



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

Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
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	50,30
4,50	6,00	34,00	244,20	1141,09	Печенье детское	60	25,00
0,09	0,00	15,16	79,80	686	Чай с лимоном	200	6,67
5,27	6,44	13,62	130,64	3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	45	53,03
7,31	7,11	21,48	191,13	139	Суп картофельный с бобовыми с мясом	250	47,23
7,77	9,50	15,99	243,45	827	Биточек мясной рубленный	100	85,79
0,18	6,00	1,73	16,68	540	Соус томатный	30	6,33
7,60	4,80	33,44	262,13	516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	19,31
0	0	19,00	80,00	706,03	Напиток с витаминами "Витошка" для детей дошкольного и школьного возр	200	19,73
3,25	1,33	17,84	96,80	897	Хлеб пшеничный	40	5,71
2,98	1,40	16,98	90,70	1148	Хлеб ржаной	35	4,90
50,40	50,91	224,57	1 747,31				324,00
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ завтрак 135р							
4,70	4,43	17,18	135,32	139	Суп картофельный с бобовыми	200	17,91
7,77	9,50	15,99	243,45	827	Биточек мясной рубленный	100	85,79
6,34	4,00	27,87	218,45	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	16,09
0,09	0,00	15,16	79,80	686	Чай с лимоном	200	6,67
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
23,89	20,13	101,78	827,38				135,00
Меню 7-11л Каменск-Уральский ШУ завтрак 113р							
9,62	7,00	29,68	254,90	235,05	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200	40,24
0,09	0,00	15,16	79,80	686	Чай с лимоном	200	6,67
4,50	6,00	34,00	244,20	1141,09	Печенье детское	60	25,00
4,68	5,72	12,11	116,12	3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	40	41,09
18,89	18,72	90,95	695,02				113,00
Меню 7-11л Каменск-Уральский ШУ обед 158р							
5,85	5,69	17,18	152,90	139	Суп картофельный с бобовыми с мясом	200	25,92
7,77	9,50	15,99	243,45	827	Биточек мясной рубленный	100	85,79
0,12	6,00	1,63	16,68	540	Соус томатный	20	4,25
6,34	4,00	28,87	218,45	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	16,09
0	0	19,00	80,00	706,03	Напиток с витаминами "Витошка" для детей дошкольного и школьного возр	200	19,73
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
24,24	27,02	105,95	836,78				158,00
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ завтрак 135р родплата							
4,70	4,43	17,18	135,32	139	Суп картофельный с бобовыми	200	17,91
7,77	9,50	15,99	243,45	827	Биточек мясной рубленный	100	85,79
6,34	4,00	27,87	218,45	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	16,09
0,09	0,00	15,16	79,80	686	Чай с лимоном	200	6,67
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
23,89	20,13	101,78	827,38				135,00

Технолог:

17,91
 85,79
 16,09
 6,67
 4,34
 4,20
 135,00
 25,92
 85,79
 4,25
 16,09
 19,73
 3,62
 3,50
 158,00
 17,91
 85,79
 16,09
 6,67
 4,34
 4,20
 135,00

Согласовано:
Директор Средней школы № 19



С.А. Рязанцева

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

на 17 марта 2026 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ Двухразовое питание 324р							
0,76	3,00	2,95	9,00	1488	Морковь отварная	60	11,09
10,17	9,90	9,85	246,90	96	Суфле Рыбка	100	68,99
0,14	6,00	1,63	16,68	540	Соус томатный	20	4,25
3,91	6,00	24,04	183,75	995	Пюре картофельное	180	35,57
0,68	0,00	27,62	128,60	705	Напиток из плодов шиповника	200	9,02
1,50	1,00	12,50	78,20	693	Батон	30	6,08
3,34	10,36	9,14	201,60	124	Щи из св капусты с картофелем, мясом и сметаной	250	49,12
1,30	0,00	7,81	51,00	943	Гренки из пшеничного хлеба	15	7,28
17,98	17,77	7,78	208,33	1024	Гуляш из курицы	100	87,56
7,84	7,20	33,54	204,96	845,03	Каша гречневая вязкая	180	19,32
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
2,56	1,20	13,34	77,76	1148	Хлеб ржаной	30	4,20
54,59	64,09	196,86	1 629,48				324,00
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ завтрак 135р							
1,52	4,99	7,36	109,68	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	23,08
17,98	17,77	7,78	208,33	1024	Гуляш из курицы	100	87,56
6,53	6,00	27,95	170,80	845,03	Каша гречневая вязкая	150	12,75
0	0	10,97	59,90	828	Чай с сахаром	200	3,07
2,43	1,20	12,24	72,60	897	Хлеб пшеничный	30	4,34
2,56	1,00	13,34	77,76	1148	Хлеб ржаной	30	4,20
31,02	30,96	79,64	699,07				135,00
Меню 7-11л Каменск-Уральский ШУ завтрак 113р							
0,76	3,00	2,95	9,00	1488	Морковь отварная	60	11,09
10,17	9,90	9,85	246,90	96	Суфле Рыбка	100	68,99
3,26	5,00	20,03	147,00	995	Пюре картофельное	150	24,77
0	0	10,97	59,90	828	Чай с сахаром	200	3,07
1,25	0,83	10,42	81,20	693	Батон	25	5,08
15,44	18,73	54,22	544,00				113,00
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	34,87
17,98	17,77	7,78	208,33	1024	Гуляш из курицы	100	87,56
6,53	6,00	27,95	170,80	845,03	Каша гречневая вязкая	150	12,75
0,35	0,00	22,36	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
32,52	34,26	90,98	792,47				158,00
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ завтрак 135р родплата							
1,52	4,99	7,36	109,68	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	23,08
17,98	17,77	7,78	208,33	1024	Гуляш из курицы	100	87,56
6,53	6,00	27,95	170,80	845,03	Каша гречневая вязкая	150	12,75
0	0	10,97	59,90	828	Чай с сахаром	200	3,07
2,43	1,20	12,24	72,60	897	Хлеб пшеничный	30	4,34
2,56	1,00	13,34	77,76	1148	Хлеб ржаной	30	4,20
31,02	30,96	79,64	699,07				135,00

Технолог:

Согласовано:
Директор Средней школы № 19

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

на 19 марта 2026 г.

Белки, г	Жиры, г	Гликоды	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ Двухразовое питание 324р							
16,71	16,25	48,26	353,63	334	Макаронные изделия запеченные с сыром	250	64,66
0,35	0,00	22,36	101,70	928	Компот из смеси сухофруктов	200	14,28
4,80	4,00	0,28	62,80	349,01	Яйцо отварное	40	17,00
1,00	0,50	7,33	52,15	693	Батон	20	4,06
0,52	1,00	10,74	85,30	976	Яблоки свежие	130	35,00
5,88	7,50	12,63	155,25	1021,15	Борщ с капустой и картофелем, мясом, сметаной	250	50,12
22,05	18,50	18,71	238,03	499/540	Котлета из мяса кур с соусом томатным	150	87,06
5,52	8,40	30,06	254,88	513	Рис припущенный с овощами	180	29,96
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
3,40	1,60	19,40	103,60	1148	Хлеб ржаной	40	5,60
64,97	59,41	219,69	1 656,94				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
21,84	9,50	16,26	213,01	499/540	Котлета из мяса кур с соусом томатным	120	81,25
3,60	6,00	24,05	202,40	512	Рис припущенный	150	18,65
0,09	0,00	15,16	79,80	686	Чай с лимоном	200	6,67
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
33,24	22,04	88,85	727,13				135,00
Меню 7-11л Каменск-Уральский ШУ завтрак 113р							
13,37	13,00	38,61	282,90	334	Макаронные изделия запеченные с сыром	200	42,66
0,35	0,00	22,36	101,70	928	Компот из смеси сухофруктов	200	14,28
4,80	4,00	0,28	62,80	349,01	Яйцо отварное	40	17,00
1,00	0,50	7,33	52,15	693	Батон	20	4,06
0,52	1,00	10,74	85,30	976	Яблоки свежие	130	35,00
20,04	18,50	79,32	584,85				113,00
Меню 7-11л Каменск-Уральский ШУ обед 158р							
4,94	6,30	10,60	130,41	1021,15	Борщ с капустой и картофелем, мясом, сметаной	210	34,22
21,84	9,50	16,26	213,01	499/540	Котлета из мяса кур с соусом томатным	120	81,25
4,60	7,00	25,05	212,40	513	Рис припущенный с овощами	150	24,97
0,68	0,00	27,62	128,60	705	Напиток из плодов шиповника	200	9,02
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
37,05	25,00	105,11	834,78				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
21,84	9,50	16,26	213,01	499/540	Котлета из мяса кур с соусом томатным	120	81,25
3,60	6,00	24,05	202,40	512	Рис припущенный	150	18,65
0,09	0,00	15,16	79,80	686	Чай с лимоном	200	6,67
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
33,24	22,04	88,85	727,13				135,00

Технолог:

Согласовано
 Директор Средней школы № 19
 С.А. Рязанцева

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

на 20 марта 2026 г.

