



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

на 02 февраля 2026 г.

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

Белки, г	Жиры, г	Глеководы, ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.	
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ Двухразовое питание 324р							
10,03	7,00	39,61	282,00	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
0,06	0,01	15,16	59,85	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
5,88	6,00	21,48	201,80	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
7,61	5,00	45,44	262,10	516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	19,31
0	0	19,00	80,00	706,03	Напиток с витаминами "Витошка"	200	19,73
3,75	2,00	18,73	99,40	897	Хлеб пшеничный	40	5,71
2,98	1,00	16,98	90,70	1148	Хлеб ржаной	35	4,90
48,03	48,95	241,74	1710,82				324,00
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ завтрак 135р							
4,70	4,43	17,18	109,31	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	28,87	218,50	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	16,09
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном	200	6,67
3,21	1,35	16,05	85,20	897	Хлеб пшеничный	30	4,34
2,55	0,99	14,55	80,70	1148	Хлеб ржаной	30	4,20
24,63	20,28	107,80	797,01				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
0,06	0,00	15,16	59,90	686	Чай с лимоном	200	6,67
4,50	6,00	29,00	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
18,86	18,72	85,95	675,12				113,00
Меню 7-11л Каменск-Уральский ШУ обед 158р							
4,70	4,00	17,18	137,40	139	Суп картофельный с бобовыми с мясом	200	25,02
7,77	9,50	15,99	243,45	827	Биточек мясной рубленный	100	85,79
0,12	4,00	1,15	11,12	540	Соус томатный	20	4,25
6,34	4,00	28,87	218,50	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	16,09
0	0	19,00	80,00	706,03	Напиток с витаминами "Витошка"	200	19,73
2,68	1,00	13,38	71,00	897	Хлеб пшеничный	25	3,62
2,13	1,00	12,13	64,80	1148	Хлеб ржаной	25	3,50
23,74	23,50	107,70	826,27				158,00
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ завтрак 135р родплата							
4,70	4,43	17,18	109,31	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	28,87	218,50	516	Макаронные изделия отварные с маслом	150	16,09
0,06	0,01	15,16	59,85	686	Чай с лимоном	200	6,67
3,21	1,35	16,05	85,20	897	Хлеб пшеничный	30	4,34
2,55	0,99	14,55	80,70	1148	Хлеб ржаной	30	4,20
24,63	20,28	107,80	797,01				135,00

Технолог:

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

на 03 февраля 2026 г.

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

Белки, г	Жиры, г	воды, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	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
18,88	14,20	12,27	328,90	1028	Котлета рыбная с соусом красным	110	73,24
3,91	6,00	26,44	176,30	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
1,90	6,00	9,14	295,50	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
18,14	6,00	3,60	255,30	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	4,28
5,35	2,00	26,75	142,00	897	Хлеб пшеничный	50	7,24
2,13	1,00	12,13	64,80	1148	Хлеб ржаной	30	4,20
62,74	46,40	199,11	1 836,26				324,00
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ завтрак 135р							
1,52	4,98	7,31	106,00	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	21,16
18,14	6,00	3,60	255,30	1024	Гуляш из курицы	100	87,56
6,53	6,00	27,95	170,80	845,03	Каша гречневая вязкая	150	14,67
0	0	10,97	59,90	828	Чай с сахаром	200	3,07
2,43	1,00	12,24	85,20	897	Хлеб пшеничный	30	4,34
2,55	1,00	13,34	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	4,20
31,17	18,98	75,41	754,90				135,00
Меню 7-11л Каменск-Уральский ШУ завтрак 113р							
0,76	3,00	2,95	9,00	1488	Морковь отварная	60	11,09
16,47	24,00	8,13	314,00	1699,07	Котлета Рыбная	90	67,19
3,26	5,00	20,03	147,00	995	Пюре картофельное	150	26,57
0	0	10,97	59,90	828	Чай с сахаром	200	3,07
1,50	1,00	12,50	81,20	693	Батон	25	5,03
21,99	33,00	54,58	611,10				143,00
Меню 7-11л Каменск-Уральский ШУ обед 158р							
3,52	7,00	7,31	193,21	124	Щи из св. капусты с картофелем, мясом и сметаной	200	34,87
18,14	6,00	3,60	255,30	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	85,20	897	Хлеб пшеничный	30	4,34
2,55	1,00	13,34	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	4,20
33,52	21,00	86,80	883,91				158,00
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ завтрак 135р родплата							
1,52	4,98	7,31	106,00	124	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	21,16
18,14	6,00	3,60	255,30	1024	Гуляш из курицы	100	87,56
6,53	6,00	27,95	170,80	845,03	Каша гречневая вязкая	150	14,67
0	0	10,97	59,90	828	Чай с сахаром	200	3,07
2,43	1,00	12,24	85,20	897	Хлеб пшеничный	30	4,34
2,55	1,00	13,34	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	4,20
31,17	18,98	75,41	754,90				135,00

Технолог:



Согласовано:

