная категория : 7-11 лет						Возрастная категория : с 12 лет и старше					
СБ	Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			
				белки	жиры	углеводы	ккал			белки	жиры	углеводы	ккал
ЗАВТРАК													
302*	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	18,00	225/5	9,04	17,14	50,07	392,2	23,00	250/5	10,24	19,42	56,74	424,3
692*	Кофейный напиток	8,00	200	0,54	0,1	8,58	33	8,00	200	0,54	0,1	8,58	33
ПР	Хлеб пшеничный	5,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6	4,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6
97*	Сыр порциями	10,00	10	2,3	2,9	0,1	36,2	15,00	15	3,45	4,35	0,15	54,3
	ИТОГО	41,00	500,00	16,68	20,74	88,55	600,00	50,00	530,00	19,03	24,47	95,27	650,20
ОБЕД													
ПР	Фрукт(Яблоко)	13,00	100	0,4	0,4	9,8	47	13,00	100	0,4	0,4	9,8	47
139*	Суп картофельный с горохом на мясном бульоне	21,00	200	7,13	4,74	19,5	148,29	26,00	250	8,91	5,92	24,3	185,36
516*	Макароны отварные	7,00	150	6	5,44	36,44	218,67	14,00	180	7,2	6,53	43,73	262,4
278**	Тефтели из говяд. рубленные с соусом красным основным	57,00	100(60/40)	15,08	8,1	8,96	138,44	57,00	100(60/40)	15,08	8,1	8,96	138,44
ТТК	Напиток лимонный	7,00	200	0,16	22	0,04	83,4	7,00	200	0,16	22	0,04	83,4
ПР	Хлеб ржаной	5,00	60	2,34	0,27	16,8	73,5	5,00	60	2,34	0,27	16,8	73,5
	ИТОГО	110,00	810,00	31,11	40,95	91,54	709,30	122,00	890,00	34,09	43,22	103,63	790,10
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	151,00	1310,00	47,79	61,69	180,09	1309,30	172,00	1420,00	53,12	67,69	198,90	1440,30



Меню на 5 дней		Возрастная категория : 7-11 лет											
		Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			
белки	жиры			углеводы	ккал	белки	жиры			углеводы	ккал		
ЗАВТРАК													
302*	Каша пшеничная молочная с маслом	11,00	150/5	6,62	4,19	31	193,44	12,00	180/5	5	37	230,88	
ТТК	Запеканка из творога	20,50	80	11,2	6,4	12,8	153,6	28,50	90	12,6	7,2	14,4	172,8
ТТК	Соус сладкий	3,00	40	0,36	0,12	6,4	28	3,00	40	0,36	0,12	6,4	28
ПР	Хлеб пшеничный	2,50	30	2,4	0,3	14,9	69,3	2,50	30	2,4	0,3	14,9	69,3
685*	Чай с сахаром	4,0	200	0,2		19,8	77	4,0	200	0,2		19,8	77
ИТОГО		41,00	505,00	20,78	11,01	84,90	521,34	50,00	545,00	23,46	12,62	92,50	577,98
ОБЕД													
ТТК	Салат из соленых огурцов	16,0	60	0,7	3,1	1,9	39,3	26,00	100	1,1	5,1	3,2	65,5
ТТК	Суп с мак/изд на к/б с гречками	20,00	200/15	1,81	5,03	13,57	109,28	25,00	250/15	2,26	6,3	16,9	136,6
259*	Жаркое с говядиной и картофелем	49,00	200	32,4	27,6	31,4	496	58,00	250	40,5	34,5	39,9	620
ПР	Хлеб ржаной	5,00	60	2,34	0,27	16,8	73,5	5,00	60	2,34	0,27	16,8	73,5
ПР	Изделия бараночные	12,00	75	7,8	0,97	48,1	233,2	*	*	*	*	*	*
ТТК	Напиток апельсиновый	8,0	200			22,8	86	8,0	200			22,8	86
ИТОГО		110,00	810,00	45,05	36,97	134,57	1037,28	122,00	875,00	46,20	46,17	99,60	981,60
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		151,00	1315,00	65,83	47,98	219,47	1558,62	172,00	1420,00	69,66	58,79	192,10	1559,58

Меню на 6 дней		Возрастная категория : 7-11 лет						Возрастная категория : с 12 лет и старше					
		Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			
белки	жиры			углеводы	ккал	белки	жиры			углеводы	ккал		
ЗАВТРАК													
333*	Макароны отварные с сыром и маслом сливочным	21,00	230(215/10/5)	9,7	9,22	27,69	233,83	30,00	250(230/15/5)	10,54	10,02	30,09	254,16
686*	Чай с лимоном	5,00	200	0,16	0,16	27,87	108,97	5,00	200	0,16	0,16	27,87	108,97
ПР	Хлеб пшеничный	5,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6	5,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6
96*	Масло сливочное	10,00	10	0,08	7,25	0,13	66,1	10,00	10	0,08	7,25	0,13	66,1
ИТОГО		41,0	500,0	14,7	17,2	85,5	547,5	50,0	520,0	15,6	18,0	87,9	567,8
ОБЕД													
ТТК	Яблоко	13,0	100	0,4	0,4	9,8	47	13,0	100	0,4	0,4	9,8	47
142*	Рассольник по-Ленинградски на мясном бульоне со сметаной	21,00	200/5	2,5	6,04	20,91	154,01	26,00	250/5	3,1	7,51	26,01	191,57
302*	Каша гречневая вязкая	6,00	150	5,33	4,35	19,95	140,48	13,00	180	5,92	4,83	22,16	156,08
292**	Филе куриное тушеное с овощами с соусом сметанным	60,00	100(60/40)	17,4	12,09	2,05	197,9	60,00	100(60/40)	17,4	12,09	2,05	197,9
639*	Компот из сухофруктов	5,00	200	0,16	0,16	27,87	108,96	5,00	200	0,16	0,16	27,87	108,96
ПР	Хлеб ржаной	5,00	60	2,34	0,27	16,8	73,5	5,00	20	1,1	1,1	14,8	72,4
ИТОГО		110,00	825,00	28,13	23,31	97,38	721,85	122,00	885,00	28,08	26,09	102,69	773,91
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		151,00	1325,00	42,87	40,54	182,87	1269,35	172,00	1405,00	43,66	44,12	190,58	1341,74



		Возрастная категория : 7-11 лет						Возрастная категория : с 12 лет и старше					
Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность				
			белки	жиры	углеводы	ккал			белки	жиры	углеводы	ккал	
МЕНЮ НА 7 день													
ЗАВТРАК													
302*	Каша манная молочная с маслом сливочным	15,00	230/5	11,44	8,32	56,27	268,4	20,00	250/5	9,42	63,77	304,18	
693*	Какао с молоком	11,00	200	3,79	3,2	25,81	143	11,00	200	3,2	25,81	143	
97*	Сыр порциями	10,00	10	2,3	2,9	0,1	36,2	15,00	15	3,45	4,35	0,15	54,3
ПР	Хлеб пшеничный	5,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6	4,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6
	ИТОГО	41,00	505,00	22,33	15,02	111,98	586,20	50,00	530,00	25,00	17,57	119,53	640,08
ОБЕД													
78*	Помидор в нарезке	23,00	60	0,48	0,12	3,12	12	30,00	100	0,8	0,2	5,2	20
110*	Борщ на мясном бульоне со сметаной	25,00	200/5	1,45	4,04	10,9	87,8	28,00	250/5	1,8	5,02	13,55	109,21
508*	Рис отварной рассыпчатый	12,00	150	4,2	0,6	43,3	195,9	14,00	180	5,04	0,72	52	235,1
388*	Биточки из филе кур соус красный основной	41,00	100(60/40)	9,75	12,8	7,2	185,28	41,00	100(60/40)	9,75	12,8	7,2	185,28
ПР	Хлеб ржаной	5,00	60	2,34	0,27	16,8	73,5	5,00	60	2,34	0,27	16,8	73,5
685*	Чай с сахаром	4,0	200	0,2		19,8	77	4,0	200	0,2		19,8	77
	ИТОГО	110,00	770,00	18,42	17,83	101,12	631,48	122,00	910,00	19,93	19,01	114,55	700,09
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	151,00	1275,00	40,75	32,85	213,10	1217,68	172,00	1440,00	44,93	36,58	234,08	1340,17
МЕНЮ НА 8 день													
ЗАВТРАК													
302*	Каша молочная гречневая с маслом слив.	18,00	230/5	13,16	15,98	55,66	418,92	22,00	250/5	14,28	17,34	60,4	454,6
685*	Кисель из концентрата	8,00	200			14	52,4	8,00	200			14	52,4
96*	Масло сливочное	10,00	10	0,08	7,25	0,13	66,1	15,00	15	0,08	7,25	0,13	66,1
ПР	Хлеб пшеничный	5,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6	5,00	60	4,8	0,6	29,8	138,6
	ИТОГО	41,00	505,00	18,04	23,83	99,59	676,02	50,00	530,00	19,16	25,19	104,33	711,70
ОБЕД													
47**	Салат из квашеной капусты	13,00	60	1,02	2,4	1,86	32,64	17,00	100	1,7	4	3,1	54,4
139*	Суп картофельный с горохом на мясном бульоне	24,00	200	7,13	4,74	19,5	148,29	29,00	250	8,91	5,92	24,3	185,36
516*	Картофельное пюре	18,00	150	3,15	7,65	18,9	156,6	21,00	180	3,78	6,12	15,12	188
ТТК	Тефтели рыбные с томат соусом	44,00	100(60/40)	13,53	6,48	14,9	171,05	44,00	100(60/40)	13,53	6,48	14,9	171,05
ПР	Хлеб ржаной	5,00	60	2,34	0,27	16,8	73,5	5,00	60	2,34	0,27	16,8	73,5
631*	Компот из яблок	6,00	200	0,1	0,03	14,99	56,85	6,00	200	0,1	0,03	14,99	56,85
	ИТОГО	110,00	755,00	27,27	21,57	86,95	638,93	122,00	875,00	30,36	22,82	89,21	729,16
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	151,00	1260,00	45,31	45,40	186,54	1314,95	172,00	1405,00	49,52	48,01	193,54	1440,86

