



М Е Н Ю

для обучающихся в МАОУ СОШ №4

"20" 12 2025г

День/неделя: Понедельник-4			Б	Ж	У	
Завтрак (1-4 класс)						
1694	Каша овсяная молочная с маслом 1/150	150	6,76	6,30	33,52	217,79
35	Бутерброд с маслом и сыром 1/25/10/15	50	5,98	11,24	12,86	176,52
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
1713	Кофейный напиток с молоком 1/200	200	3,50	2,89	14,03	96,12
338М	Фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	10,00	47,00
Итого за Завтрак		520	18,22	21,03	80,11	584,19
Стоимость завтрака 1-4 классы						107,51
Обед (1-4 класс)						
387	Салат из свеклы с сыром 1/60	60	2,61	4,73	5,78	76,09
1442	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной на бульоне 1/200	200	2,90	6,28	13,87	123,56
1323	Тефтеля мясная в соусе 1/60/30	90	13,56	15,27	6,57	217,95
1680	Каша гречневая с маслом 1/150	150	7,76	2,79	39,76	215,18
1201	Компот из изюма 1/200	200	0,65	0,31	27,45	115,15
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
ПР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	2,12	0,22	9,88	46,00
Итого за Обед		740	31,18	29,80	113,01	840,69
Стоимость обеда 1-4 классы						107,51
День/неделя: Понедельник-4						
№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак (5-11 класс)						
1694	Каша овсяная молочная с маслом 1/200	200	8,42	7,25	41,28	264,01
35	Бутерброд с маслом и сыром 1/25/10/15	50	5,98	11,24	12,86	176,52
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
1713	Кофейный напиток с молоком 1/200	200	3,50	2,89	14,03	96,12
338М	Фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	10,00	47,00
Итого за Завтрак		570	19,88	21,98	87,87	630,41
Стоимость завтрака 5-11 классы						115,81
Обед (5-11 класс)						
387	Салат из свеклы с сыром 1/100	100	4,84	9,29	9,61	141,44
1442	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной на бульоне 1/250	250	3,55	6,51	19,08	149,08
1323	Тефтеля мясная в соусе 1/70/30	100	15,39	17,40	7,90	249,75
1680	Каша гречневая с маслом 1/180	180	9,34	3,58	47,84	260,91
1201	Компот из изюма 1/200	200	0,65	0,31	27,45	115,15
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
ПР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	2,12	0,22	9,88	46,00
Итого за Обед		870	37,47	37,51	131,46	1009,09
Стоимость обеда 5-11 классы						115,81

"УТВЕРЖДАЮ"
 Генеральный директор ООО "СОКОЛОВ"
 Д.Н. Урвачев



"СОГЛАСОВАНО"
 Директор МАОУ СОШ №4
 М.В. Виноградов



МЕНЮ

для обучающихся в МАОУ СОШ №4

"21" 12 2025г.

День/неделя: Вторник-4						
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак (1-4 класс)						
1178	Каша молочная пшеничная с маслом 1/150	150	6,96	7,71	36,30	242,43
1707	Какао с молоком 1/200	200	4,44	3,43	16,92	116,29
126	Бутерброд с маслом сыром и свежим огурцом 1/25/10/10/15	60	6,11	11,29	13,20	178,85
338М	Фрукт свежий (мандарин)	100	0,65	0,30	8,95	41,10
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
Итого за Завтрак		530	19,74	22,93	85,07	625,44
Стоимость завтрака 1-4 классы						107,51
Обед (1-4 класс)						
49	Салат Витаминный 1/60	60	0,99	4,99	6,83	76,21
339	Уха 1/200	200	2,10	7,56	14,22	133,32
783	Шницель из говядины и птицы рубленный с томатным соусом 1/60/30	90	12,62	18,11	12,44	263,19
1700	Рис отварной с маслом 1/150	150	3,85	3,98	36,74	198,17
656	Напиток из шиповника 1/180	180	0,17	0,15	13,22	54,87
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
ПР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	2,12	0,22	9,88	46,00
Итого за Обед		720	22,45	30,21	96,20	818,52
Стоимость обеда 1-4 классы						107,51
День/неделя: Вторник-4						
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак (5-11 класс)						
1178	Каша молочная пшеничная с маслом 1/200	200	8,38	8,79	9,73	271,49
1707	Какао с молоком 1/200	200	4,44	3,43	16,92	116,29
126	Бутерброд с маслом сыром и свежим огурцом 1/25/10/10/15	60	6,11	11,29	13,20	178,85
338М	Фрукт свежий (мандарин)	100	0,65	0,30	8,95	41,10
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
Итого за Завтрак		580	21,16	24,01	58,50	654,49
Стоимость завтрака 5-11 классы						115,81
Обед (5-11 класс)						
49	Салат Витаминный 1/100	100	1,61	6,04	9,79	99,94
339	Уха 1/250	250	2,58	7,79	17,41	150,06
783	Шницель из говядины и птицы рубленный с томатным соусом 1/70/30	100	14,25	18,54	14,23	280,76
1700	Рис отварной с маслом 1/180	180	4,69	7,61	44,29	264,35
656	Напиток из шиповника 1/180	180	0,17	0,15	13,22	54,87
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
ПР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	2,12	0,22	9,88	46,00
Итого за Обед		850	27,00	40,55	118,52	942,74
Стоимость обеда 5-11 классы						115,81

"УТВЕРЖДАЮ"
 Генеральный директор ООО "СОКОЛОВ"
 Д.Н. Урвачев



М Е Н И О
 для обучающихся в МАОУ СОШ №4
 22.12.2025г.

День/неделя: Среда-4						
№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак (1-4 класс)						
715	Макаронные изделия под сыром 150/20	170	11,40	8,20	37,86	271,05
71М	Огурец свежий 1/20	20	0,39	0,15	1,02	6,99
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
ПР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	2,12	0,22	9,88	46,00
404	Чай заварной с сахаром и лимоном 1/200/5	205	0,25	0,18	14,79	61,75
338М	Фрукт свежий (апельсин)	100	1,00	0,20	8,00	43,00
Итого за Завтрак		535	16,74	9,15	81,25	475,55
Стоимость завтрака 1-4 классы						107,51
Обед (1-4 классы)						
1422	Салат овощной с яблоком 1/60	60	0,80	4,11	5,65	62,90
1454	Суп овощной с зеленым горошком со сметаной на бульоне 1/200	200	2,56	6,30	13,39	120,61
271	Суфле из печени 1/90	90	16,87	10,11	16,55	224,71
1448	Рагу из овощей 1/150	150	3,80	13,49	24,19	233,45
116	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/200	200	0,00	0,00	26,00	104,00
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
ПР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	2,12	0,22	9,88	46,00
Итого за Обед		740	27,73	34,43	105,36	838,43
Стоимость обеда 1-4 классы						107,51
День/неделя: Среда-4						
№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак (5-11 класс)						
715	Макаронные изделия под сыром 180/20	200	13,45	9,68	44,67	319,84
71М	Огурец свежий 1/20	20	0,39	0,15	1,02	6,99
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
ПР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	2,12	0,22	9,88	46,00
404	Чай заварной с сахаром и лимоном 1/200/5	205	0,25	0,18	14,79	61,75
338М	Фрукт свежий (апельсин)	100	1,00	0,20	8,00	43,00
Итого за Завтрак		565	18,79	10,63	88,06	524,34
Стоимость завтрака 5-11 классы						115,81
Обед (5-11 классы)						
1422	Салат овощной с яблоком 1/100	100	1,33	7,17	9,32	107,20
1454	Суп овощной с зеленым горошком со сметаной на бульоне 1/250	250	3,23	9,20	16,47	161,54
271	Суфле из печени 1/90	90	16,87	10,11	16,55	224,71
1448	Рагу из овощей 1/180	180	4,56	16,19	29,03	280,14
116	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/200	200	-	-	26,00	104,00
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
ПР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	2,12	0,22	9,88	46,00
Итого за Обед		860	29,69	43,09	116,95	970,35
Стоимость обеда 5-11 классы						115,81

"УТВЕРЖДАЮ"
 Генеральный директор ООО "СОКОЛОВ"
 Д.Н. Урвачев



"СОГЛАСОВАНО"
 Директор МАОУ СОШ №4
 М.В. Виноградов

МЕНЮ

для обучающихся в МАОУ СОШ №4
 "23" 12 2025г.