Директор Средней школы № 19

С.А. Рязанцева

на 04 февраля 2026 г.*

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

Белки, г	Жиры, г	глекоды, ЭЦ	ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ Двухразовое питание 324р							
7,19	7,76	31,79	242,60	883	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250	52,57
7,00	6,00	15,24	150,60	1066,01	Сырники	100	60,75
1,58	2,00	9,55	64,20	902	Молоко сгущенное	20	8,93
0	0	15,16	59,90	686	Чай с лимоном	200	6,67
1,50	1,00	12,50	78,20	693	Батон	30	6,08
5,48	6,00	15,30	137,60	1015	Суп-лапша на курином бульоне со сметаной	250	38,00
20,98	18,16	1,22	288,81	1237	Птица запеченная	100	80,09
4,74	6,00	22,44	167,50	999	Капуста тушеная	180	32,10
4,50	6,00	34,00	244,20	1141,09	Печенье Детское	60	25,00
0	0	10,97	59,85	828	Чай с сахаром	200	3,07
5,35	2,25	26,75	142,00	897	Хлеб пшеничный	50	7,24
2,13	0,83	12,13	67,25	1148	Хлеб ржаной	25	3,50
60,51	56,00	207,05	1702,71				324,00
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ завтрак 135р							
4,17	4,75	11,65	104,76	1015	Суп-лапша на курином бульоне	200	17,97
20,98	18,16	1,22	288,81	1237	Птица запеченная	100	80,09
3,95	5,00	18,70	139,60	999	Капуста тушеная	150	26,75
0	0	10,97	59,90	828	Чай с сахаром	200	3,07
2,43	0,00	12,24	72,60	894,01	Хлеб пшеничный	25	3,62
2,55	1,00	13,34	77,70	1148	Хлеб ржаной	25	3,50
34,08	28,91	68,12	743,37				135,00
Меню 7-11л Каменск-Уральский ШУ завтрак 113р							
7,19	8,00	31,79	255,60	883	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	210	49,66
3,50	3,00	7,62	75,30	1066,01	Сырники	50	31,02
1,58	2,00	9,55	64,20	902	Молоко сгущенное	20	8,93
0	0	15,16	59,90	686	Чай с лимоном	200	6,67
2,69	3,00	0,00	36,30	97	Сыр (порциями)	10	10,64
2,00	1,00	16,66	104,30	693	Батон	30	6,08
17,02	17,00	80,78	595,60				113,00
Меню 7-11л Каменск-Уральский ШУ обед 158р							
4,38	5,00	12,24	110,00	1015	Суп-лапша на курином бульоне	210	28,47
20,98	18,16	1,22	288,81	1237	Птица запеченная	100	80,09
3,95	5,00	18,70	139,60	999	Капуста тушеная	150	26,75
2,25	3,00	17,00	122,10	1141,09	Печенье Детское	30	12,50
0	0	10,97	59,90	828	Чай с сахаром	200	3,07
2,43	0,00	12,24	72,60	894,01	Хлеб пшеничный	25	3,62
2,55	1,00	13,34	77,70	1148	Хлеб ржаной	25	3,50
36,54	32,16	85,71	870,71				158,00
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ завтрак 135р родплата							
4,17	4,75	11,65	104,76	1015	Суп-лапша на курином бульоне	200	17,97
20,98	18,16	1,22	288,81	1237	Птица запеченная	100	80,09
3,95	5,00	18,70	139,60	999	Капуста тушеная	150	26,75
0	0	10,97	59,90	828	Чай с сахаром	200	3,07
2,43	0,00	12,24	72,60	894,01	Хлеб пшеничный	25	3,62
2,55	1,00	13,34	77,70	1148	Хлеб ржаной	25	3,50
34,08	28,91	68,12	743,37				135,00

Технолог:

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



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

на 05 февраля 2026 г.

Белки, г	Жиры, г	глеводы	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ Двухразовое питание 324р							
16,71	16,00	60,77	428,60	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
1,50	1,00	12,50	78,20	693	Батон	20	4,06
0,52	1,00	10,74	85,30	976	Яблочки свежие	130	35,00
5,60	7,14	12,02	247,85	1021,15	Борщ с капустой и картофелем, мясом, сметаной	250	50,12
12,67	12,00	10,65	198,00	1027,63	Котлета Московская с соусом томатным	140	87,06
5,52	8,40	30,06	254,88	513	Рис припущеный с овощами	180	29,96
0,68		27,62	128,60	705	Напиток из плодов шиповника	200	9,02
4,05	0,50	24,40	121,00	894,01	Хлеб пшеничный.	50	7,24
3,40	1,32	19,40	107,60	1148	Хлеб ржаной	40	5,60
65,46	48,83	278,07	1814,53				324,00
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ завтрак 135р							
1,52	5,48	10,94	87,00	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	21,31
12,67	12,00	10,65	198,00	1027,63	Котлета Московская с соусом томатным	110	81,25
3,60	6,00	24,05	202,40	512	Рис припущеный	150	18,65
0,06	0,00	15,16	59,90	686	Чай с лимоном	200	6,67
2,68	1,00	12,24	71,00	897	Хлеб пшеничный	25	3,62
2,55	1,00	13,34	77,70	1148	Хлеб ржаной	25	3,50
23,08	25,48	86,38	696,00				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
1,50	1,00	12,50	78,20	693	Батон	20	4,06
0,52	1,00	10,74	85,30	976	Яблочки свежие	130	35,00
20,54	19,00	84,49	610,90				113,00
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	210	34,22
12,67	12,00	10,65	198,00	1027,63	Котлета Московская с соусом томатным	110	81,25
4,60	7,00	25,05	212,40	513	Рис припущеный с овощами	150	24,97
0,68		27,62	128,60	705	Напиток из плодов шиповника	200	9,02
3,21	1,00	16,05	85,20	897	Хлеб пшеничный	30	4,34
2,55	1,00	14,55	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	4,20
28,41	27,00	104,02	826,10				158,00
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ завтрак 135р родплата							
1,52	5,48	10,94	87,00	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	200	21,31
12,67	12,00	10,65	198,00	1027,63	Котлета Московская с соусом томатным	110	81,25
3,60	6,00	24,05	202,40	512	Рис припущеный	150	18,65
0,06	0,00	15,16	59,90	686	Чай с лимоном	200	6,67
2,68	1,00	12,24	71,00	897	Хлеб пшеничный	25	3,62
2,55	1,00	13,34	77,70	1148	Хлеб ржаной	25	3,50
23,08	25,48	86,38	696,00				135,00

