

Утверждаю:  
Директор ООО «МЕГА-ТОРГ»

/Нейжмак А.А./

Согласовано:  
Директор МБОУ НСОШ №30

/Дозовая О.Н./

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Николаевская средняя общеобразовательная школа №30

**МЕНЮ**

на «\_\_» \_\_\_\_\_ 2026г.

Название блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Цена
<b>Горячий завтрак для обучающихся 1-4 классов, с 7 до 10 лет - 89,72 руб.</b>			
Каша вязкая молочная манная	200	215,55	34,82
Яйцо вареное	40	56,6	18,5
Чай с сахаром	200	26,8	3,5
Масло сливочное порциями	7	46,27	11,5
Сыр Российский в нарезке	15	53,8	18,0
Хлеб пшеничный йодированный	40	107,6	3,4
<b>Итого</b>	<b>502</b>	<b>506,62</b>	<b>89,72</b>
<b>Горячий завтрак для обучающихся 5-11 классов, с 10 до 11 лет, с 12 лет и старше - 90,0 руб.</b>			
Каша вязкая молочная манная	250	269,44	43,5
Яйцо вареное	40	56,6	18,5
Чай с сахаром	200	26,8	3,5
Сыр Российский в нарезке	15	53,8	18,0
Хлеб пшеничный йодированный	40	107,6	3,4
Хлеб ржано-пшеничный	30	56,1	3,1
<b>Итого</b>	<b>575</b>	<b>570,34</b>	<b>90,0</b>
<b>Горячий завтрак для обучающихся 5-11 классов, с 10 до 11 лет, с 12 лет и старше с ограниченными возможностями здоровья - 90,0 руб.</b>			
Каша вязкая молочная манная	250	269,44	43,5
Яйцо вареное	40	56,6	18,5
Чай с сахаром	200	26,8	3,5
Сыр Российский в нарезке	15	53,8	18,0
Хлеб пшеничный йодированный	40	107,6	3,4
Хлеб ржано-пшеничный	30	56,1	3,1
<b>Итого</b>	<b>575</b>	<b>570,34</b>	<b>90,0</b>
<b>Горячий обед для обучающихся 1-11 классов, с 7 до 10 лет, с 10 до 11 лет, с 12 лет и старше - 97,0 руб.</b>			
Щи из свежей капусты с картофелем	250	122,25	20,5
Плов	150	357,41	66,5
Компот из смеси сухофруктов	200	81,0	4,5
Хлеб пшеничный йодированный	40	107,6	3,4
Хлеб ржано-пшеничный	20	37,4	2,1
<b>Итого</b>	<b>660</b>	<b>705,66</b>	<b>97,0</b>
<b>Горячий обед для обучающихся 1-4 классов, с 7 до 10 лет с ограниченными возможностями здоровья - 93,0 руб.</b>			
Свекла отварная дольками	40	16,8	7,6
Щи из свежей капусты с картофелем	200	162,18	18,18
Плов	150	357,4	60,92
Компот из смеси сухофруктов	180	87,91	3,8
Хлеб пшеничный йодированный	30	80,7	2,5
<b>Итого</b>	<b>600</b>	<b>705</b>	<b>93,0</b>
<b>Горячий обед для обучающихся 5-11 классов, с 10 до 11 лет, с 12 лет и старше с ограниченными возможностями здоровья - 93,0 руб.</b>			
Свекла отварная дольками	40	16,8	7,6
Щи из свежей капусты с картофелем	200	162,18	18,18
Плов	150	357,4	60,92
Компот из смеси сухофруктов	180	87,91	3,8
Хлеб пшеничный йодированный	30	80,7	2,5
<b>Итого</b>	<b>600</b>	<b>705</b>	<b>93,0</b>



Утверждаю:  
Директор ООО «МЕГА-ТОРГ»

/Нейжмак А.А./

Согласовано:  
Директор МБОУ НСОШ №30

/Дозовая О.Н./

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Николаевская средняя общеобразовательная школа №30

**МЕНЮ**

на «\_\_» \_\_\_\_\_ 2026г.

№	Название блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Цена
<b>Горячий завтрак для обучающихся 1-4 классов, с 7 до 10 лет - 89,72 руб.</b>				
	Огурцы консервированные без уксуса	60	7,2	15,8
	Гуляш из мяса птицы	120	142,88	45,9
	Каша пшенная рассыпчатая	150	225,8	17,5
	Кофейный напиток	200	53,38	5,0
	Хлеб пшеничный йодированный	40	107,6	3,4
	Хлеб ржано-пшеничный	20	37,4	2,1
	<b>Итого</b>	<b>590</b>	<b>574,26</b>	<b>89,72</b>
<b>Горячий завтрак для обучающихся 5-11 классов, с 10 до 11 лет, с 12 лет и старше - 90,0 руб.</b>				
	Огурцы консервированные без уксуса	60	7,2	15,9
	Гуляш из мяса птицы	120	142,88	45,9
	Каша пшенная рассыпчатая	180	270,96	19,8
	Кофейный напиток	200	53,38	5,0
	Хлеб пшеничный йодированный	40	107,6	3,4
	<b>Итого</b>	<b>600</b>	<b>582,02</b>	<b>90,0</b>
<b>Горячий завтрак для обучающихся 5-11 классов, с 10 до 11 лет, с 12 лет и старше с ограниченными возможностями здоровья - 90,0 руб.</b>				
	Огурцы консервированные без уксуса	60	7,2	15,9
	Гуляш из мяса птицы	120	142,88	45,9
	Каша пшенная рассыпчатая	180	270,96	19,8
	Кофейный напиток	200	53,38	5,0
	Хлеб пшеничный йодированный	40	107,6	3,4
	<b>Итого</b>	<b>600</b>	<b>582,02</b>	<b>90,0</b>
<b>Горячий обед для обучающихся 1-11 классов, с 7 до 10 лет, с 10 до 11 лет, с 12 лет и старше - 97,0 руб.</b>				
	Суп гороховый	250	257,93	18,8
	Жаркое по-домашнему из курицы	150	260,78	64,7
	Компот из свежих яблок	200	41,5	8,0
	Хлеб пшеничный йодированный	40	107,6	3,4
	Хлеб ржано-пшеничный	20	37,4	2,1
	<b>Итого</b>	<b>660</b>	<b>705,21</b>	<b>97,0</b>
<b>Горячий обед для обучающихся 1-4 классов, с 7 до 10 лет с ограниченными возможностями здоровья - 93,0 руб.</b>				
	Суп гороховый	200	259,48	15,5
	Жаркое по-домашнему из курицы	150	295,62	64,7
	Компот из свежих яблок	200	41,5	8,0
	Хлеб пшеничный йодированный	30	71	2,7
	Хлеб ржано-пшеничный	20	37,4	2,1
	<b>Итого</b>	<b>600</b>	<b>705</b>	<b>93,0</b>
<b>Горячий обед для обучающихся 5-11 классов, с 10 до 11 лет, с 12 лет и старше с ограниченными возможностями здоровья - 93,0 руб.</b>				
	Суп гороховый	200	259,48	15,5
	Жаркое по-домашнему из курицы	150	295,62	64,7
	Компот из свежих яблок	200	41,5	8,0
	Хлеб пшеничный йодированный	30	71	2,7
	Хлеб ржано-пшеничный	20	37,4	2,1
	<b>Итого</b>	<b>600</b>	<b>705</b>	<b>93,0</b>



Утверждаю:  
Директор ООО «МЕГА-ТОРГ»

/Нейжмак А.А./

Согласовано:  
Директор МБОУ НСОШ №30

/Дозовая О.Н./

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Николаевская средняя общеобразовательная школа №30

**МЕНЮ**

на «\_\_» \_\_\_\_\_ 2026г.

№	Название блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Цена
<b>Горячий завтрак для обучающихся 1-4 классов, с 7 до 10 лет - 89,72 руб.</b>				
	Рыба тушеная в томате с овощами	90	157,43	41,2
	Картофельное пюре	170	182,99	41,62
	Чай с сахаром	200	26,8	3,5
	Хлеб пшеничный йодированный	40	107,6	3,4
	<b>Итого</b>	<b>500</b>	<b>474,82</b>	<b>89,72</b>
<b>Горячий завтрак для обучающихся 5-11 классов, с 10 до 11 лет, с 12 лет и старше - 90,0 руб.</b>				
	Рыба тушеная в томате с овощами	90	178,43	41,2
	Картофельное пюре	190	222,57	40,7
	Чай с сахаром	200	26,8	3,5
	Хлеб пшеничный йодированный	30	80,7	2,5
	Хлеб ржано-пшеничный	20	37,4	2,1
	<b>Итого</b>	<b>530</b>	<b>545,9</b>	<b>90,0</b>
<b>Горячий завтрак для обучающихся 5-11 классов, с 10 до 11 лет, с 12 лет и старше с ограниченными возможностями здоровья - 90,0 руб.</b>				
	Рыба тушеная в томате с овощами	90	178,43	41,2
	Картофельное пюре	190	222,57	40,7
	Чай с сахаром	200	26,8	3,5
	Хлеб пшеничный йодированный	30	80,7	2,5
	Хлеб ржано-пшеничный	20	37,4	2,1
	<b>Итого</b>	<b>530</b>	<b>545,9</b>	<b>90,0</b>
<b>Горячий обед для обучающихся 1-11 классов, с 7 до 10 лет, с 10 до 11 лет, с 12 лет и старше - 97,0 руб.</b>				
	Рассольник Ленинградский	200	116,06	19,4
	Биточки рубленые куриные	100	157,97	45,5
	Макароны отварные	150	196,8	16,6
	Компот из плодов свежих (лимон)	200	92,54	10,0
	Хлеб пшеничный йодированный	40	107,6	3,4
	Хлеб ржано-пшеничный	20	37,4	2,1
	<b>Итого</b>	<b>710</b>	<b>708,37</b>	<b>97,0</b>
<b>Горячий обед для обучающихся 1-4 классов, с 7 до 10 лет с ограниченными возможностями здоровья - 93,0 руб.</b>				
	Рассольник Ленинградский	200	116,06	19,86
	Биточки рубленые куриные	100	237,85	45,5
	Макароны отварные	150	196,8	16,6
	Компот из плодов свежих (лимон)	180	83,29	8,3
	Хлеб пшеничный йодированный	30	71	2,7
	<b>Итого</b>	<b>660</b>	<b>705</b>	<b>93,0</b>
<b>Горячий обед для обучающихся 5-11 классов, с 10 до 11 лет, с 12 лет и старше с ограниченными возможностями здоровья - 93,0 руб.</b>				
	Рассольник Ленинградский	200	116,06	19,86
	Биточки рубленые куриные	100	237,85	45,5
	Макароны отварные	150	196,8	16,6
	Компот из плодов свежих (лимон)	180	83,29	8,3
	Хлеб пшеничный йодированный	30	71	2,7
	<b>Итого</b>	<b>660</b>	<b>705</b>	<b>93,0</b>



Утверждаю:  
Директор ООО «МЕГА-ТОРГ»

/Нейжмак А.А./

Согласовано:  
Директор МБОУ НСОШ №30  
/Лозовая О.Н./

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Николаевская средняя общеобразовательная школа №30

МЕНЮ

на «\_\_» \_\_\_\_\_ 2026г.

№	Название блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Цена
<b>Горячий завтрак для обучающихся 1-4 классов, с 7 до 10 лет - 89,72 руб.</b>				
	Курица тушеная с морковью	90	113,76	50,1
	Макароны отварные	150	156,8	16,6
	Чай с лимоном и с сахаром	200	27,9	4,9
	Хлеб пшеничный йодированный	40	107,6	3,4
	Кондитерское изделие	40	176,0	14,72
	<b>Итого</b>	<b>520</b>	<b>582,06</b>	<b>89,72</b>
<b>Горячий завтрак для обучающихся 5-11 классов, с 10 до 11 лет, с 12 лет и старше - 90,0 руб.</b>				
	Курица тушеная с морковью	100	126,4	54,77
	Макароны отварные	180	236,16	19,65
	Чай с лимоном и с сахаром	200	27,9	4,9
	Хлеб пшеничный йодированный	40	107,6	3,4
	Кондитерское изделие	20	98,0	7,28
	<b>Итого</b>	<b>540</b>	<b>596,06</b>	<b>90,0</b>
<b>Горячий завтрак для обучающихся 5-11 классов, с 10 до 11 лет, с 12 лет и старше с ограниченными возможностями здоровья - 90,0 руб.</b>				
	Курица тушеная с морковью	100	126,4	54,77
	Макароны отварные	180	236,16	19,65
	Чай с лимоном и с сахаром	200	27,9	4,9
	Хлеб пшеничный йодированный	40	107,6	3,4
	Кондитерское изделие	20	98,0	7,28
	<b>Итого</b>	<b>540</b>	<b>596,06</b>	<b>90,0</b>
<b>Горячий обед для обучающихся 1-11 классов, с 7 до 10 лет, с 10 до 11 лет, с 12 лет и старше - 97,0 руб.</b>				
	Суп картофельный с крупой пшенной	200	88,35	16,5
	Голубцы ленивые с соусом	110	251,5	35,2
	Картофельное пюре	150	155,4	32,0
	Напиток из плодов шиповника	200	65,3	7,8
	Хлеб пшеничный йодированный	40	107,6	3,4
	Хлеб ржано-пшеничный	20	37,4	2,1
	<b>Итого</b>	<b>720</b>	<b>705,55</b>	<b>97,0</b>
<b>Горячий обед для обучающихся 1-4 классов, с 7 до 10 лет с ограниченными возможностями здоровья - 93,0 руб.</b>				
	Суп картофельный с крупой пшенной	200	88,35	16,5
	Голубцы ленивые с соусом	110	251,5	35,2
	Картофельное пюре	150	236,34	32,0
	Напиток из плодов шиповника	180	73,49	6,6
	Хлеб пшеничный йодированный	30	71	2,7
	<b>Итого</b>	<b>670</b>	<b>720,68</b>	<b>93,0</b>
<b>Горячий обед для обучающихся 5-11 классов, с 10 до 11 лет, с 12 лет и старше с ограниченными возможностями здоровья - 93,0 руб.</b>				
	Суп картофельный с крупой пшенной	200	88,35	16,5
	Голубцы ленивые с соусом	110	251,5	35,2
	Картофельное пюре	150	236,34	32,0
	Напиток из плодов шиповника	180	73,49	6,6
	Хлеб пшеничный йодированный	30	71	2,7
	<b>Итого</b>	<b>670</b>	<b>720,68</b>	<b>93,0</b>



Утверждаю:  
Директор ООО «МЕГА-ТОРГ»



(Нейжмак А.А./



Согласовано:  
Директор МБОУ НСОШ №30

(Лозовая О.Н./

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Николаевская средняя общеобразовательная школа №30

**МЕНЮ**

на «\_\_» \_\_\_\_\_ 2026г.

№	Название блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Цена
<b>Горячий завтрак для обучающихся 1-4 классов, с 7 до 10 лет - 89,72 руб.</b>				
	Запеканка из творога	90	230,6	54,32
	Соус молочный (сладкий)	60	89,6	13,9
	Чай с сахаром	200	26,8	3,5
	Хлеб пшеничный йодированный	30	80,7	2,5
	Яблоко свежее	100	47,0	15,5
	<b>Итого</b>	<b>480</b>	<b>474,74</b>	<b>89,72</b>
<b>Горячий завтрак для обучающихся 5-11 классов, с 10 до 11 лет, с 12 лет и старше - 90,0 руб.</b>				
	Суп молочный с гречневой крупой	200	194,92	29,9
	Запеканка из творога	100	205,56	52
	Чай с сахаром	200	26,8	3,5
	Хлеб пшеничный йодированный	30	80,7	2,5
	Хлеб ржано-пшеничный	20	37,4	2,1
	<b>Итого</b>	<b>550</b>	<b>545,38</b>	<b>90,0</b>
<b>Горячий завтрак для обучающихся 5-11 классов, с 10 до 11 лет, с 12 лет и старше с ограниченными возможностями здоровья - 90,0 руб.</b>				
	Суп молочный с гречневой крупой	200	194,92	29,9
	Запеканка из творога	100	205,56	52
	Чай с сахаром	200	26,8	3,5
	Хлеб пшеничный йодированный	30	80,7	2,5
	Хлеб ржано-пшеничный	20	37,4	2,1
	<b>Итого</b>	<b>550</b>	<b>545,38</b>	<b>90,0</b>
<b>Горячий обед для обучающихся 1-11 классов, с 7 до 10 лет, с 10 до 11 лет, с 12 лет и старше - 97,0 руб.</b>				
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	94,24	23,95
	Котлета Московская	110	262,76	51,0
	Каша пшеничная вязкая	150	162,0	8,55
	Компот из свежих яблок	200	41,5	8,0
	Хлеб пшеничный йодированный	40	107,6	3,4
	Хлеб ржано-пшеничный	20	37,4	2,1
	<b>Итого</b>	<b>720</b>	<b>705,5</b>	<b>97,0</b>
<b>Горячий обед для обучающихся 1-4 классов, с 7 до 10 лет с ограниченными возможностями здоровья - 93,0 руб.</b>				
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	130,34	20,65
	Котлета Московская	110	262,76	51,0
	Каша пшеничная вязкая	150	162,0	8,55
	Компот из свежих яблок	200	41,5	8,0
	Хлеб пшеничный йодированный	30	71	2,7
	Хлеб ржано-пшеничный	20	37,4	2,1
	<b>Итого</b>	<b>710</b>	<b>705</b>	<b>93,0</b>
<b>Горячий обед для обучающихся 5-11 классов, с 10 до 11 лет, с 12 лет и старше с ограниченными возможностями здоровья - 93,0 руб.</b>				
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	130,34	20,65
	Котлета Московская	110	262,76	51,0
	Каша пшеничная вязкая	150	162,0	8,55
	Компот из свежих яблок	200	41,5	8,0
	Хлеб пшеничный йодированный	30	71	2,7
	Хлеб ржано-пшеничный	20	37,4	2,1
	<b>Итого</b>	<b>710</b>	<b>705</b>	<b>93,0</b>