День/неделя: Четверг-4			Б	Ж	У	
Завтрак (1-4 класс)						
17	Омлет с кукурузой 1/150	150	15,71	15,13	7,20	227,84
22	Масло сливочное порционное 1/10	10	0,10	7,25	0,14	66,21
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
ПР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	2,12	0,22	9,88	46,00
1666	Чай заварной с шиповником 1/200	200	0,11	0,10	8,81	36,58
338М	Фрукт свежий (яблоко) 1/100	100	0,40	0,40	10,00	47,00
Итого за Завтрак		500	20,02	23,30	45,73	470,39
Стоимость завтрака 1-4 классы						107,51
Обед (1-4 классы)						
100	Салат Степной из вареных овощей 1/60	60	1,02	9,02	5,37	106,72
1438	Рассольник Ленинградский со сметаной на бульоне 1/200	200	2,67	8,38	16,52	152,11
290М	Гуляш из птицы 45/45	90	11,63	14,05	5,40	194,76
1669	Макароны отварные с маслом 1/150	150	6,36	1,47	37,72	189,53
1658	Компот из ягод з/м 1/200	200	1,01	1,39	24,98	116,48
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
ПР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	2,12	0,22	9,88	46,00
Итого за Обед		740	26,39	34,73	109,57	852,35
Стоимость обеда 1-4 классы						107,51
День/неделя: Четверг-4						
№ реп.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак (5-11 класс)						
17	Омлет с кукурузой 1/200	200	23,28	23,36	10,12	343,90
22	Масло сливочное порционное 1/10	10	0,10	7,25	0,14	66,21
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
ПР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	2,12	0,22	9,88	46,00
1666	Чай заварной с шиповником 1/200	200	0,11	0,10	8,81	36,58
338М	Фрукт свежий (яблоко) 1/100	100	0,40	0,40	10,00	47,00
Итого за Завтрак		550	27,59	31,53	48,65	586,45
Стоимость завтрака 5-11 классы						115,81
Обед (5-11 классы)						
100	Салат Степной из вареных овощей 1/100	100	1,70	15,01	8,70	176,99
1438	Рассольник Ленинградский со сметаной на бульоне 1/200	250	3,26	8,63	20,45	172,44
290М	Гуляш из птицы 45/45	90	11,63	14,05	5,40	194,76
1669	Макароны отварные с маслом 1/180	180	7,70	1,62	45,69	228,18
1658	Компот из ягод з/м 1/200	200	1,01	1,39	24,98	116,48
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
ПР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	2,12	0,22	9,88	46,00
Итого за Обед		860	29,00	41,12	124,80	981,60
Стоимость обеда 5-11 классы						115,81

"УТВЕРЖДАЮ"
 Генеральный директор ООО "СОКОЛОВ"
 Д.Н. Урвачев

"СОГЛАСОВАНО"
 Директор МАОУ СОШ №4
 М.В. Виноградов

МЕНЮ
 для обучающихся в МАОУ СОШ №4
 "24" 12 2025г.

День/неделя: Пятница-4			Б	Ж	У	
Завтрак(1-4 класс)						
1789	Каша гречневая с мясом 1/200	200	15,74	20,26	33,87	380,75
1801	Салат из моркови смаслом 1/60	60	0,77	2,97	4,78	48,95
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
ПР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	2,12	0,22	9,88	46,00
1666	Чай заварной с шиповником 1/200	200	0,11	0,10	8,81	36,58
ПР	Печенье затяжное 1/30	30	2,55	3,39	20,91	124,35
Итого за Завтрак		530	22,87	27,14	87,95	683,39
Стоимость завтрака 1-4 классы						107,51
Обед(1-4 класс)						
20	Салат из квашеной капусты с луком 1/60	60	0,91	6,06	6,30	83,40
1764	Суп гороховый на бульоне 1/200	200	4,95	6,74	17,35	149,87
1728	Жаркое по-домашнему с мясом 1/200	200	16,06	18,77	34,09	369,54
1690	Компот из яблок 1/200	200	0,39	0,33	22,46	94,38
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
ПР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	2,12	0,22	9,88	46,00
Итого за Обед		700	26,01	32,32	99,78	789,95
Стоимость обеда 1-4 классы						107,51
День/неделя: Пятница-4						
№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак(5-11 класс)						
1789	Каша гречневая с мясом 1/200	200	15,74	20,26	33,87	380,75
1801	Салат из моркови с маслом 1/100	100	1,30	4,97	9,68	88,66
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
ПР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	2,12	0,22	9,88	46,00
1666	Чай заварной с шиповником 1/200	200	0,11	0,10	8,81	36,58
ПР	Печенье затяжное 1/30	30	2,55	3,39	20,91	124,35
Итого за завтрак		570	23,40	29,14	92,85	723,10
Стоимость завтрака 5-11 классы						115,81
Обед(5-11 класс)						
20	Салат из квашеной капусты с луком 1/100	100	1,40	8,12	7,89	110,26
1764	Суп гороховый на бульоне 1/200	250	6,14	7,92	21,39	181,38
1728	Жаркое по-домашнему с мясом 1/250	250	19,22	18,32	46,46	427,55
1690	Компот из яблок 1/200	200	0,39	0,33	22,46	94,38
ПР	Хлеб пшеничный 1/20	20	1,58	0,20	9,70	46,76
ПР	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	20	2,12	0,22	9,88	46,00
Итого за Обед		840	30,85	35,11	117,78	906,33
Стоимость обеда 5-11 класс						115,81