

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ГБОУ АО
«АЛГ» Рябина А.В



21 сентября 2026г.

МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ С 12 лет
на 2 сентября 2026 г.

2-ой вариант

№ реп	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена
			белки	жиры	углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8
	СРЕДА						
	ОБЕД						
302	Каша рассыпчатая гречневая	180	10,31	7,31	46,37	292,5	40-00
243	Сосиски отварные	100	10,09	28,27	0,45	298,18	80-00
Н	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	70,14	2-00
Н	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	0,96	91,96	3-00
422	Булочка ванильная	100	7,90	8,12	44,48	283	45-00
342	Компот из свежих плодов (яблоки, айва или груша)	200	0,16	0,16	27,88	114,6	35-00
	Итого за обед	650	33,07	44,6	120,77	1150,38	205-00
	Итого за день	650	33,07	44,6	120,77	1150,38	205-00

ИП Ферштут Н.Ф.



«УТВЕРЖДАЮ»
 Директор ГБОУ АО
 «АЛГ» Рябина А.В.
 «1» сентября 2026 г.

МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ С 12 лет
 на _____ 2026 г.

2-ой вариант

№ реп	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена
			белки	жиры	углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8
	ЧЕТВЕРГ						
	ОБЕД						
203	Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,55	6,95	36,54	234,86	40-00
279	Тефтели 2-й вариант	100	6,78	7,54	8,58	129,09	80-00
Н	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	70,14	2-00
Н	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	0,96	91,96	3-00
388	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,2	30-00
338	Плоды или ягоды свежие(яблоко св)	100	0,40	0,40	9,80	47	40-00
	Итого за обед	650	19,02	15,91	77,27	661,25	195-00
	Итого за день	650	19,02	15,91	77,27	661,25	195-00

ИП Ферштут Н.Ф.



«УТВЕРЖДАЮ»
 Директор ГБОУ АО
 «АЛГ» Рябина А.В
 _____ 2026 г.



МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ С 12 лет
 на _____ 2026 г.

2-ой вариант

№ реп	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена
			белки	жиры	углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8
	ПЯТНИЦА						
	ОБЕД						
23	Салат из свежих помидоров	100	3,38	8,60	4,55	184,5	45-00
304	Рис отварной	180	4,37	6,44	44,03	251,64	40-00
294	Котлеты рубленые из птицы (с соусом)	100	8,45	9,85	10,36	164	80-00
Н	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	70,14	2-00
Н	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	0,96	91,96	3-00
342	Компот из свежих/замороженных плодов или ягод	200	0,44	0,16	28,20	116,6	35-00
	Итого за обед	650	21,25	25,79	88,73	878,84	205-00
	Итого за день	650	21,25	25,79	88,73	878,84	205-00

ИП Ферштут Н.Ф. _____



«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ГБОУ АО
«АЛГ» Рябина А.В
«1» сентября 2026г.

МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ С 12 лет
на _____ 2026 г.

2-ой вариант

№ реп	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена
			белки	жиры	углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8
	ПОНЕДЕЛЬНИК						
	ОБЕД						
302	Каша рассыпчатая гречневая	180	10,31	7,31	46,37	292,5	40-00
290	Птица тушенная в соусе	100	11,78	10,12	2,93	150	80-00
Н	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	70,14	2-00
Н	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	0,96	91,96	3-00
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,08	32,02	132,8	30-00
338	Плоды или ягоды свежие (яблоко св.)	100	0,40	0,40	9,80	47	40-00
	Итого за обед	650	27,76	18,65	92,71	784,4	195-00
	Итого за день	650	27,76	18,65	92,71	784,4	195-00

ИП Ферштут Н.Ф.




«УТВЕРЖДАЮ»
 Директор ГБОУ АО
 «АЛГ» Рябина А.В.
 « 1 » сентября 2016 г.

МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ С 12 лет
 на _____ 2026 г.

2-ой вариант

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена
			белки	жиры	углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8
	ВТОРНИК						
	ОБЕД						
27	Салат из свежих помидоров со сладким перцем	100	1,10	6,08	3,75	74,1	50-00
310	Картофель отварной	180	3,44	5,18	27,61	170,82	60-00
281	Биточки паровые	100	9,01	9,88	8,59	146,25	80-00
Н	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	70,14	2-00
Н	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	0,96	91,96	3-00
342	Компот из свежих плодов (яблоки, айва или груша)	200	0,16	0,16	27,88	114,6	35-00
	Итого за обед	650	18,32	22,04	69,42	667,87	230-00
	Итого за день	650	18,32	22,04	69,42	667,87	230-00

ИП Ферштут Н.Ф. _____



«АЛГ» Рябина А.В

2-ой вариант

ИП Ферштут Н.Ф.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ГБОУ АО

«АЛГ» Рябина А.В



20 16 г.

МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ С 12 лет

на _____ 2026 г.

2-ой вариант

№ реп	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена
			белки	жиры	углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8
	ЧЕТВЕРГ						
	ОБЕД						
67	Винегрет овощной	100	1,39	10,02	6,55	122	50-00
304	Рис отварной	180	4,37	6,44	44,03	251,64	40-00
268	Котлета мясная (с соусом)	100	10,34	12,52	10,99	163,75	80-00
Н	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	70,14	2-00
Н	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	0,96	91,96	3-00
389	Соки натуральные фруктовые и ягодные	200	20,00	2,00	58,00	330	40-00
	Итого за обед	650	40,71	31,72	121,16	1029,49	215-00
	Итого за день	650	40,71	31,72	121,16	1029,49	215-00

ИП Ферштут Н.Ф.



«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ГБОУ АО
«АЛГ» Рябина А.В
« 1 » сентября 2026 г.

МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ С 12 лет
на _____ 2026 г.

2-ой вариант

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена
			белки	жиры	углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8
	ПЯТНИЦА						
	ОБЕД						
71	Овощи натуральные свежие (огурцы)	100	0,70	0,10	1,90	12	40-00
302	Каша рассыпчатая(гречневая)	180	10,31	7,31	46,37	292,50	40-00
288	Птица отварная (с соусом)	100	15,16	18,51	2,50	237,5	80-00
Н	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	0,63	70,14	2-00
Н	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	0,96	91,96	3-00
388	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,2	30-00
	Итого за обед	650	31,46	26,94	73,12	792,3	195-00
	Итого за день	650	31,46	26,94	73,12	792,3	195-00

ИП Ферштут Н.Ф.

