



Согласовано:
Директор Средней школы № 19
С.А. Рязанцева

Утверждаю,
Директор
ООО "Азбука питания"
Е.А.Широканова

на 10 марта 2026 г.

Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Меню 7-11л Каменск-Уральский ШУ завтрак 113р							
8,02	7,70	27,51	266,19	1111	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	210	50,26
0,09	0,00	15,16	79,80	686	Чай с лимоном	200	6,67
1,91	2,40	4,43	51,38	1330,24	Оладьи	50	39,03
5,38	5,60	0	72,60	902	Молоко сгущенное	20	8,93
2,00	1,00	14,66	104,30	693	Батон	40	8,11
17,40	16,70	61,76	574,27				113,00
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ Двухразовое питание 324р							
9,55	9,17	32,75	316,89	1111	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	250	56,64
0,09	0,00	15,16	79,80	686	Чай с лимоном	200	6,67
2,67	3,36	6,20	71,93	1330,24	Оладьи	70	54,65
5,38	5,60	0	72,60	902	Молоко сгущенное	20	8,93
2,00	1,00	14,66	104,30	693	Батон	40	8,11
5,88	7,50	12,63	155,25	1021,15	Борщ с капустой, картофелем, сметаной и мясом	250	50,12
1,30	0,00	7,81	51,00	943	Гренки из пшеничного хлеба	10	3,60
12,44	15,00	10,38	244,30	147/540	Котлета Полтавская с соусом томатным	110	73,11
4,35	6,67	26,70	223,30	516	Картофель отварной	200	37,15
0,35	0,00	24,36	101,70	928	Компот из смеси сухофруктов	200	14,28
4,06	1,66	22,30	121,00	897	Хлеб пшеничный	50	7,24
2,13	1,00	12,13	64,80	1148	Хлеб ржаной	25	3,50
50,20	50,96	185,08	1 606,87				324,00
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ завтрак 135р							
3,55	4,71	10,10	106,62	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	21,31
1,30	0,00	7,81	51,00	943	Гренки из пшеничного хлеба	10	3,60
12,44	15,00	10,38	244,30	147/540	Котлета Полтавская с соусом томатным	110	73,11
3,26	5,00	20,03	167,52	516	Картофель отварной	150	26,79
0	0	9,97	59,90	828	Чай с сахаром	200	3,07
2,03	0,83	11,15	60,50	897	Хлеб пшеничный	25	3,62
2,13	1,00	12,13	64,80	1148	Хлеб ржаной	25	3,50
24,71	26,54	81,57	754,64				135,00
Меню 7-11л Каменск-Уральский ШУ обед 158р							
4,70	6,00	10,10	124,20	1021,15	Борщ с капустой и картофелем, мясом, сметаной	200	31,68
1,30	0,00	7,81	51,00	943	Гренки из пшеничного хлеба	10	3,60
12,44	15,00	10,38	244,30	147	Котлета Полтавская с соусом томатным	110	73,11
3,26	5,00	20,03	167,52	516	Картофель отварной	150	26,79
0,35	0,00	24,36	101,70	928	Компот из смеси сухофруктов	200	14,28
2,43	1,00	12,24	72,60	897	Хлеб пшеничный	30	4,34
2,56	1,20	13,34	77,76	1148	Хлеб ржаной	30	4,20
27,04	28,20	98,26	839,08				158,00
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ завтрак 135р родплата							
3,55	4,71	10,10	106,62	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	21,31
1,30	0,00	7,81	51,00	943	Гренки из пшеничного хлеба	10	3,60
12,44	15,00	10,38	244,30	147/540	Котлета Полтавская с соусом томатным	110	73,11
3,26	5,00	20,03	167,52	516	Картофель отварной	150	26,79
0	0	9,97	59,90	828	Чай с сахаром	200	3,07
2,03	0,83	11,15	60,50	897	Хлеб пшеничный	25	3,62
2,13	1,00	12,13	64,80	1148	Хлеб ржаной	25	3,50
24,71	26,54	81,57	754,64				135,00

Технолог:



Согласовано:
 Директор Средней школы № 19
 С.А. Рязанцева

Утверждаю,
 Директор
 ООО "Азбука питания"
 Е.А. Широканова

на 11 марта 2026 г.

Белки, г	Жиры, г	глеводы,	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб:
Меню 7-11л Каменск-Уральский ШУ завтрак 113р							
10,06	15,36	3,25	213,80	437,06	Гуляш из мяса свинины	90	68,51
7,60	4,80	33,44	262,13	516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	19,31
0,76	3,00	2,95	9,00	1488	Морковь отварная	60	11,09
0,10	0,04	16,00	60,20	971	Чай ягодный	200	5,98
2,00	1,00	14,66	104,30	693	Батон	40	8,11
20,52	24,20	70,30	649,43				113,00
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ Двухразовое питание 324р							
11,17	24,00	3,61	236,30	437,06	Гуляш из мяса свинины	100	76,12
7,60	4,80	33,44	262,13	516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	19,31
4,50	6,00	34,00	244,20	1141,09	Печенье детское	60	25,00
0,24	0,00	27,70	114,30	1242	Морс ягодный	200	11,23
0,75	0,50	6,25	39,10	693	Батон	15	3,84
5,15	7,86	11,35	142,85	1175	Рассольник домашний со сметаной и мясом	250	47,73
7,77	9,50	15,99	243,45	827	Биточек мясной рубленный	100	85,79
0,35	15,00	4,08	41,70	540	Соус томатный	50	11,37
11,19	7,20	47,90	330,72	998	Каша гречневая рассыпчатая	180	24,35
0,68	0,00	27,62	128,60	705	Напиток из плодов шиповника	200	9,02
4,06	1,66	22,30	121,00	897	Хлеб пшеничный	50	7,24
2,13	1,00	12,13	64,80	1148	Хлеб ржаной	25	3,50
55,59	77,52	246,37	1 969,15				324,00
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ завтрак 135р							
2,97	5,00	9,08	96,71	1175	Рассольник домашний со сметаной	200	15,82
7,77	9,50	15,99	243,45	827	Биточек мясной рубленный	100	85,79
9,32	6,00	39,92	275,60	998	Каша гречневая рассыпчатая	150	20,29
0,10	0,04	16,00	60,20	971	Чай ягодный	200	5,98
2,03	0,83	11,15	60,50	897	Хлеб пшеничный	25	3,62
2,13	1,00	12,13	64,80	1148	Хлеб ржаной	25	3,50
24,32	22,37	104,27	801,26				135,00
Меню 7-11л Каменск-Уральский ШУ обед 158р							
4,12	6,29	9,08	114,28	1175	Рассольник домашний со сметаной и мясом	200	35,78
7,77	9,50	15,99	243,45	827	Биточек мясной рубленный	100	85,79
9,32	6,00	39,92	275,60	998	Каша гречневая рассыпчатая	150	20,29
0,68	0,00	27,62	128,60	705	Напиток из плодов шиповника	200	9,02
2,03	0,83	11,15	60,50	897	Хлеб пшеничный.	25	3,62
2,13	1,00	12,13	64,80	1148	Хлеб ржаной.	25	3,50
26,05	23,62	115,89	887,23				158,00
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ завтрак 135р родплата							
2,97	5,00	9,08	96,71	1175	Рассольник домашний со сметаной	200	15,82
7,77	9,50	15,99	243,45	827	Биточек мясной рубленный	100	85,79
9,32	6,00	39,92	275,60	998	Каша гречневая рассыпчатая	150	20,29
0,10	0,04	16,00	60,20	971	Чай ягодный	200	5,98
2,03	0,83	11,15	60,50	897	Хлеб пшеничный	25	3,62
2,13	1,00	12,13	64,80	1148	Хлеб ржаной	25	3,50
24,32	22,37	104,27	801,26				135,00

Технолог:

35,78
 85,79
 20,29
 9,02
 3,62
 3,50

135,00



Утверждаю,
Директор
ООО "Азбука питания"
Е.А. Широконова

на 12 марта 2026 г.

Белки, г	Жиры, г	глеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Меню 7-11л Каменск-Уральский ШУ завтрак 113р							
9,62	7,00	29,68	261,90	235,05	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	210	42,25
0,09	0,00	15,16	79,80	686	Чай с лимоном	200	6,67
0,08	7,00	0,13	75,20	1259,01	Масло сливочное (порциями)	10	16,00
1,04	0,00	7,75	49,40	975	Мандарины	130	42,00
1,50	1,00	12,50	78,20	693	Батон	30	6,08
12,33	15,00	65,22	544,50				113,00
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ Двухразовое питание 324р							
11,45	8,33	35,33	311,78	235,05	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	250	54,22
0,09	0,00	15,16	79,80	686	Чай с лимоном	200	6,67
0,12	11,00	0,20	112,80	1259,01	Масло сливочное (порциями)	15	24,00
1,04	0,00	9,75	49,40	975	Мандарины	130	42,00
2,00	1,00	14,66	104,30	693	Батон	40	8,11
3,86	4,11	14,94	300,75	1039	Суп с вермишелью и мясом	250	47,59
10,17	9,90	9,85	246,90	96	Суфле Рыбка	100	68,99
1,96	3,00	12,02	88,20	995	Пюре картофельное	90	24,84
2,37	3,00	11,20	83,75	999	Капуста тушеная	90	24,98
0,11	0,00	23,88	99,10	912	Компот из свежих яблок	200	9,76
4,06	1,66	22,30	121,00	897	Хлеб пшеничный	50	7,24
3,40	1,60	19,40	103,60	1148	Хлеб ржаной	40	5,60
40,63	43,60	188,69	1 701,38				324,00
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ завтрак 135р							
1,94	1,88	13,95	164,75	1039	Суп с вермишелью	200	17,52
10,17	9,90	9,85	246,90	96	Суфле Рыбка	100	68,99
1,63	2,50	10,02	73,50	995	Пюре картофельное	75	19,09
1,98	2,50	9,35	69,80	999	Капуста тушеная	75	19,21
0	0	10,97	59,90	828	Чай с сахаром	200	3,07
2,03	0,83	11,15	60,50	897	Хлеб пшеничный	25	3,62
2,13	1,00	12,13	64,80	1148	Хлеб ржаной	25	3,50
19,88	18,61	77,42	740,15				135,00
Меню 7-11л Каменск-Уральский ШУ обед 158р							
3,09	3,29	11,95	240,60	1039	Суп с вермишелью и мясом	200	40,52
10,17	9,90	9,85	246,90	96	Суфле "Рыбка"	100	68,99
1,63	2,50	10,02	73,50	995	Пюре картофельное	75	19,09
1,98	2,50	9,35	69,80	999	Капуста тушеная	75	19,21
0	0	10,97	59,90	828	Чай с сахаром	200	3,07
2,03	0,83	11,15	60,50	897	Хлеб пшеничный	25	3,62
2,13	1,00	12,13	64,80	1148	Хлеб ржаной	25	3,50
21,03	20,02	75,42	816,00				158,00
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ завтрак 135р родплата							
1,94	1,88	13,95	164,75	1039	Суп с вермишелью	200	17,52
10,17	9,90	9,85	246,90	96	Суфле Рыбка	100	68,99
1,63	2,50	10,02	73,50	995	Пюре картофельное	75	19,09
1,98	2,50	9,35	69,80	999	Капуста тушеная	75	19,21
0	0	10,97	59,90	828	Чай с сахаром	200	3,07
2,03	0,83	11,15	60,50	897	Хлеб пшеничный	25	3,62
2,13	1,00	12,13	64,80	1148	Хлеб ржаной	25	3,50
19,88	18,61	77,42	740,15				135,00

Технолог:



Согласовано:
 Директор Средней школы № 19
 С.А. Рязанцева

Утверждаю,
 Директор
 ООО "Азбука питания"
 Е.А.Широконова

на 13 марта 2026 г.

Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Меню 7-11л Каменск-Уральский ШУ завтрак 113р							
7,51	9,00	25,51	266,19	1013	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	41,96
4,04	4,50	0	54,45	97	Сыр (порциями)	15	15,97
8,22	7,00	9,54	148,90	806,44	Маффин творожный	60	45,92
0	0	10,97	59,90	828	Чай с сахаром	200	3,07
1,50	1,00	12,50	78,20	693	Батон	30	6,08
21,27	21,50	58,52	607,64				113,00
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ Двухразовое питание 324р							
9,39	11,25	31,89	332,73	1013	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250	52,45
5,38	6,00	0	72,60	97	Сыр (порциями)	20	25,45
8,22	7,00	9,54	148,90	806,44	Маффин творожный	60	45,92
0	0	10,97	59,90	828	Чай с сахаром	200	3,07
2,00	1,00	14,66	104,30	693	Батон	40	8,11
3,34	10,36	9,14	201,60	124	Щи из св капусты с картофелем со сметаной и мясом	250	49,12
17,98	17,77	7,78	208,33	1024	Гуляш из курицы	100	87,56
6,22	11,00	35,96	301,20	1011,05	Макаронные изделия отварные с овощами	180	30,35
0,24	0,00	27,70	114,30	1242	Морс ягодный	200	11,23
4,06	1,66	22,30	121,00	897	Хлеб пшеничный	50	7,24
2,13	1,00	12,13	64,80	1148	Хлеб ржаной	25	3,50
58,96	67,04	182,07	1 729,66				324,00
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ завтрак 135р							
1,52	4,99	7,36	109,68	124,11	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	200	21,16
17,98	17,77	7,78	208,33	1024	Гуляш из курицы	100	87,56
6,34	4,00	27,87	218,50	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	16,09
2	0	10,97	59,85	828	Чай с сахаром	200	3,07
2,68	0,83	11,15	60,50	897	Хлеб пшеничный	25	3,62
2,13	1,00	12,13	64,80	1148	Хлеб ржаной	25	3,50
32,68	28,59	77,26	721,66				135,00
Меню 7-11л Каменск-Уральский ШУ обед 158р							
2,67	8,29	7,31	161,28	124	Щи из св капусты с картофелем, мясом и сметаной	200	35,28
17,98	17,77	7,78	208,33	1024	Гуляш из курицы	100	87,56
6,34	4,00	27,87	218,45	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	16,09
0,24	0,00	27,70	114,30	1242	Морс ягодный	200	11,23
2,43	1,00	12,24	72,60	897	Хлеб пшеничный	30	4,34
2,13	1,00	12,13	64,80	1148	Хлеб ржаной	25	3,50
31,79	32,06	95,03	839,76				158,00
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ завтрак 135р родплата							
1,52	4,99	7,36	109,68	124,11	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	200	21,16
17,98	17,77	7,78	208,33	1024	Гуляш из курицы	100	87,56
6,34	4,00	27,87	218,50	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	16,09
2	0	10,97	59,85	828	Чай с сахаром	200	3,07
2,68	0,83	11,15	60,50	897	Хлеб пшеничный	25	3,62
2,13	1,00	12,13	64,80	1148	Хлеб ржаной	25	3,50
32,68	28,59	77,26	721,66				135,00

Технолог:

Согласовано:
Директор Средней школы № 19
С.А. Рязанцева

Утверждаю:
Директор
ООО "Азбука питания"
Е.А. Широканова

на 14 марта 2026 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ Двухразовое питание 324р							
8,56	9,52	37,85	304,29	883	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250	52,57
7,00	6,00	15,24	150,60	1066,01	Сырники	100	60,75
5,38	5,60	0	72,60	902	Молоко сгущенное	20	8,93
0,09	0,00	15,16	79,80	686	Чай с лимоном	200	6,67
1,50	1,00	12,50	78,20	693	Батон	30	6,08
0,90	0,00	5,28	35,20	14582	Свекла отварная	60	15,20
4,84	8,92	17,28	272,86	1058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной и мясом	250	47,86
12,44	15,00	10,38	244,30	147/540	Котлета Полтавская с соусом томатным	140	83,32
7,84	7,20	33,54	204,96	1032	Каша гречневая вязкая	180	17,60
0,35	0,00	22,36	101,70	928	Компот из смеси сухофруктов	200	4,28
4,06	1,66	22,30	121,00	897	Хлеб пшеничный	50	7,24
2,13	1,00	12,13	64,80	1148	Хлеб ржаной	25	3,50
55,09	55,90	204,02	1 730,31				324,00
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ завтрак 135р							
2,03	5,07	13,82	190,16	1058	Суп Крестьянский с крупой и сметаной	200	31,98
12,44	15,00	10,38	244,30	147/540	Котлета Полтавская с соусом томатным	110	73,11
6,53	6,00	27,95	170,80	1032	Каша гречневая вязкая.	150	14,67
0	0	11,18	60,00	854,01	Чай с шиповником	200	6,70
2,43	1,00	12,24	72,60	897	Хлеб пшеничный	30	4,34
2,56	1,20	13,34	77,76	1148	Хлеб ржаной	30	4,20
25,99	28,27	88,91	815,62				135,00
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ завтрак 135р родплата							
2,03	5,07	13,82	190,16	1058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	200	31,98
12,44	15,00	10,38	244,30	147/540	Котлета Полтавская с соусом томатным	110	73,11
6,53	6,00	27,95	170,80	1032	Каша гречневая вязкая.	150	14,67
0	0	11,18	60,00	854,01	Чай с шиповником	200	6,70
2,43	1,00	12,24	72,60	897	Хлеб пшеничный	30	4,34
2,56	1,20	13,34	77,76	1148	Хлеб ржаной	30	4,20
25,99	28,27	88,91	815,62				135,00

Технолог: