



2 ВАРИАНТ
Комплекс «Молочный»
для обучающихся 5-11 классов
Ноябрь- февраль 2025-2026 г.
для ОУ № 5,10,12,14,15,23,24,26,32,35,36,36ф,37,
39,40,41,48,49,50,50ф,52,55,56,58,68,74,82,90,90ф,91,92,93,95,96,97,97ф

I НЕДЕЛЯ		Пищевая/энергетическая ценность Б/Ж/У/ Эн.цен.(ккал)		II НЕДЕЛЯ		Пищевая/энергетическая ценность Б/Ж/У/ Эн.цен.(ккал)
ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.			ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.	
Каша кукурузная молочная с маслом	200/5	7,32/7,29/34,18/230,69		Кондитерское изделие	38	1,71/9,12/25,46/193,8
Блинчики с маслом	116/5	5,6/6,79/34,48/230,37		Каша пшеничная молочная с тыквой и маслом	200/5	7,21/6,47/34,77/225,07
Батон пшеничный	20	1,5/0,58/9,96/52,4		Батон пшеничный	20	1,5/0,58/9,96/52,4
Чай с сахаром и лимоном	200	0,04/0,7,4/30,26		Чай с сахаром	200	0/0/7,27/28,73
ВТОРНИК				ВТОРНИК		
Фрукты в ассортименте	100	0,8/0,2/7,5/38		Горячий бутерброд на батоне	60	9,89/9,77/16,03/193,16
Запеканка из творога с маком и курагой NEW	150	15,28/8,92/41,24/307,54		Суп молочный рисовый	200	6,72/5,77/23,89/174,49
Батон пшеничный	20	1,5/0,58/9,96/52,4		Сок фруктовый	200	1/0,2/20,2/92
Чай с сахаром	200	0/0/7,27/28,73				
СРЕДА				СРЕДА		
Лепешка «Сырная»	50	6,6/6,4/21,58/165,85		Булочка «Новомайская»	50	8/12,4/57,5/373,4
Суп молочный с вермишелью	200	6,68/5,25/22,75/165,57		Запеканка из творога со сгущенным молоком	150	24,27/11,7/29,14/321,06
Батон пшеничный	20	1,5/0,58/9,96/52,4		Батон пшеничный	20	1,5/0,58/9,96/52,4
Напиток плодово-ягодный	200	0/0/14,16/55,48		Кисель витаминизированный плодово-ягодный	200	0/0/20,2/81,4
ЧЕТВЕРГ				ЧЕТВЕРГ		
Сыр сливочный в индивидуальной упаковке	17	2,48/3,96/0,68/48,11		Фрукты в ассортименте	150	0,6/0,6/14,7/70,5
Омлет натуральный	150	15,59/16,45/2,79/222,3		Омлет натуральный	150	15,59/16,45/2,79/222,3
Батон пшеничный	20	1,5/0,58/9,96/52,4		Батон пшеничный	20	1,5/0,58/9,96/52,4
Чай сиропом малины NEW	200	0/0/16,38/64,8		Горячий шоколад	200	3,28/2,56/11,8/83,44
ПЯТНИЦА				ПЯТНИЦА		
Булочка «Лакомка»	50	4,9/7,2/33,95/220,5		Сдоба «Классика»	50	4,52/6,01/31,11/196,85
Каша овсяная молочная с маслом	200/5	8,2/8,73/29,68/230,33		Каша кукурузная молочная с маслом	200/5	7,32/7,29/34,18/230,69
Батон пшеничный	20	1,5/0,58/9,96/52,4		Батон пшеничный	20	1,5/0,58/9,96/52,4
Отвар из шиповника	200	0,64/0,25/16,06/79,85		Чай с сиропом черники NEW	200	0/0/16,38/64,8



2 ВАРИАНТ
Комплекс «Молочный»
для обучающихся 5-11 классов
Ноябрь- февраль 2025-2026 г.
для ОУ № 5,10,12,14,15,23,24,26,32,35,36,36ф,37,
39,40,41,48,49,50,50ф,52,55,56,58,68,74,82,90,90ф,91,92,93,95,96,97,97ф

III НЕДЕЛЯ		Пищевая/энергетическая ценность Б/Ж/У/ Эн.цен.(ккал)		IV НЕДЕЛЯ		Пищевая/энергетическая ценность Б/Ж/У/ Эн.цен.(ккал)
ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход , гр.			ПОНЕДЕЛЬНИК	Выход, гр.	
Блинчики с маслом	116/5	5,6/6,79/34,48/230,37		Каша овсяная молочная с маслом	200/5	8,2/8,73/29,68/230,33
Каша рисовая молочная с маслом	205	6,32/7,15/31,68/216,02		Оладьи с тыквой со сгущенным молоком	60/10	3,01/5,1/21,49/143,54
Батон пшеничный	20	1,5/0,58/9,96/52,4		Батон пшеничный	20	1,5/0,58/9,96/52,4
Чай с сахаром	200	0/0/7,27/28,73		Чай с сахаром	200	0/0/7,27/28,73
ВТОРНИК				ВТОРНИК		
Сыр сливочный в индивидуальной упаковке	17	2,48/3,96/0,68/48,11		Кондитерское изделие	38	1,71/9,12/25,46/193,8
Запеканка из творога со сгущенным молоком	150	24,27/11,7/29,14/321,06		Омлет с сыром	150	18,85/20,22/3,72/360,42
Батон пшеничный	20	1,5/0,58/9,96/52,4		Батон пшеничный	20	1,5/0,58/9,96/52,4
Чай с сахаром и лимоном	200	0,04/0,7,4/30,26		Кисель витаминизированный	200	0/0/20,2/81,4
СРЕДА				СРЕДА		
Булочка «Лакомка»	50	4,9/7,2/33,95/220,5		Корж молочный	75	5,02/10,43/49,87/314,18
Суп молочный с вермишелью	200	6,68/5,25/22,75/165,57		Суп молочный рисовый	200	6,75/5,77/23,89/174,49
Батон пшеничный	20	1,5/0,58/9,96/52,4		Батон пшеничный	20	1,5/0,58/9,96/52,4
Напиток плодово-ягодный	200	0/0/14,16/55,48		Сок фруктовый	200	1/0,2/20,2/92
ЧЕТВЕРГ				ЧЕТВЕРГ		
Фрукты в ассортименте	150	0,6/0,6/14,7/70,5		Фрукты в ассортименте	150	0,6/0,6/14,7/70,5
Омлет натуральный	150	15,59/16,45/2,79/222,3		Пудинг с сиропом из ягод NEW	150	17,91/10,47/30,78/289,36
Батон пшеничный	20	1,5/0,58/9,96/52,4		Батон пшеничный	20	1,5/0,58/9,96/52,4
Чай с сиропом брусники NEW	200	0/0/16,38/64,8		Чай с сахаром и лимоном	200	0,04/0,7,4/30,26
ПЯТНИЦА				ПЯТНИЦА		
Булочка «Новомайская»	50	8/12,4/57,5/373,4		Булочка «Лакомка»	50	4,9/7,2/33,95/220,5
Каша овсяная молочная с маслом	200/5	8,2/8,73/29,68/230,33		Каша манная молочная с маслом	200/5	7,02/7,44/25/197,55
Батон пшеничный	20	1,5/0,58/9,96/52,4		Батон пшеничный	20	1,5/0,58/9,96/2,4
Отвар из шиповника	200	0,64/0,25/16,06/79,85		Чай с сиропом клюквы NEW	200	0/0/16,38/64,8