Белки, г	Жиры, г	Гликоды, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
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	56,50
6,21	6,00	33,16	259,50	450,05	Маффин ванильный	60	39,30
0,00	0,00	15,16	79,80	686	Чай с лимоном	200	6,67
4,04	4,50	0,00	54,45	97	Сыр порциями	15	25,45
1,75	1,17	14,58	91,23	693	Батон	35	7,08
3,86	6,86	12,12	200,05	1030	Рассольник ленинградский со сметаной и мясом	250	55,34
11,17	24,00	3,61	236,30	437,06	Гуляш из мяса свинины	100	76,12
3,91	6,00	26,44	176,30	995	Пюре картофельное	180	35,57
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
46,92	60,36	199,95	1 714,62				324,00
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ завтрак 135р							
1,94	4,20	9,60	129,20	1030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	20,70
11,17	24,00	3,61	236,30	437,06	Гуляш из мяса свинины	100	76,12
3,26	5,00	22,03	147,00	995	Пюре картофельное	150	26,57
0	0	10,97	59,90	828	Чай с сахаром	200	3,07
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
21,36	35,40	71,79	722,76				135,00
Меню 7-11л Каменск-Уральский ШУ завтрак 113р							
6,02	7,00	28,41	199,50	1111	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	210	47,58
6,21	6,00	33,16	259,50	450,05	Маффин ванильный	60	39,30
0	0	10,97	59,90	828	Чай с сахаром	200	3,07
4,04	4,50	0,00	54,45	97	Сыр порциями	15	15,97
1,75	1,17	14,58	91,23	693	Батон	35	7,08
18,02	18,67	87,12	664,58				113,00
Меню 7-11л Каменск-Уральский ШУ обед 158р							
3,24	5,76	10,18	168,04	1030	Рассольник ленинградский со сметаной и мясом	210	35,54
11,17	24,00	3,61	236,30	437,06	Гуляш из мяса свинины	100	76,12
3,26	5,00	22,03	147,00	995	Пюре картофельное	150	26,57
0,24	0,00	27,70	114,30	1242	Морс ягодный	200	11,23
2,43	1,00	12,24	72,60	894,01	Хлеб пшеничный	30	4,34
2,56	1,20	13,34	77,76	1148	Хлеб ржаной	30	4,20
22,90	36,96	89,10	816,00				158,00
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ завтрак 135р родплата							
1,94	4,20	9,60	129,20	1030	Рассольник ленинградский со сметаной	200	20,70
11,17	24,00	3,61	236,30	437,06	Гуляш из мяса свинины	100	76,12
3,26	5,00	22,03	147,00	995	Пюре картофельное	150	26,57
0	0	10,97	59,90	828	Чай с сахаром	200	3,07
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
21,36	35,40	71,79	722,76				135,00

Технолог:

Согласовано
Директор Средней школы № 19

С.А. Рязанцева

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

на 21 марта 2026 г.

Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ Двухразовое питание 324р							
8,99	10,00	39,74	357,90	883	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	250	52,57
0,00	0,00	15,16	79,80	686	Чай с лимоном	200	6,67
2,20	10,00	9,30	218,00	1145	Слойка	85	52,68
1,50	1,00	12,50	78,20	693	Батон	30	6,08
4,80	4,00	0,28	62,80	349,01	Яйцо отварное	40	17,00
1,86	0,00	3,90	24,00	811	Горошек зеленый консервированный	60	20,28
3,34	10,36	9,14	201,60	124	Щи из св капусты с картофелем, мясом и сметаной	250	43,12
7,77	9,50	15,99	243,45	827	Биточек мясной рубленый	100	85,79
7,60	4,80	33,44	262,13	516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	19,31
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
2,13	1,00	12,13	64,80	1148	Хлеб ржаной	25	3,50
44,36	52,32	197,76	1 812,78				324,00
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ завтрак 135р							
1,52	4,99	7,36	109,68	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	22,93
7,77	9,50	15,99	243,45	827	Биточек мясной рубленый	100	85,79
6,34	4,00	27,87	218,45	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	16,09
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
19,79	20,32	85,47	756,78				135,00
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ завтрак 135р родплата							
1,52	4,99	7,36	109,68	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	22,93
7,77	9,50	15,99	243,45	827	Биточек мясной рубленый	100	85,79
6,34	4,00	27,87	218,45	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	16,09
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
19,79	20,32	85,47	756,78				135,00

Технолог: