

Утверждаю

Зам.директора ООО "Мега-сити С"

/Степкина О.Г.



Согласовано

Директор ГБОУ Школа № 1 г.о. Чапаевск

Степанова Наталья



### МЕНЮ

1 - 4 классы  
1 день 2 неделя

На 16 февраля 2026 г.

Утверждаю

Зам.директора ООО "Мега-сити С"

/Степкина О.Г.



Согласовано

Директор ГБОУ Школа № 1 г.о. Чапаевск

Степанова Наталья



### МЕНЮ

5 - 11 классы  
1 день 2 неделя

На 16 февраля 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
<b>Завтрак:</b>		<b>82,06</b>				
Каша вязкая молочная из рисовой крупы	150/10гр.		224,00	4,57	8,26	32,71
Сыр порционно	20гр.		71,66	4,64	5,90	
Чай с сахаром	180гр.		36,00	0,47		8,52
Фрукт яблоко	100гр.		44,40	0,40	0,40	9,80
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
<b>Всего в завтрак</b>	<b>530гр.</b>		<b>574,40</b>	<b>16,52</b>	<b>15,20</b>	<b>91,63</b>
<b>Обед:</b>		<b>114,91</b>				
Икра кабачковая порционно	60гр.		41,55	0,61	2,91	3,24
Борщ с капустой и картофелем,с зелен.	200/10/3гр.		79,69	1,48	3,96	9,51
Птица тушеная в соусе	40/50гр.		149,40	10,38	10,49	3,15
Макаронные изделия отварные	150гр.		201,90	5,10	7,50	28,50
Компот из смеси сухофруктов	180гр.		119,52	1,04	0,27	42,53
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
<b>Всего в обед</b>	<b>753гр.</b>		<b>731,17</b>	<b>22,66</b>	<b>25,76</b>	<b>116,24</b>
<b>полдник:</b>		<b>39,46</b>				
Ветчина	30гр.		84,00	6,78	6,27	
Батон	35гр.		99,17	3,22	0,32	20,30
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
<b>Всего в полдник</b>	<b>265гр.</b>		<b>223,17</b>	<b>10,53</b>	<b>6,59</b>	<b>29,77</b>
<b>Всего за день</b>			<b>1528,74</b>	<b>49,71</b>	<b>47,55</b>	<b>237,64</b>

Зав. Производством

Степанова Наталья

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
<b>Завтрак:</b>		<b>95,46</b>				
Каша вязкая молочная из рисовой крупы	200/10гр.		294,00	6,00	10,85	42,94
Сыр порционно	20гр.		71,66	4,64	5,90	
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Фрукт яблоко	100гр.		44,40	0,40	0,40	9,80
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
<b>Всего в завтрак</b>	<b>600гр.</b>		<b>648,40</b>	<b>18,01</b>	<b>17,79</b>	<b>102,81</b>
<b>Обед:</b>		<b>133,65</b>				
Икра кабачковая порционно	100гр.		69,26	1,02	4,86	5,40
Борщ с капустой и картофелем,с зелен.	250/10/3гр.		98,40	1,83	4,90	11,75
Птица тушеная в соусе	50/50гр.		166,00	11,65	11,66	3,51
Макаронные изделия отварные	150гр.		201,90	5,10	7,50	28,50
Компот из смеси сухофруктов	200гр.		132,80	1,16	0,30	47,26
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
<b>Всего в обед</b>	<b>873гр.</b>		<b>807,47</b>	<b>24,81</b>	<b>29,85</b>	<b>125,73</b>
<b>Всего за день</b>			<b>1455,87</b>	<b>42,82</b>	<b>47,64</b>	<b>228,54</b>

Зав. Производством

Степанова Наталья

Калькулятор

13.02.2026

Утверждаю

Зам. директора ООО "Мега-сити С"

/Степкина О.Б./



Согласовано

Директор ГБОУ Школа № 13 г.о. Чапаевск

*Степанова Т.И.*

# МЕНЮ

1 - 4 классы  
1 день 2 неделя

На 16 февраля 2026 г.

Утверждаю

Зам. директора ООО "Мега-сити С"

/Степкина О.Б./



Согласовано

Директор ГБОУ Школа № 13 г.о. Чапаевск

*Степанова Т.И.*

# МЕНЮ

5 - 11 классы  
1 день 2 неделя

На 16 февраля 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
<b>Завтрак:</b>						
Каша вязкая молочная из рисовой крупы	150/10гр.		224,00	4,57	8,26	32,71
Сыр порционно	20гр.		71,66	4,64	5,90	
Чай с сахаром	180гр.		36,00	0,47		8,52
Фрукт яблоко	100гр.		44,40	0,40	0,40	9,80
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
<b>Всего в завтрак</b>	<b>530гр.</b>		<b>574,40</b>	<b>16,52</b>	<b>15,20</b>	<b>91,63</b>
<b>Обед:</b>						
Икра кабачковая порционно	60гр.		41,55	0,61	2,91	3,24
Борщ с капустой и картофелем, с зелен.	200/10/3гр.		79,69	1,48	3,96	9,51
Птица тушеная в соусе	40/50гр.		149,40	10,38	10,49	3,15
Макаронные изделия отварные	150гр.		201,90	5,10	7,50	28,50
Компот из смеси сухофруктов	180гр.		119,52	1,04	0,27	42,53
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
<b>Всего в обед</b>	<b>753гр.</b>		<b>731,17</b>	<b>22,66</b>	<b>25,76</b>	<b>116,24</b>
<b>Всего за день</b>			<b>1305,57</b>	<b>39,18</b>	<b>40,96</b>	<b>207,87</b>
<b>Стоимость</b>		<b>196,97</b>				

Зав. Производством

*h*  
*Степанова Т.И.*

Калькулятор

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
<b>Завтрак:</b>						
Каша вязкая молочная из рисовой крупы	200/10гр.		294,00	6,00	10,85	42,94
Сыр порционно	20гр.		71,66	4,64	5,90	
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Фрукт яблоко	100гр.		44,40	0,40	0,40	9,80
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
<b>Всего в завтрак</b>	<b>600гр.</b>		<b>648,40</b>	<b>18,01</b>	<b>17,79</b>	<b>102,81</b>
<b>Обед:</b>						
Икра кабачковая порционно	100гр.		69,26	1,02	4,86	5,40
Борщ с капустой и картофелем, с зелен.	250/10/3гр.		98,40	1,83	4,90	11,75
Птица тушеная в соусе	50/50гр.		166,00	11,65	11,66	3,51
Макаронные изделия отварные	150гр.		201,90	5,10	7,50	28,50
Компот из смеси сухофруктов	200гр.		132,80	1,16	0,30	47,26
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
<b>Всего в обед</b>	<b>873гр.</b>		<b>807,47</b>	<b>24,81</b>	<b>29,85</b>	<b>125,73</b>
<b>Всего за день</b>			<b>1455,87</b>	<b>42,82</b>	<b>47,64</b>	<b>228,54</b>
<b>Стоимость</b>		<b>229,11</b>				

Зав. Производством

*h*  
*Степанова Т.И.*

Калькулятор

Утверждаю

Зам. директора ООО "Мега-сити"  
/Степкина О.Г./



Директор ГБОУ Школа № 17 г.о. Чувашск

## МЕНЮ

1 - 4 классы  
2 день 2 неделя

На 17 февраля 2026 г.



Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
<b>завтрак:</b>		82,06				
Масло сливочное	10гр.		65,72	0,10	7,20	0,13
Колбаса вареная	50гр.		84,00	6,78	6,27	
Макаронные изделия отварные	150гр.		201,90	5,10	7,50	28,50
Кондитерское изделие печенье	30гр.		114,00	1,44	6,78	13,56
Кофейный напиток с молоком	200гр.		113,00	2,94	1,99	20,92
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
<b>Всего в завтрак</b>	<b>510гр.</b>		<b>776,96</b>	<b>22,80</b>	<b>30,38</b>	<b>103,71</b>
<b>обед:</b>		114,91				
Салат из свеклы отварной	60гр.		55,68	0,85	3,61	4,95
Солянка со сметаной, с зеленью	200/10/3гр.		211,17	5,85	4,13	15,22
Тефтели из птицы с соусом	50/40гр.		109,63	5,85	8,12	3,31
Пюре из гороха с маслом	150гр.		285,00	13,64	6,86	35,03
Чай с сахаром	180гр.		36,00	0,44		8,52
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
<b>Всего в обед</b>	<b>753гр.</b>		<b>836,59</b>	<b>30,68</b>	<b>23,35</b>	<b>96,34</b>
<b>полдник:</b>		39,46				
Пирожок с повидлом	100гр.		266,00	5,75	2,33	55,56
Кисель	200гр.		145,08	0,24	0,12	35,76
<b>Всего в полдник</b>	<b>300гр.</b>		<b>411,08</b>	<b>5,99</b>	<b>2,45</b>	<b>91,32</b>
<b>Всего за день</b>			<b>2024,63</b>	<b>59,47</b>	<b>56,18</b>	<b>291,37</b>

Зав. Производством

*[Handwritten signature]*

Утверждаю

Зам. директора ООО "Мега-сити"  
/Степкина О.Г./



Директор ГБОУ Школа № 17 г.о. Чувашск

## МЕНЮ

5 - 11 классы  
2 день 2 неделя

На 17 февраля 2026 г.



Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
<b>завтрак:</b>		95,46				
Масло сливочное	10гр.		65,72	0,10	7,20	0,13
Колбаса вареная	50гр.		84,00	6,78	6,27	
Макаронные изделия отварные	200гр.		224,60	7,36	6,02	35,26
Кондитерское изделие печенье	30гр.		114,00	1,44	6,78	13,56
Кофейный напиток с молоком	200гр.		113,00	2,94	1,99	20,92
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
<b>Всего в завтрак</b>	<b>560гр.</b>		<b>799,66</b>	<b>25,06</b>	<b>28,90</b>	<b>110,47</b>
<b>обед:</b>		133,65				
Салат из свеклы отварной	100гр.		92,80	1,41	6,01	8,26
Солянка со сметаной, с зеленью	250/10/3гр.		260,75	7,23	5,13	18,8
Тефтели из птицы с соусом	60/50гр.		134,00	7,16	9,93	4,05
Пюре из гороха с маслом	150гр.		285,00	13,64	6,86	35,03
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
<b>Всего в обед</b>	<b>883гр.</b>		<b>951,66</b>	<b>34,02</b>	<b>28,56</b>	<b>104,92</b>
<b>Всего за день</b>			<b>1751,32</b>	<b>59,08</b>	<b>57,46</b>	<b>215,39</b>

Зав. Производством

*[Handwritten signature]*

Утверждаю

Зам.директора ООО "Мега-сити С"

(Степкина О.Т.)



Согласовано

Директор ГБОУ Школа № 13 г.о. Чапаевск



### МЕНЮ

1 - 4 классы  
2 день 2 недели

На 17 февраля 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
<b>завтрак:</b>						
Масло сливочное	10гр.		65,72	0,10	7,20	0,13
Колбаса вареная	50гр.		84,00	6,78	6,27	
Макаронные изделия отварные	150гр.		201,90	5,10	7,50	28,50
Кондитерское изделие печенье	30гр.		114,00	1,44	6,78	13,56
Кофейный напиток с молоком	200гр.		113,00	2,94	1,99	20,92
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
<b>Всего в завтрак</b>	<b>510гр.</b>		<b>776,96</b>	<b>22,80</b>	<b>30,38</b>	<b>103,71</b>
<b>обед:</b>						
Салат из свеклы отварной	60гр.		55,68	0,85	3,61	4,95
Солянка со сметаной, с зеленью	200/10/3гр.		211,17	5,85	4,13	15,22
Тефтели из птицы с соусом	50/40гр.		109,63	5,85	8,12	3,31
Пюре из гороха с маслом	150гр.		285,00	13,64	6,86	35,03
Чай с сахаром	180гр.		36,00	0,44		8,52
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
<b>Всего в обед</b>	<b>753гр.</b>		<b>836,59</b>	<b>30,68</b>	<b>23,35</b>	<b>96,34</b>
<b>Всего за день</b>			<b>1613,55</b>	<b>53,48</b>	<b>53,73</b>	<b>200,05</b>
<b>Стоимость</b>		<b>196,97</b>				

Зав. Производством

*(Handwritten signature)*

Утверждаю

Зам.директора ООО "Мега-сити С"

(Степкина О.Т.)



Согласовано

Директор ГБОУ Школа № 13 г.о. Чапаевск



5 - 11 классы  
2 день 2 недели

На 17 февраля 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
<b>завтрак:</b>						
Масло сливочное	10гр.		65,72	0,10	7,20	0,13
Колбаса вареная	50гр.		84,00	6,78	6,27	
Макаронные изделия отварные	200гр.		224,60	7,36	6,02	35,26
Кондитерское изделие печенье	30гр.		114,00	1,44	6,78	13,56
Кофейный напиток с молоком	200гр.		113,00	2,94	1,99	20,92
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
<b>Всего в завтрак</b>	<b>560гр.</b>		<b>799,66</b>	<b>25,06</b>	<b>28,90</b>	<b>110,47</b>
<b>обед:</b>						
Салат из свеклы отварной	100гр.		92,80	1,41	6,01	8,26
Солянка со сметаной, с зеленью	250/10/3гр.		260,75	7,23	5,13	18,8
Тефтели из птицы с соусом	60/50гр.		134,00	7,16	9,93	4,05
Пюре из гороха с маслом	150гр.		285,00	13,64	6,86	35,03
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
<b>Всего в обед</b>	<b>883гр.</b>		<b>951,66</b>	<b>34,02</b>	<b>28,56</b>	<b>104,92</b>
<b>Всего за день</b>			<b>1751,32</b>	<b>59,08</b>	<b>57,46</b>	<b>215,39</b>
<b>Стоимость</b>		<b>229,11</b>				

Зав. Производством

*(Handwritten signature)*

Утверждаю

Зам.директора ООО "Мега-сити"  
/Степкина О.Г./



Согласовано

Директор ГБОУ Школа № 13 г.о.Челяевск



### МЕНЮ

1 - 4 классы

3 день 2 недели

На 18 февраля 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:		82,06				
Огурец натуральный соленый	40гр.		4,00	0,32	0,04	0,68
Филе птицы с овощами в соусе	37/50гр.		122,40	9,55	8,01	2,81
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150/7гр.		231,86	8,90	4,10	39,84
Чай с сахаром	180гр.		36,00	0,44		8,52
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
<b>Всего в завтрак</b>	<b>534гр.</b>		<b>592,60</b>	<b>25,65</b>	<b>12,79</b>	<b>92,45</b>
обед:		114,91				
Винегрет овощной	60гр.		82,72	0,97	3,72	5,34
Суп картоф. с крупой рисовой,с зелен.	200/3гр.		68,80	1,58	2,17	9,71
Котлета мясная с соусом	50/50гр.		312,00	8,38	10,02	9,15
Капуста тушеная	150гр.		258,24	4,35	12,00	33,21
Напиток из плодов шиповника	180гр.		79,20	0,36	0,24	15,48
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
<b>Всего в обед</b>	<b>753гр.</b>		<b>940,07</b>	<b>19,69</b>	<b>28,78</b>	<b>102,20</b>
полдник:		39,46				
Фрукт яблоко	50гр.		22,20	0,20	0,20	4,90
Курник	60гр.		137,00	6,00	5,21	16,59
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
<b>Всего в полдник</b>	<b>310гр.</b>		<b>199,20</b>	<b>6,73</b>	<b>5,41</b>	<b>30,96</b>
<b>Всего за день</b>			<b>1731,87</b>	<b>52,07</b>	<b>46,98</b>	<b>225,61</b>

Зав. Производством

*Степкина О.Г.*

Утверждаю

Зам.директора ООО "Мега-сити"  
/Степкина О.Г./



Согласовано

Директор ГБОУ Школа № 13 г.о.Челяевск



### МЕНЮ

5 - 11 классы

3 день 2 недели

На 18 февраля 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:		95,46				
Огурец натуральный соленый	40гр.		4,00	0,32	0,04	0,68
Филе птицы с овощами в соусе	37/50гр.		122,40	9,55	8,01	2,81
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150/7гр.		231,86	8,90	4,10	39,84
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
<b>Всего в завтрак</b>	<b>554гр.</b>		<b>596,60</b>	<b>25,74</b>	<b>12,79</b>	<b>93,40</b>
обед:		133,65				
Винегрет овощной	100гр.		97,88	1,62	6,20	8,90
Суп картоф. с крупой рисовой,с зелен.	250/3гр.		85,75	1,97	2,71	12,11
Котлета мясная с соусом	50/50гр.		312,00	8,38	10,02	9,15
Капуста тушеная	150гр.		258,24	4,35	12,00	33,21
Напиток из плодов шиповника	200гр.		88,00	0,40	0,27	17,20
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
<b>Всего в обед</b>	<b>863гр.</b>		<b>980,98</b>	<b>20,77</b>	<b>31,83</b>	<b>109,88</b>
<b>Всего за день</b>			<b>1577,58</b>	<b>46,51</b>	<b>44,62</b>	<b>203,28</b>

Зав. Производством

Калькулятор

*Степкина О.Г.*

Утверждаю

Зам.директора ООО "Мега-сити"  
/Степкина О.Г./



Согласовано

Директор ГБОУ Школа № 13 г.о. Чапаевск



### МЕНЮ

1 - 4 классы  
3 день 2 неделя

На 18 февраля 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:						
Огурец натуральный соленый	40гр.		4,00	0,32	0,04	0,68
Филе птицы с овощами в соусе	37/50гр.		122,40	9,55	8,01	2,81
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150/7гр.		231,86	8,90	4,10	39,84
Чай с сахаром	180гр.		36,00	0,44		8,52
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
<b>Всего в завтрак</b>	<b>534гр.</b>		<b>592,60</b>	<b>25,65</b>	<b>12,79</b>	<b>92,45</b>
обед:						
Винегрет овощной	60гр.		82,72	0,97	3,72	5,34
Суп картоф. с крупой рисовой, с зелен.	200/3гр.		68,80	1,58	2,17	9,71
Котлета мясная с соусом	50/50гр.		312,00	8,38	10,02	9,15
Капуста тушеная	150гр.		258,24	4,35	12,00	33,21
Напиток из плодов шиповника	180гр.		79,20	0,36	0,24	15,48
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
<b>Всего в обед</b>	<b>753гр.</b>		<b>940,07</b>	<b>19,69</b>	<b>28,78</b>	<b>102,20</b>
<b>Всего за день</b>			<b>1532,67</b>	<b>45,34</b>	<b>41,57</b>	<b>194,65</b>
Стоимость		196,97				

Зав. Производством

Калькулятор

Утверждаю

Зам.директора ООО "Мега-сити"  
/Степкина О.Г./



Согласовано

Директор ГБОУ Школа № 13 г.о. Чапаевск



### МЕНЮ

5 - 11 классы  
3 день 2 неделя

На 18 февраля 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
завтрак:						
Огурец натуральный соленый	40гр.		4,00	0,32	0,04	0,68
Филе птицы с овощами в соусе	37/50гр.		122,40	9,55	8,01	2,81
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150/7гр.		231,86	8,90	4,10	39,84
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
<b>Всего в завтрак</b>	<b>554гр.</b>		<b>596,60</b>	<b>25,74</b>	<b>12,79</b>	<b>93,40</b>
обед:						
Винегрет овощной	100гр.		97,88	1,62	6,20	8,90
Суп картоф. с крупой рисовой, с зелен.	250/3гр.		85,75	1,97	2,71	12,11
Котлета мясная с соусом	50/50гр.		312,00	8,38	10,02	9,15
Капуста тушеная	150гр.		258,24	4,35	12,00	33,21
Напиток из плодов шиповника	200гр.		88,00	0,40	0,27	17,20
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
<b>Всего в обед</b>	<b>863гр.</b>		<b>980,98</b>	<b>20,77</b>	<b>31,83</b>	<b>109,88</b>
<b>Всего за день</b>			<b>1577,58</b>	<b>46,51</b>	<b>44,62</b>	<b>203,28</b>
Стоимость		229,11				

Зав. Производством

Калькулятор

Утверждаю

Зам. директора ООО "Мега-сити С"

Степкина О.Г.



Согласовано

Директор ГБОУ Школа № 13 г.о. Чапаевск

Меняева Е.А.



# МЕНЮ

1 - 4 классы  
4 день 2 неделя

На 19 февраля 2026 г.



Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
<b>Завтрак:</b>		<b>82,06</b>				
Яйца вареные	45гр.	70,87	5,71	5,17	0,31	
Сыр порционнo	20гр.	71,66	4,64	5,90		
Каша вязкая молочная из риса и пшена	150/10гр.	189,80	2,59	12,03	17,77	
Какао с молоком	200гр.	125,11	3,78	0,67	26,00	
Батон	80гр.	226,68	7,36	0,74	46,40	
<b>Всего в завтрак</b>	<b>505гр.</b>	<b>684,12</b>	<b>24,08</b>	<b>24,51</b>	<b>90,48</b>	
<b>Обед:</b>		<b>114,91</b>				
Зеленый горошек консервированный	60гр.	24,12	1,86	0,12	3,90	
Суп картофель. с клецками, с зеленью	200/3гр.	115,74	2,85	3,68	15,08	
Бефстроганов из филе птицы	40/50гр.	149,62	10,91	13,32	1,80	
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150/7гр.	231,86	8,90	4,10	39,84	
Компот из свежих ягод	180гр.	104,94	0,46	0,16	22,35	
Хлеб пшеничный	30гр.	70,14	2,37	0,30	14,49	
Хлеб ржаной	30гр.	68,97	1,68	0,33	14,82	
<b>Всего в обед</b>	<b>750гр.</b>	<b>765,39</b>	<b>29,03</b>	<b>22,01</b>	<b>112,28</b>	
<b>полдник:</b>		<b>39,46</b>				
Плюшка Московская	100гр.	370,00	7,08	13,14	55,74	
Кисломолочный продукт кефир	200гр.	118,00	5,81	6,40	8,00	
<b>Всего в полдник</b>	<b>300гр.</b>	<b>488,00</b>	<b>12,89</b>	<b>19,54</b>	<b>63,74</b>	
<b>Всего за день</b>		<b>1937,51</b>	<b>66,00</b>	<b>66,06</b>	<b>266,50</b>	

Зав. Производством

Степкина О.Г.

Утверждаю

Зам. директора ООО "Мега-сити С"

Степкина О.Г.



Согласовано

Директор ГБОУ Школа № 13 г.о. Чапаевск

Меняева Е.А.



# МЕНЮ

5 - 11 классы  
4 день 2 неделя

На 19 февраля 2026 г.



Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
<b>Завтрак:</b>		<b>95,46</b>				
Яйца вареные	45гр.	70,87	5,71	5,17	0,31	
Сыр порционнo	20гр.	71,66	4,64	5,90		
Каша вязкая молочная из риса и пшена	200/10гр.	249,12	3,40	15,80	23,33	
Какао с молоком	200гр.	125,11	3,78	0,67	26,00	
Батон	80гр.	226,68	7,36	0,74	46,40	
<b>Всего в завтрак</b>	<b>555гр.</b>	<b>743,44</b>	<b>24,89</b>	<b>28,28</b>	<b>96,04</b>	
<b>Обед:</b>		<b>133,65</b>				
Зеленый горошек консервированный	100гр.	40,20	3,10	0,20	6,50	
Суп картофель. с клецками, с зеленью	250/3гр.	144,25	3,56	4,59	18,79	
Бефстроганов из филе птицы	50/50гр.	190,00	12,13	14,81	2,00	
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150/7гр.	231,86	8,90	4,10	39,84	
Компот из свежих ягод	200гр.	116,60	0,52	0,18	24,84	
Хлеб пшеничный	30гр.	70,14	2,37	0,30	14,49	
Хлеб ржаной	30гр.	68,97	1,68	0,33	14,82	
<b>Всего в обед</b>	<b>870гр.</b>	<b>862,02</b>	<b>32,26</b>	<b>24,51</b>	<b>121,28</b>	
<b>Всего за день</b>		<b>1605,46</b>	<b>57,15</b>	<b>52,79</b>	<b>217,32</b>	

Зав. Производством

Степкина О.Г.

Утверждаю

Зам.директора ООО "Мега-сити С"

/Степкина О.Г./



Согласовано

Директор ГБОУ Школа № 13 г.о.Чапaeвск

/Степанова Т.И./



## МЕНЮ

1 - 4 классы

4 день 2 неделя

На 19 февраля 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
<b>Завтрак:</b>						
Яйца вареные	45гр.		70,87	5,71	5,17	0,31
Сыр порционно	20гр.		71,66	4,64	5,90	
Каша вязкая молочная из риса и пшена	150/10гр.		189,80	2,59	12,03	17,77
Какао с молоком	200гр.		125,11	3,78	0,67	26,00
Батон	80гр.		226,68	7,36	0,74	46,40
<b>Всего в завтрак</b>	<b>505гр.</b>		<b>684,12</b>	<b>24,08</b>	<b>24,51</b>	<b>90,48</b>
<b>Обед:</b>						
Зеленый горошек консервированный	60гр.		24,12	1,86	0,12	3,90
Суп картофель. с клецками,с зеленью	200/3гр.		115,74	2,85	3,68	15,08
Бефстроганов из филе птицы	40/50гр.		149,62	10,91	13,32	1,80
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150/7гр.		231,86	8,90	4,10	39,84
Компот из свежих ягод	180гр.		104,94	0,46	0,16	22,35
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
<b>Всего в обед</b>	<b>750гр.</b>		<b>765,39</b>	<b>29,03</b>	<b>22,01</b>	<b>112,28</b>
<b>Всего за день</b>			<b>1449,51</b>	<b>53,11</b>	<b>46,52</b>	<b>202,76</b>
<b>Стоимость</b>		<b>196,97</b>				

Зав. Производством

Контроль

Утверждаю

Зам.директора ООО "Мега-сити С"

/Степкина О.Г./



Согласовано

Директор ГБОУ Школа № 13 г.о.Чапaeвск

/Степанова Т.И./



## МЕНЮ

5 - 11 классы

4 день 2 неделя

На 19 февраля 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
<b>Завтрак:</b>						
Яйца вареные	45гр.		70,87	5,71	5,17	0,31
Сыр порционно	20гр.		71,66	4,64	5,90	
Каша вязкая молочная из риса и пшена	200/10гр.		249,12	3,40	15,80	23,33
Какао с молоком	200гр.		125,11	3,78	0,67	26,00
Батон	80гр.		226,68	7,36	0,74	46,40
<b>Всего в завтрак</b>	<b>555гр.</b>		<b>743,44</b>	<b>24,89</b>	<b>28,28</b>	<b>96,04</b>
<b>Обед:</b>						
Зеленый горошек консервированный	100гр.		40,20	3,10	0,20	6,50
Суп картофель. с клецками,с зеленью	250/3гр.		144,25	3,56	4,59	18,79
Бефстроганов из филе птицы	50/50гр.		190,00	12,13	14,81	2,00
Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150/7гр.		231,86	8,90	4,10	39,84
Компот из свежих ягод	200гр.		116,60	0,52	0,18	24,84
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
<b>Всего в обед</b>	<b>870гр.</b>		<b>862,02</b>	<b>32,26</b>	<b>24,51</b>	<b>121,28</b>
<b>Всего за день</b>			<b>1605,46</b>	<b>57,15</b>	<b>52,79</b>	<b>217,32</b>
<b>Стоимость</b>		<b>229,11</b>				

Зав. Производством

Контроль

Утверждаю

Зам.директора ООО "Мега-сити С" *Для документов*  
/Степкина О.Г./



Согласовано

Директор ГБОУ Школа № 13 г.о. Чапаевск  
*Степанова О.В.*

## МЕНЮ

1 - 4 классы  
5 день 2 неделя

На 20 февраля 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
<b>Завтрак:</b>		<b>82,06</b>				
Икра кабачковая порционно	50гр.		34,63	0,51	2,43	2,70
Плов из птицы	37,5/150гр.		338,75	15,88	9,81	33,50
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
<b>Всего в завтрак</b>	<b>507,5гр.</b>		<b>611,72</b>	<b>23,36</b>	<b>12,88</b>	<b>86,27</b>
<b>Обед:</b>		<b>114,91</b>				
Салат из белокачанной капусты с морковью	60гр.		56,47	0,79	3,64	5,11
Суп картофель. с макаронными издел.,с зелен.	200/3гр.		128,90	2,15	2,27	14
Котлета из минтая с соусом красным	50/40гр.		90,81	5,33	4,4	7,38
Пюре картофельное	150гр.		213,73	3,08	2,33	19,13
Компот из кураги	180гр.		103,32	1,17	0,07	40,21
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
<b>Всего в обед</b>	<b>743гр.</b>		<b>732,34</b>	<b>16,57</b>	<b>13,34</b>	<b>115,14</b>
<b>полдник:</b>		<b>39,46</b>				
Булочка Выборгская	100гр.		320,00	6,60	14,36	41,13
Сок разливной	200гр.		86,60	1,00	0,20	20,20
<b>Всего в полдник</b>	<b>300гр.</b>		<b>406,60</b>	<b>7,60</b>	<b>14,56</b>	<b>61,33</b>
<b>Всего за день</b>			<b>1750,66</b>	<b>47,53</b>	<b>40,78</b>	<b>262,74</b>

Зав. Производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_

Утверждаю

Зам.директора ООО "Мега-сити С" *Для документов*  
/Степкина О.Г./



Согласовано

Директор ГБОУ Школа № 13 г.о. Чапаевск  
*Степанова О.В.*

## МЕНЮ

5 - 11 классы  
5 день 2 неделя

На 20 февраля 2026 г.

Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
<b>Завтрак:</b>		<b>95,46</b>				
Икра кабачковая порционно	50гр.		34,63	0,51	2,43	2,70
Плов из птицы	200/50гр.		451,67	21,18	13,08	44,67
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
<b>Всего в завтрак</b>	<b>570гр.</b>		<b>724,64</b>	<b>28,66</b>	<b>16,15</b>	<b>97,44</b>
<b>Обед:</b>		<b>133,65</b>				
Салат из белокачанной капусты с морковью	100гр.		94,12	1,33	6,08	8,52
Суп картофель. с макаронными издел.,с зелен.	250/3гр.		128,25	2,69	2,84	17,46
Котлета из минтая с соусом красным	60/50гр.		111,00	6,52	5,38	9,03
Пюре картофельное	150гр.		213,73	3,08	2,33	19,13
Компот из кураги	200гр.		114,80	1,3	0,08	44,68
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
<b>Всего в обед</b>	<b>873гр.</b>		<b>801,01</b>	<b>18,97</b>	<b>17,34</b>	<b>128,13</b>
<b>Всего за день</b>			<b>1525,65</b>	<b>47,63</b>	<b>33,49</b>	<b>225,57</b>

Зав. Производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_

Утверждаю

Зам.директора ООО "Мега-сити С"  
/Степкина О.Г./



Согласовано

Директор ГБОУ Школа № 13 г.о. Чапаевск

*Меняева*



# МЕНЮ

5 день 2 неделя

На 20 февраля 2026 г.



Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
<b>Завтрак:</b>						
Икра кабачковая порционно	50гр.		34,63	0,51	2,43	2,70
Плов из птицы	37,5/150гр.		338,75	15,88	9,81	33,50
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
<b>Всего в завтрак</b>	<b>507,5гр.</b>		<b>611,72</b>	<b>23,36</b>	<b>12,88</b>	<b>86,27</b>
<b>Обед:</b>						
Салат из белокачанной капусты с морковью	60гр.		56,47	0,79	3,64	5,11
Суп картофель. с макаронными издел.,с зелен.	200/3гр.		128,90	2,15	2,27	14
Котлета из минтая с соусом красным	50/40гр.		90,81	5,33	4,4	7,38
Пюре картофельное	150гр.		213,73	3,08	2,33	19,13
Компот из кураги	180гр.		103,32	1,17	0,07	40,21
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
<b>Всего в обед</b>	<b>743гр.</b>		<b>732,34</b>	<b>16,57</b>	<b>13,34</b>	<b>115,14</b>
<b>Всего за день</b>			<b>1344,06</b>	<b>39,93</b>	<b>26,22</b>	<b>201,41</b>
Стоимость		196,97				

Зав. Производством

Калькулятор

Утверждаю

Зам.директора ООО "Мега-сити С"  
/Степкина О.Г./



Согласовано

Директор ГБОУ Школа № 13 г.о. Чапаевск

*Меняева*



# МЕНЮ

5 день 2 неделя

На 20 февраля 2026 г.



Наименование блюд	Выход	Стоимость	Ккал	Б(г)	Ж(г)	У(г)
<b>Завтрак:</b>						
Икра кабачковая порционно	50гр.		34,63	0,51	2,43	2,70
Плов из птицы	200/50гр.		451,67	21,18	13,08	44,67
Чай с сахаром	200гр.		40,00	0,53		9,47
Батон	70гр.		198,34	6,44	0,64	40,60
<b>Всего в завтрак</b>	<b>570гр.</b>		<b>724,64</b>	<b>28,66</b>	<b>16,15</b>	<b>97,44</b>
<b>Обед:</b>						
Салат из белокачанной капусты с морковью	100гр.		94,12	1,33	6,08	8,52
Суп картофель. с макаронными издел.,с зелен.	250/3гр.		128,25	2,69	2,84	17,46
Котлета из минтая с соусом красным	60/50гр.		111,00	6,52	5,38	9,03
Пюре картофельное	150гр.		213,73	3,08	2,33	19,13
Компот из кураги	200гр.		114,80	1,3	0,08	44,68
Хлеб пшеничный	30гр.		70,14	2,37	0,30	14,49
Хлеб ржаной	30гр.		68,97	1,68	0,33	14,82
<b>Всего в обед</b>	<b>873гр.</b>		<b>801,01</b>	<b>18,97</b>	<b>17,34</b>	<b>128,13</b>
<b>Всего за день</b>			<b>1525,65</b>	<b>47,63</b>	<b>33,49</b>	<b>225,57</b>
Стоимость		229,11				

Зав. Производством

Калькулятор