

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МАОУ СОШ № 3 г. Горнозаводска

Дёмина Н.И./



"УТВЕРЖДАЮ"

ИП Напобедимова Н.Л.

Руководитель Напобедимова Н.Л.



23.03.2026

ДЕТИ ВОЗРАСТ 1-3 ГОДА

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>Завтрак</u>						
КАША ЯЧНЕВАЯ (180)	180	255/2013	3,36	9,75	7,39	130,72
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (10)	10	478/2013	0,10	7,25	0,14	66,21
ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	493/2013	0,00	0,00	13,54	54,14
<u>Обед</u>						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (150)	150/5	142/2013	1,23	3,87	5,63	62,27
КНЕЛИ ИЗ КУР С РИСОМ (60)	60	411/2013	0,42	1,76	4,65	36,11
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (110).	110	291/2013	4,16	4,08	26,43	159,08
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60
ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	493/2013	0,00	0,00	13,54	54,14
<u>Полдник</u>						
ПЕЧЕНЬЕ 30	30	590/2013	2,25	2,94	22,32	124,74
ЧАЙ-КАРКАДЕ 180	180	456/2018	0,00	0,00	13,48	53,94
<u>Ужин</u>						
ПУДИНГ РИСОВЫЙ	200	283/2013	7,68	11,55	43,94	310,41
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА 180	180	519/2013	0,61	0,25	22,17	93,38
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (40)	40	108/2013	2,76	2,00	19,04	105,20

Зав. производством

Чисов

Калькулятор

Чисов

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МАОУ "СОШ № 3" г. Горнозаводска

Идемина Н.И.

Идемина Н.И./

М.П.



"УТВЕРЖДАЮ"

ИП Непобедимова Н.Л.

Руководитель Непобедимова Н.Л.



24.03.2026

ДЕТИ ВОЗРАСТ 1-3 ГОДА

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>Завтрак</u>						
КАША "ДРУЖБА" (ПШЕНО, РИС, С/М) 150	150	260/2013	4,04	8,13	22,22	178,24
ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	180/7	494/2013	0,06	0,01	13,73	55,19
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60
<u>Обед</u>						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (150Г)	150/5	128/2013	1,17	3,86	7,62	69,87
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 110	110	429/2013	2,38	4,52	15,91	113,84
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (МИНТАЙ Б/Г) 60	60	345/2013	1,50	2,13	5,86	48,56
ЧАЙ-КАРКАДЕ 180	180	456/2018	0,00	0,00	13,48	53,94
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60
<u>Полдник</u>						
ВАФЛИ 40	40	588/2013	1,12	1,32	30,92	140,04
ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	493/2013	0,00	0,00	13,54	54,14
<u>Ужин</u>						
Салат картофельный с зеленым горошком	100	301/2013	13,51	20,87	3,52	255,97
ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	493/2013	0,00	0,00	13,54	54,14
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60
Бутерброд с повидлом	60	381/2013	1,72	4,20	32,90	176,30
Зав. производством <i>Непобедимова Н.Л.</i>						
		Калькулятор <i>Непобедимова Н.Л.</i>				

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МАОУ "СОШ № 3" Горнозаводска



Демина Н.И./

"УТВЕРЖДАЮ"

ИП Неповедимова Н.Л.

Руководитель Неповедимова Н.Л.



25.03.2026

ДЕТИ ВОЗРАСТ 1-3 ГОДА

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>Завтрак</u>						
КАША ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ (150)	150	247/2013	6,53	10,06	24,39	214,20
ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	493/2013	0,00	0,00	13,54	54,14
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (10)	10	478/2013	0,10	7,25	0,14	66,21
<u>Обед</u>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (150)	150	147/2013	1,72	1,77	12,47	72,74
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (100)	100	237/2013	7,41	4,46	31,34	195,12
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ ("ЁЖИКИ") (60)	60/30	390/2013	9,17	10,67	11,52	178,79
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 150	150	508/2013	0,50	0,02	24,72	101,12
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60
<u>Полдник</u>						
БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	60	565/2013	4,46	7,21	34,73	221,63
ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	493/2013	0,00	0,00	13,54	54,14
<u>Ужин</u>						
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	200	195/2013	3,92	14,02	20,59	224,23
ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	493/2013	0,00	0,00	13,54	54,14
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60

Зав. производством

Неповедимова Н.Л.

Калькулятор

Неповедимова Н.Л.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МАОУ "СОШ № 3" г. Горнозаводска

Дёмина Н.И./



"УТВЕРЖДАЮ"

ИП Непоредимов Н.Л.

Руководитель Непоредимова Н.Л.



26.03.2026

ДЕТИ ВОЗРАСТ 1-3 ГОДА

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>Завтрак</u>						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (180)	180	256/2013	14,28	8,52	31,16	258,43
ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	493/2013	0,00	0,00	13,54	54,14
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (10)	10	478/2013	0,10	7,25	0,14	66,21
<u>Обед</u>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (1-Й ВАРИАНТ) (150)	150	144/2013	1,34	2,38	8,00	58,72
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (130).	130	291/2013	4,92	4,82	31,24	188,00
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ 70	70	349/2013	1,06	4,95	4,45	66,60
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ФЛОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО 150	150	503/2013	0,00	0,00	7,49	29,94
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60
<u>Полдник</u>						
ПЕЧЕНЬЕ 40	40	590/2013	3,00	3,92	29,76	166,32
ЧАЙ-КАРКАДЕ 180	180	456/2018	0,00	0,00	13,48	53,94
<u>Ужин</u>						
КАРТОФЕЛЬ ЖАРЕННЫЙ ИЗ ОТВАРНОГО	100	428/2013	2,42	10,07	19,72	179,24
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	100	4/2013	1,64	10,08	9,63	135,84
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (30)	30	108/2013	2,07	1,50	14,28	78,90
ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	493/2013	0,00	0,00	13,54	54,14
ПЛОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ 100)	100	112/2013	0,40	0,40	9,80	44,40

Зав. производством

Непоредимов

Калькулятор

Непоредимов

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МАОУ "СОЦ.С" Горнозаводска

Демина Н.И.
Демина Н.И./



"УТВЕРЖДАЮ"

ИП Непоседемова Н.Л.

Руководитель Непоседемова Н.Л.



27.03.2026

ДЕТИ ВОЗРАСТ 1-3 ГОДА

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>Завтрак</u>						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (150)	150	258/2013	6,65	9,17	28,71	223,97
ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	493/2013	0,00	0,00	13,54	54,14
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 20	20	300/2013	2,54	2,30	0,14	31,42
<u>Обед</u>						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (150г)	150/5	134/2013	1,99	4,04	14,51	102,33
РИС ОТВАРНОЙ (110)	110	414/2013	2,86	3,71	32,74	175,77
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР	70/5	410/2013	1,57	4,87	5,35	71,46
ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150	150	494/2013	0,05	0,01	11,44	45,99
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60
<u>Полдник</u>						
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	567/2013	4,56	6,09	36,79	220,24
ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	493/2013	0,00	0,00	13,54	54,14
<u>Ужин</u>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (200)	200		9,15	3,78	16,22	135,54
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА 180	180	519/2013	0,61	0,25	22,17	93,38
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (30)	30	108/2013	2,07	1,50	14,28	78,90

Зав. производством

Калькулятор

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МАОУ "СОШ №3" Горнозаводска



Детина Н.И./

"УТВЕРЖДАЮ"

ИП Непобедимова Н.Л.

Руководитель Непобедимова Н.Л.



23.03.2026

ДЕТИ ВОЗРАСТ 3-7 ЛЕТ

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>Завтрак</u>						
КАША ЯЧНЕВАЯ (180)	180	255/2013	3,36	9,75	7,39	130,72
ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	493/2013	0,00	0,00	13,54	54,14
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (10)	10	478/2013	0,10	7,25	0,14	66,21
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (30)	30	108/2013	2,07	1,50	14,28	78,90
<u>Обед</u>						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (150)	150/5	142/2013	1,23	3,87	5,63	62,27
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (130).	130	291/2013	4,92	4,82	31,24	188,00
КНЕЛИ ИЗ КУР С РИСОМ (60)	60	411/2013	0,42	1,76	4,65	36,11
ЧАЙ С САХАРОМ	200	493/2013	0,00	0,00	15,04	60,16
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (25)	25	108/2013	1,73	1,25	11,90	65,75
ХЛЕБ РЖАНОЙ (30)	30	109/2013	2,34	0,42	11,19	57,90
<u>Полдник</u>						
ПЕЧЕНЬЕ 50	50	590/2013	3,75	4,90	37,20	207,90
ЧАЙ-КАРКАДЕ	200	456/2018	0,00	0,00	14,98	59,93
<u>Ужин</u>						
ПУДИНГ РИСОВЫЙ	200	283/2013	7,68	11,55	43,94	310,41
СОУС МОЛОЧНЫЙ К БЛЮДАМ (1-Й ВАРИАНТ)(20)	20	435/2013	0,70	1,38	1,85	22,61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (30)	30	108/2013	2,07	1,50	14,28	78,90
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	519/2013	0,68	0,28	24,63	103,76

Зав. производством

Непобедимова Н.Л.

Калькулятор

Непобедимова Н.Л.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МАОУ "СОШ № 2" Горнозаводска

И.И. Демин



"УТВЕРЖДАЮ"

И.П. Напригаймова Н.Л.

Руководитель И.П. Напригаймова Н.Л.



24.03.2026

ДЕТИ ВОЗРАСТ 3-7 ЛЕТ

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>Завтрак</u>						
КАША "ДРУЖБА" (ПШЕНО, РИС, С/М) 180	180	260/2013	4,85	9,76	26,67	213,89
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	494/2013	0,06	0,01	15,25	61,32
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60
<u>Обед</u>						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (180Г)	180/5	128/2013	1,38	4,48	9,11	82,25
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 130	130	429/2013	2,81	5,34	18,80	134,47
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (МИНТАЙ Б/Г) 60	60	345/2013	1,50	2,13	5,86	48,56
ЧАЙ-КАРКАДЕ	200	456/2018	0,00	0,00	14,98	59,93
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (40)	40	108/2013	2,76	2,00	19,04	105,20
<u>Полдник</u>						
ВАФЛИ 50	50	588/2013	1,40	1,65	38,65	175,05
ЧАЙ С САХАРОМ	200	493/2013	0,00	0,00	15,04	60,16
<u>Ужин</u>						
Салат картофельный с зеленым горошком	100	301/2013	13,51	20,87	3,52	255,97
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (40)	40	108/2013	2,76	2,00	19,04	105,20
ЧАЙ С САХАРОМ	200	493/2013	0,00	0,00	15,04	60,16
Бутерброд с повидлом	60	381/2013	1,72	4,20	32,90	176,30
Зав. производством						
Калькулятор						

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МАОУ "СОШ № 1" Горнозаводска

Демин Г.И.



"УТВЕРЖДАЮ"

ИП Непобедимова Н.П.

Руководитель *Непобедимова Н.П.*



25.03.2026

ДЕТИ ВОЗРАСТ 3-7 ЛЕТ

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>Завтрак</u>						
КАША ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ (180)	180	247/2013	7,84	12,07	29,27	257,04
ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	493/2013	0,00	0,00	13,54	54,14
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (30)	30	108/2013	2,07	1,50	14,28	78,90
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (10)	10	478/2013	0,10	7,25	0,14	66,21
<u>Обед</u>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (180)	180	147/2013	2,07	2,13	14,97	87,29
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (130)	130	237/2013	9,63	5,80	40,74	253,66
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ ("ЁЖИКИ") (60)	60/30	390/2013	9,17	10,67	11,52	178,79
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	180	508/2013	0,60	0,03	29,67	121,34
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60
<u>Полдник</u>						
БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	60	565/2013	4,46	7,21	34,73	221,63
ЧАЙ С САХАРОМ	200	493/2013	0,00	0,00	15,04	60,16
<u>Ужин</u>						
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	200	195/2013	3,92	14,02	20,59	224,23
ЧАЙ С САХАРОМ	200	493/2013	0,00	0,00	15,04	60,16
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (30)	30	108/2013	2,07	1,50	14,28	78,90
ХЛЕБ СТОЛОВЫЙ (РЖАНОЙ) (20)	20	110/2013	1,56	0,28	7,46	38,60

Зав. производством

Непобедимова Н.П.

Калькулятор

Непобедимова Н.П.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МАОУ "СОШ № 3" Горнозаводска

Демидова Н.И.

Демидова Н.И.



"УТВЕРЖДАЮ"

ИП Непобедимова Н.Л.

Руководитель Непобедимова Н.Л.



26.03.2026

ДЕТИ ВОЗРАСТ 3-7 ЛЕТ

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>Завтрак</u>						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (180)	180	256/2013	14,28	8,52	31,16	258,43
ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	493/2013	0,00	0,00	13,54	54,14
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (30)	30	108/2013	2,07	1,50	14,28	78,90
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (10)	10	478/2013	0,10	7,25	0,14	66,21
<u>Обед</u>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (1-Й ВАРИАНТ) (180)	180	144/2013	1,60	2,85	9,60	70,47
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (130).	130	291/2013	4,92	4,82	31,24	188,00
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ 70	70	349/2013	1,06	4,95	4,45	66,60
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ФЛОВОДОГО ИЛИ ЯГОДНОГО 180	180	503/2013	0,00	0,00	8,98	35,93
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (30)	30	108/2013	2,07	1,50	14,28	78,90
ХЛЕБ СТОЛОВЫЙ (РЖАНОЙ) (20)	20	110/2013	1,56	0,28	7,46	38,60
<u>Полдник</u>						
ПЕЧЕНЬЕ 50	50	590/2013	3,75	4,90	37,20	207,90
ЧАЙ-КАРКАДЕ 180	180	456/2018	0,00	0,00	13,48	53,94
<u>Ужин</u>						
КАРТОФЕЛЬ ЖАРЕННЫЙ ИЗ ОТВАРНОГО (120)	120	428/2013	2,90	12,07	23,67	214,91
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	100	4/2013	1,64	10,08	9,63	135,84
ЧАЙ С САХАРОМ	200	493/2013	0,00	0,00	15,04	60,16
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (50)	50	108/2013	3,45	2,50	23,80	131,50
ПЛОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ 100)	100	112/2013	0,40	0,40	9,80	44,40

Зав. производством

Непобедимова

Калькулятор

Непобедимова

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МАОУ "СОШ № 3" Горнозаводска



"УТВЕРЖДАЮ"

ИП Нелебедимова Н.Л.

Руководитель Нелебедимова Н.Л.



27.03.2026

ДЕТИ ВОЗРАСТ 3-7 ЛЕТ

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>Завтрак</u>						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (180)	180	258/2013	7,98	11,01	34,45	268,77
ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	493/2013	0,00	0,00	13,54	54,14
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 20	20	300/2013	2,54	2,30	0,14	31,42
<u>Обед</u>						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (180Г)	180/5	134/2013	2,36	4,70	17,38	121,20
РИС ОТВАРНОЙ (130)	130	414/2013	3,38	4,39	38,69	207,73
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР	70/5	410/2013	1,57	4,87	5,35	71,46
ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	180/7	494/2013	0,06	0,01	13,73	55,19
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60
<u>Полдник</u>						
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ 70	70	567/2013	5,31	7,07	42,90	256,46
ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	493/2013	0,00	0,00	13,54	54,14
<u>Ужин</u>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (200)	200		9,15	3,78	16,22	135,54
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	519/2013	0,68	0,28	24,63	103,76
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (30)	30	108/2013	2,07	1,50	14,28	78,90

Зав. производством

[Signature]

Калькулятор

[Signature]