Технолог:

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



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

на 06 февраля 2026 г.

Белки, г	Жиры, г	глеводы	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ Двухразовое питание 324р							
7,17	8,00	33,82	310,60	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
0,06	0,00	15,16	59,90	686	Чай с лимоном	200	6,67
4,04	4,50		54,45	97	Сыр порциями	15	25,45
2,00	1,16	16,66	104,30	693	Батон	35	7,08
2,70	6,00	17,80	281,10	1030	Рассольник ленинградский со сметаной и мясом	250	55,34
11,17	28,00	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		27,70	114,30	1242	Морс ягодный	200	11,23
5,35	2,25	26,75	142,00	897	Хлеб пшеничный	50	7,24
2,13	1,00	12,13	64,80	1148	Хлеб ржаной	25	3,50
44,98	62,91	213,23	1 803,55				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	28,00	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	0,00	12,24	72,60	894,01	Хлеб пшеничный	30	4,34
2,55	1,00	13,34	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	4,20
21,35	38,20	71,79	722,70				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		54,45	97	Сыр порциями	15	15,97
1,50	1,00	12,50	78,20	693	Батон	35	7,08
17,77	18,50	85,04	651,55				113,00
Меню 7-11л Каменск-Уральский ШУ обед 158р							
2,16	5,00	10,24	218,40	1030	Рассольник ленинградский со сметаной и мясом	210	35,54
11,17	28,00	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	0,00	12,24	72,60	894,01	Хлеб пшеничный	30	4,34
2,55	1,00	13,34	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	4,20
21,81	39,00	89,16	866,30				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	28,00	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	0,00	12,24	72,60	894,01	Хлеб пшеничный	30	4,34
2,55	1,00	13,34	77,70	1148	Хлеб ржаной	30	4,20
21,35	38,20	71,79	722,70				135,00

Технолог:

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

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

на 07 февраля 2026 г.

Белки, г	Жиры, г	глеводы, ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ Двухразовое питание 324р						
8,99	9,70	39,74	357,90	883 Каша пшеничная молочная с маслом спивочным	250	52,57
0,06	0,00	15,16	59,90	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
1,90	6,00	9,14	295,50	124 Щи из св капусты с картофелем, мясом и сметаной	250	43,12
7,77	9,50	15,99	243,45	827 Биточек мясной рубленный	100	85,79
7,61	5,00	45,44	262,10	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
5,35	2,00	26,75	142,00	897 Хлеб пшеничный	50	7,24
2,13	1,00	12,13	64,80	1148 Хлеб ржаной	25	3,50
44,28	48,20	214,21	1907,75			324,00
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ завтрак 135р						
1,52	4,98	7,31	106,00	124 Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	22,93
7,77	9,50	15,99	243,45	827 Биточек мясной рубленный	100	85,79
6,34	4,00	28,87	218,50	516 Макаронные изделия отварные с маслом	150	16,09
0	0	10,97	59,90	828 Чай с сахаром	200	3,07
2,68	1,13	13,38	71,00	897 Хлеб пшеничный	25	3,62
2,13	1,00	12,13	64,80	1148 Хлеб ржаной	25	3,50
20,44	20,61	88,65	763,65			135,00
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ завтрак 135р родплата						
1,52	4,98	7,31	106,00	124 Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	22,93
7,77	9,50	15,99	243,45	827 Биточек мясной рубленный	100	85,79
6,34	4,00	28,87	218,50	516 Макаронные изделия отварные с маслом	150	16,09
0	0	10,97	59,90	828 Чай с сахаром	200	3,07
2,68	1,13	13,38	71,00	897 Хлеб пшеничный	25	3,62
2,13	1,00	12,13	64,80	1148 Хлеб ржаной	25	3,50
20,44	20,61	88,65	763,65			135,00

Технолог: