

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

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

на 26 января 2026 г.

Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	Эн, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Меню 7-11л Каменск-Уральский ШУ завтрак 113р							
20,16	23,00	6,52	305,26	891	Омлет запеченный или паровой	200	62,74
2,78	5,00	18,30	203,50	1141,09	Печенье детское	50	20,83
0,00	0,00	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
1,50	1,00	12,50	78,20	693	Батон	30	6,08
27,12	30,00	69,73	737,96				113,00
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ Двухразовое питание 324р							
24,19	27,00	7,82	366,30	891	Омлет запеченный или паровой	240	80,57
4,50	6,00	34,00	244,20	1141,09	Печенье детское	60	25,00
0,00	0,00	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
2,00	1,00	14,66	104,30	693	Батон	30	6,08
0,48	0,00	1,02	7,80	1006	Огурцы консервированные порционно	60	19,86
5,88	6,00	21,48	201,80	139	Суп картофельный с бобовыми и мясом	250	47,23
11,17	24,00	3,61	236,30	437,06	Гуляш из мяса свинины	100	76,12
4,32	7,00	34,00	264,50	512	Рис припущенный	180	26,02
0,24	0,00	27,70	114,30	1242	Морс ягодный	200	11,23
2,44	0,00	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
60,46	73,20	202,25	1 840,86				324,00
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ завтрак 135р							
4,70	4,00	15,18	152,90	139	Суп картофельный с бобовыми с мясом	200	25,02
11,17	24,00	3,61	236,30	437,06	Гуляш из мяса свинины	100	76,12
3,60	6,00	24,05	202,40	512	Рис припущенный	150	18,65
0,06		15,16	59,90	686	Чай с лимоном	200	6,67
2,44	0,00	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
24,53	35,20	83,58	801,86				135,00
Меню 7-11л Каменск-Уральский ШУ обед 158р							
0,48	0,00	1,02	7,80	1006	Огурцы консервированные порционно	60	19,86
4,70	4,00	15,18	152,90	139	Суп картофельный с бобовыми с мясом	200	25,02
11,17	24,00	3,61	236,30	437,06	Гуляш из мяса свинины	100	76,12
3,60	6,00	24,05	202,40	512	Рис припущенный	150	18,65
0,24		27,70	114,30	1242	Морс ягодный	200	11,23
2,68	1,00	13,38	71,00	894,01	Хлеб пшеничный	25	3,62
2,13	1,00	12,13	64,80	1148	Хлеб ржаной	25	3,50
25,00	36,00	97,07	849,50				158,00
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ завтрак 135р родплата							
4,70	4,00	15,18	152,90	139	Суп картофельный с бобовыми с мясом	200	25,02
11,17	24,00	3,61	236,30	437,06	Гуляш из мяса свинины	100	76,12
3,60	6,00	24,05	202,40	512	Рис припущенный	150	18,65
0,06		15,16	59,90	686	Чай с лимоном	200	6,67
2,44	0,00	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
24,53	35,20	83,58	801,86				135,00

Технолог:

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

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

на 27 января 2026 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, 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							
9,10	9,00	32,75	346,90	842	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
1,91	7,00	13,68	184,10	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	Котлета Полтавская с соусом томатным	110	73,11
8,46	5,56	50,49	195,89	516	Картофель отварной	200	37,15
0,35	0,00	24,36	101,70	928	Компот из смеси сухофруктов	200	14,28
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	25	3,50
51,18	49,52	214,37	1 659,32				324,00
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ завтрак 135р							
1,52	5,48	10,94	99,54	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	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		10,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный	25	3,62
2,13	1,00	11,12	64,75	1148	Хлеб ржаной	25	3,50
22,68	26,48	80,45	747,51				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							
1,52	5,48	10,94	99,54	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	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		10,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный	25	3,62
2,13	1,00	11,12	64,75	1148	Хлеб ржаной	25	3,50
22,68	26,48	80,45	747,51				135,00

Технолог:

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

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

на 28 января 2025 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	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	4,00	27,87	218,50	516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	19,31
0,78	8,00	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	23,40	64,73	605,80				113,00
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ Двухразовое питание 324р							
11,17	28,00	3,61	236,30	437,06	Гуляш из мяса свинины	100	76,12
7,60	4,80	33,44	218,50	516	Макаронные изделия отварные с маслом	180	19,31
2,25	3,00	17,00	122,10	1141,09	Печенье детское	60	25,00
0,24	0,00	27,70	114,30	1242	Морс ягодный	200	11,23
0,75	0,38	6,25	39,11	693	Батон	15	3,34
2,27	6,00	11,85	130,90	1175	Рассольник домашний со сметаной и мясом	250	47,73
7,77	9,50	15,99	243,45	827	Биточек мясной рубленый	100	85,79
0,31	10,00	2,89	27,80	540	Соус томатный	50	11,37
11,19	7,00	58,35	341,50	998	Каша гречневая рассыпчатая	180	24,35
0,68		27,62	128,60	705	Напиток из плодов шиповника	200	9,02
5,35	2,25	26,75	142,00	897	Хлеб пшеничный	50	7,24
2,13	1,00	11,12	67,30	1147	Хлеб ржаной	25	3,50
51,71	71,93	242,57	1 811,86				324,00
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ завтрак 135р							
1,82	5,07	11,08	96,71	1175	Рассольник домашний со сметаной	200	15,82
7,77	9,50	15,99	243,45	827	Биточек мясной рубленый	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		10,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный	25	3,62
2,13	1,00	11,12	67,30	1147	Хлеб ржаной	25	3,50
23,17	21,61	104,31	803,76				135,00
Меню 7-11л Каменск-Уральский ШУ обед 158р							
2,97	5,00	9,08	93,70	1175	Рассольник домашний со сметаной и мясом	200	35,78
7,77	9,50	15,99	243,45	827	Биточек мясной рубленый	100	85,79
9,32	6,00	39,92	275,60	998	Каша гречневая рассыпчатая	150	20,29
0,68		27,62	128,60	705	Напиток из плодов шиповника	200	9,02
2,03		10,20	71,00	894,01	Хлеб пшеничный	25	3,62
2,13	1,00	11,12	67,30	1147	Хлеб ржаной	25	3,50
24,90	21,50	113,93	879,65				158,00
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ завтрак 135р родплата							
1,82	5,07	11,08	96,71	1175	Рассольник домашний со сметаной	200	15,82
7,77	9,50	15,99	243,45	827	Биточек мясной рубленый	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		10,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный	25	3,62
2,13	1,00	11,12	67,30	1147	Хлеб ржаной	25	3,50
23,17	21,61	104,31	803,76				135,00

Технолог:

Согласовано:
Директор Средней школы № 19

С.А. Рязанцева

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

на 29 января 2026 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рес.	Наименование блюда	Выход, г	Цена, руб.
Меню 7-11л Каменск-Уральский ШУ завтрак 113р							
5,91	7,56	33,27	289,13	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
8,62	15,56	68,81	571,73				113,00
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ Двухразовое питание 324р							
7,03	9,00	39,61	344,20	235,05	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	250	54,22
0,09	0,00	15,16	79,80	483	Чай с лимоном	200	6,67
0,12	11,00	0,20	108,00	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
2,42	2,00	17,43	120,80	1039	Суп с вермишелью и мясом	250	43,34
18,88	14,20	12,27	328,90	1028	Котлета рыбная с соусом красным	110	73,24
1,96	3,00	12,02	88,20	995	Пюре картофельное	90	24,84
2,37	3,00	11,22	83,75	999	Капуста тушеная	90	24,98
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
3,40	1,00	19,40	103,60	1148	Хлеб ржаной	40	5,60
44,77	46,20	202,35	1 652,05				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
16,47	20,10	8,13	314,00	1028	Котлета рыбная	90	67,19
1,63	2,50	10,02	73,50	995	Пюре картофельное	75	20,70
1,98	2,50	9,35	69,80	999	Капуста тушеная	75	20,82
0	0	9,97	59,90	828	Чай с сахаром	200	3,07
2,14	0,00	10,70	56,80	897	Хлеб пшеничный	20	2,90
1,70	1,00	9,70	53,80	1148	Хлеб ржаной	20	2,80
25,86	27,98	71,82	792,55				135,00
Меню 7-11л Каменск-Уральский ШУ обед 158р							
1,94	2,00	11,95	132,80	1039	Суп с вермишелью и мясом	200	34,47
18,88	14,20	12,27	329,70	1028	Котлета рыбная с соусом красным	110	73,24
1,63	2,50	10,02	73,50	995	Пюре картофельное	75	20,70
1,98	2,50	9,35	69,80	999	Капуста тушеная	75	20,82
0	0	9,97	59,90	828	Чай с сахаром	200	3,07
2,14	0,00	10,70	56,80	897	Хлеб пшеничный	20	2,90
1,70	1,00	9,70	53,80	1148	Хлеб ржаной	20	2,80
28,27	22,20	73,96	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
16,47	20,10	8,13	314,00	1028	Котлета рыбная	90	67,19
1,63	2,50	10,02	73,50	995	Пюре картофельное	75	20,70
1,98	2,50	9,35	69,80	999	Капуста тушеная	75	20,82
0	0	9,97	59,90	828	Чай с сахаром	200	3,07
2,14	0,00	10,70	56,80	897	Хлеб пшеничный	20	2,90
1,70	1,00	9,70	53,80	1148	Хлеб ржаной	20	2,80
25,86	27,98	71,82	792,55				135,00

Технолог:

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

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

на 30 января 2026 г.

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, 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	5,66	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							
7,51	9,00	3,53	250,30	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
1,90	6,00	9,14	295,50	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
5,35	2,25	26,75	142,00	897	Хлеб пшеничный	50	7,24
2,13	1,00	12,13	67,30	1148	Хлеб ржаной	25	3,50
56,93	61,02	158,16	1 764,63				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
0	0	10,97	59,85	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	13,34	67,30	1148	Хлеб ржаной	25	3,50
30,65	28,89	80,70	734,66				135,00
Меню 7-11л Каменск-Уральский ШУ обед 158р							
1,52	7,00	7,31	143,70	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	11,12	67,30	1148	Хлеб ржаной	25	3,50
30,64	30,77	94,02	824,68				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
0	0	10,97	59,85	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	13,34	67,30	1148	Хлеб ржаной	25	3,50
30,65	28,89	80,70	734,66				135,00

Технолог:

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

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

на 31 января 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							
8,99	10,00	39,74	357,90	883	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	250	52,57
7,00	6,00	15,24	150,80	1066,01	Сырники	100	60,75
1,58	2,00	8	108,00	902	Молоко сгущенное	20	8,93
0,06	0,00	15,18	59,90	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
2,54	6,00	17,28	236,70	1058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной и мясом	250	47,86
12,44	15,00	10,38	244,30	147	Котлета Полтавская с соусом томатным	140	83,32
4,84	5,00	30,60	225,20	1032	Каша гречневая вязкая	180	17,60
0,35	0,00	24,36	101,70	928	Компот из смеси сухофруктов	200	14,28
5,35	2,00	26,75	142,00	897	Хлеб пшеничный	50	7,24
2,13	1,00	12,13	67,30	1148	Хлеб ржаной	25	3,50
47,68	48,00	217,42	1 807,00				324,00
Меню от 12л Каменск-Уральский ШУ завтрак 135р							
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	Котлета Полтавская с соусом томатным	110	73,11
4,03	4,12	25,50	171,00	1032	Каша гречневая вязкая.	150	14,67
0	0	11,18	60,00	854,01	Чай с шиповником	200	6,70
2,68	1,13	13,38	71,00	897	Хлеб пшеничный	30	4,34
2,13	1,00	12,13	67,30	1148	Хлеб ржаной	30	4,20
23,31	26,32	86,39	803,76				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	Котлета Полтавская с соусом томатным	110	73,11
4,03	4,12	25,50	171,00	1032	Каша гречневая вязкая.	150	14,67
0	0	11,18	60,00	854,01	Чай с шиповником	200	6,70
2,68	1,13	13,38	71,00	897	Хлеб пшеничный	30	4,34
2,13	1,00	12,13	67,30	1148	Хлеб ржаной	30	4,20
23,31	26,32	86,39	803,76				135,00

Технолог: