

Утверждаю
Директор

2026г.

Утверждаю
Начальник МАУ «ЦФХС» городского
муниципального округа
И.В. Акимов
2026г.

Меню
на _____

День 1 (Понедельник)

Завтрак								
№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Цена,руб	Выход (гр)	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	209	Яйца вареные	10,00	40	5,08	4,6	0,28	63
2	175	Каша вязкая молочная из риса и пшена 200/10(рис,пшено, молоко, масло сливочное, сахар)	22,00	210	6,08	11,18	33,48	260
3	379	Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток , молоко, сахар)	12,00	200	3,17	2,68	15,95	101
4		Хлеб пшеничный	6	60	4,74	0,6	0,9	140
		Итого завтрак:	50,00	510,00	19,07	19,06	50,61	564,00

Обед с 7 - 11 лет

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Цена,руб	Выход (гр)	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	48	Салат витаминный (яблоки, томаты, огурцы, морковь, лимон масло растительное)	16	60	0,49	3,66	3,16	47,6
2	139*	Суп картофельный с бобовыми и мясом пылленка 200/20(картофель, горох, морковь, лук репчатый, масло сливочное)	20	220	8,3	6,2	17,9	155
3	290/330	Птица тушеная в сметанном соусе 50/50 (мясо пылленка, масло растительное,сметана, мука)	33	100	11,78	10,12	2,93	150
4	309	Макароны отварные(макарон. изд., масло слив.)	15	150	5,52	4,52	26,45	168
5		Сок	20	200	1	0	21,2	88
6		Хлеб ржано-пшеничный	6	60	3,36	0,66	1,02	138
		Итого обед:	110	790	30,45	25,16	72,66	746,60

Полдник

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Цена,руб	Выход (гр)	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1		Булочка ванильная	25	100	7,9	8,12	44,48	283
2	386	Бифилайф	16	150	4,2	3,75	6	75
		Итого за полдник:	41	250	12,10	11,87	50,48	358,00



Утверждаю
Директор

С.А. Сидорова
2026



Утверждаю
Начальник МАУ "ЦФ" Идринского
муниципального округа
Н.И. Авакимова
2026

Меню

на

День 2 (вторник)

Завтрак								
№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Цена,руб	Выход (гр)	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	364/619*	Зразы из творога с курагой (творог, мука, сахар, соль, яйца, курага, масло сливочное) 100/50	30	150	14,3	11,1	33,41	417
2	377	Чай с лимоном 200/15/7 (чай, сахар, лимон)	5,00	222	0,13	0,02	15,2	62
3	338	Фрукты свежие — яблоки	12,00	100	0,4	0,4	9,8	47
4		Хлеб пшеничный	3,00	30	2,37	0,3	0,45	70
		Итого завтрак:	50,00	502	17,2	11,8	58,9	596,00

Обед с 7 - 11 лет

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Цена,руб	Выход (гр)	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	37	Салат картофельный с огурцами (картофель, морковь, лук реп., огурцы солен., масло растит.)	7	60	0,73	4,7	5,38	67
2	110*	Борщ с капустой и картофелем с мясом пыленка и сметаной 200/20/8 (свекла, капуста, картофель, морковь, лук реп., томатная паста, сахар, масло сливочное)	20	228	5,2	7,08	10,8	119,8
3	278/331	Тефтели 1 вариант рубленные из свинины со сметанным соусом с томатом 60/50 (свинина, лук репчатый, хлеб, мука, масло растительное, сметана, томатное пюре)	28	110	12,83	14,8	12,34	237
4	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным (крупа гречневая, масло сливочное)	12	150	8,6	6,09	38,64	244
5	342	Компот из свежих яблок (яблоки, сахар, лимон)	10	200	0,16	0,16	27,88	115
6		Фрукты свежие	27	100	1,5	0,5	21	96
7		Хлеб ржано-пшеничный	6	60	3,36	0,66	1,02	138
		Итого обед:	110	908	32,38	33,99	117,06	1016,80

Полдник

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Цена,руб	Выход (гр)	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1		Ватрушка с повидлом	35	100	6,19	4,13	61,27	308
2	388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника, сахар)	7	200	0,68	0,28	20,76	88,2
		Итого за полдник:	42	300,00	6,87	4,41	82,03	396,20

Утверждаю
Директор

А.М. Сидорова
2026г.



Утверждаю
Начальник МАУ "Центр финансово-экономического
мониторинга и контроля
И.В. Заввакумова
2026г.

Меню

на

День 3(среда)

Завтрак								
№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Цена,руб	Выход (гр)	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	3	Бутерброды с сыром (хлеб пшенич., сыр, масло слив.)	21	50	5,8	8,3	14,83	157
2	174	Каша вязкая молочная рисовая с маслом 200/10 (молоко, крупа рисовая, сахар, масло сливочное)	22,00	210	6	10,85	42,95	294
3	376	Чай с сахаром 200/15	4,00	215	0,07	0,02	15	60
4		Хлеб пшеничный	3,00	30	2,37	0,3	0,45	70
		Итого завтрак:	50,00	505	14,2	19,5	73,2	581,00

Обед с 7 - 11 лет

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Цена,руб	Выход (гр)	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	47	Салат из квашеной капусты (капуста квашеная, лук репчатый, масло растительное)	11	60	1,03	3	5,1	52
2	135*	Суп из овощей со сметаной 200/8 (картофель, капуста, лук, морковь, зеленый горошек, масло сливочное)	20	208	2	4,77	10,2	92,6
3	229	Минтай, тушеный в томате с овощами 50/50 (филе минтая, лук репчатый, морковь, томатное пюре, корин, сахар, растительное масло, лимонная к-та)	36	100	9,75	4,95	3,8	105
4	312	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло сл)	15	150	3,09	4,8	20,4	137
5	348	Компот и кураги (курага, сахар, лимонная к-та)	12	200	0,78	0,05	27,63	114,8
6		Конфета	10	20	1,32	5,28	11	97
7		Хлеб ржано-пшеничный	6	60	3,36	0,66	1,02	138
		Итого обед:	110	798	21,33	23,51	79,15	736,40

Полдник

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Цена,руб	Выход (гр)	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1		Плюшка	26	100	15,74	3,5	38,86	250
2	385	Молоко кипяченое	11	150	4,3	5,2	7,2	80
		Итого за полдник:	37	250,00	20,04	8,70	46,06	330,00

Утверждаю
Директор

С. В. Соловьева
2026г.

Утверждаю
Начальник МАУ "ЦФХО" Ядринского
муниципального округа
Н. В. Авакимова
2026г.

Меню

на _____

День 4 (четверг)

Завтрак								
№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Цена,руб	Выход (гр)	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	181	Каша жидкая молочная из манной крупы (крупа манная, молоко, сахар, масло слив)	23,00	210	6,11	10,72	32,38	251
2	382	Какао с молоком (какао, молоко, сахар)	12,00	200	4,08	3,54	17,58	119
3	338	Фрукты свежие — яблоки	12,00	100	0,4	0,4	98	47
4		Хлеб пшеничный	3	30	2,37	0,3	0,45	70
		Итого завтрак:	50,00	540	13	15	148	487,0

Обед с 7 - 11 лет

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Цена,руб	Выход (гр)	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	54	Салат из свеклы с яблоками (свекла, яблоки, сахар, масло растительное)	12	60	0,66	3,66	6,72	62,4
2	124*	Щи из свежей капусты с картофелем с мясом цыпленка и сметаной 200/20/8 (картофель, капуста, морковь, лук, томат, пюре, масло слив)	20	228	5,2	6,36	8,32	105,4
3	273/333	Котлеты рубленные, запеченные с молочным соусом (свинина, хлеб пшен., молоко, масло слив., сыр Мука) 70/30	43	100	3,01	7,84	8,86	119
4	305	Рис припущенный (рис, масло сливочное)	17	150	3,64	4,29	36,7	200
5	349	Компот из сухофруктов (сухоф., сахар, лимонел)	12	200	0,66	0,09	32	133
6		Хлеб ржано-пшеничный	6	60	3,36	0,66	1,02	138
		Итого обед:	110	798	16,53	22,90	93,62	757,80

Полдник

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Цена,руб	Выход (гр)	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1		Пирожок печеный с картофелем	30	100	6,19	6,7	36,69	232
2	377	Чай с лимоном 200/15/7 (чай, сахар, лимон)	5,00	222	0,13	0,02	15,2	62
		Итого за полдник:	35	322,00	6,32	6,72	51,89	294,00



на _____

Тень 5 (пятница)

Завтрак								
№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Цена,руб	Выход (гр)	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	209	Яйца вареные	10,00	40	5,08	4,6	0,28	63
2	173	Каша вязкая овсяная с маслом 200/10 (молоко, овсяные хлопья, сахар, масло сливочное)	22,00	210	9,04	13,44	40,16	318
3	379	Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток, молоко, сахар)	12,00	200	3,17	2,68	15,95	101
4		Хлеб пшеничный	6	60	4,74	0,6	0,9	140
		Итого завтрак:	50,00	510	22	21	57	622

Обед с 7 - 11 лет

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Цена,руб	Выход (гр)	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	24	Салат из свежих помидоров и огурцов (томаты, огурцы, лук репчатый, масло растительное)	16	60	0,58	3,64	2,18	42,5
2	132*	Рассольник ленинградский с мясом цыпленка и сметаной 200/20/8 (картофель, рис, огурцы соленные, лук реп., морковь, масло сливочное)	20	228	6	6,52	16,4	143
3	259	Жаркое по-домашнему из свинины 50/125 (свинина, картофель, лук репчатый, томатное пюре, масло растительное)	47	175	12,3	29,5	16,58	383
4	348	Компот из чернослива (чернослив, сахар, лим. кис)	12	200	0,35	0,11	23,61	98,4
5		Печенье	9	25	1,82	4,8	17,65	115
6		Хлеб ржано-пшеничный	6	60	3,36	0,66	1,02	138
		Итого обед:	110	748	24,41	45,23	77,44	919,90

Полдник

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Цена,руб	Выход (гр)	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1		Булочка ванильная	25	100	7,9	8,12	44,48	283
2	376	Чай с сахаром 200/15	4,00	215	0,07	0,02	15	60
		Итого за полдник:	29	315,00	7,97	8,14	59,48	343,00

Утверждаю
Директор

В. В. Сидорова
2026г.



Утверждаю
И. В. Сидорова
2026г.

Меню

на _____

День 6 (понедельник)

Завтрак					Пищевая ценность			
№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Цена, руб	Выход (гр)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	2	Бутерброды с повидлом	20	55	2,4	3,87	27,83	156
2	173	Каша вязкая молочная пшеничная с маслом 200/10 (крупа пшеничная, молоко, масло сливочное)	23,00	210	8,64	11,06	44,32	312
3	376	Чай с сахаром 200/15	4,00	215	0,07	0,02	15	60
4		Хлеб пшеничный	3	30	2,37	0,3	0,45	70
		Итого завтрак:	50,00	510,00	13,48	15,25	87,60	598,00

Обед с 7 - 11 лет

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Цена, руб	Выход (гр)	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	48	Салат витаминный (яблоки, томаты, огурцы, морковь, лимон масло растительное)	16	60	0,49	3,66	3,16	47,6
2	124*	Щи из свежей капусты с картофелем с мясом цыпленка и сметаной 200/20/8 (картофель, капуста, морковь, лук, томат пюре, масло слив)	20	228	5,2	6,36	8,32	105,4
3	279/331	Тефтели 2-ой вариант (свинина, рис, лук, масло раст., мука, томат паст, сметана) 60/50	36	110	7,46	8,29	9,44	142
4	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом (крупа гречневая, масло слив.)	12	150	8,6	6,09	38,64	244
5		Сок	20	200	1	0	21,2	88
6		Хлеб ржано-пшеничный	6	60	3,36	0,66	1,02	138
		Итого обед:	110	808	26,11	25,06	81,78	765,00

Полдник

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Цена, руб	Выход (гр)	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1		Плюшка	26	100	15,74	3,5	38,86	250
2	385	Молоко кипяченое	11	150	4,3	5,2	7,2	80
		Итого за полдник:	37	250,00	20,04	8,70	46,06	330,00



Меню

на _____

День 7 (вторник)

Завтрак								
№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Цена,руб	Выход (гр)	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	364/619*	Зразы из творога с черносливом (творог, мука, сахар, соль, яйца, курага, масло слив., чернослив)	20	150	14,3	11,1	33,41	417
2	382	Какао с молоком (какао, молоко, сахар)	12,00	200	4,08	3,54	17,58	119
3	338	Фрукты свежие — яблоки	12,00	100	0,4	0,4	9,8	47
4		Хлеб пшеничный	6	60	4,74	0,6	0,9	140
		Итого завтрак:	50,00	510,00	23,52	15,64	61,69	723,00

Обед с 7- 11 лет

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Цена,руб	Выход (гр)	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	47	Салат из квашеной капусты (капуста квашеная, лук репчатый, масло раст.)	11	60	1,03	3	5,1	52
2	110*	Борщ с капустой и картофелем с мясом цыпленка и сметаной 200/20/8 (свекла, капуста, картофель, морковь, лук реп., томатная паста, сахар, масло сливочное)	20	228	5,2	7,08	10,8	119,8
3	290/330	Птица тушеная в сметанном соусе 50/50 (мясо цыпленка, масло растительное, сметана, мука)	33	100	11,78	10,12	2,93	150
4	312	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло сл.)	15	150	3,09	4,8	20,4	137
5	376	Чай с сахаром 200/15	4,00	215	0,07	0,02	15	60
6		Фрукты свежие	21	100	0,9	0,2	8,1	43
7		Хлеб ржано-пшеничный	6	60	3,36	0,66	1,02	138
		Итого обед:	110	913	25,43	25,88	63,35	699,80

Полдник

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Цена,руб	Выход (гр)	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1		Пирожок печеный с капустой	30	100	6,28	2,56	36,7	195
2	388	Напиток из плодов шиповника (плоды шиповника, сахар)	7	200	0,68	0,28	20,76	88,2
		Итого за полдник:	37	300,00	6,96	2,84	57,46	283,20

Утверждаю
Директор

С.В. Соловьев
2026г.

Утверждаю
Начальник МАУ "ЦОХО" Ядринского
муниципального округа

Н.В. Авдеев
2026г.

Меню

на

2026г.

День 8 (срета)

Завтрак								
№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Цена,руб	Выход (гр)	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	209	Яйца вареные	10,00	40	5,08	4,6	0,28	63
2	182	Каша жидкая молочная пшениная с маслом 200/10 (молоко, пшено, масло слив)	22,00	210	7,51	11,72	37,05	285
3	379	Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток, молоко, сахар)	12,00	200	3,17	2,68	15,95	101
4		Хлеб пшеничный	6	60	4,74	0,6	0,9	140
		Итого завтрак:	50,00	510,00	20,50	19,60	54,18	589,00

Обед с 7 -11 лет

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Цена,руб	Выход (гр)	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	67	Винегрет овощной (картофель, свекла, морковь, огурцы соленые, капуста квашеная, лук репчатый)	11	60	0,84	6	4,4	75
2	139*	Суп картофельный с бобовыми и мясом пшеника 200/20 (картофель, горох, морковь, лук репчатый, масло сливочное)	20	220	8,3	6,2	17,9	155
3	385/600*	Рыба «Аппетитная» (минтай, мука, масло раст., капуста, масло слив, лук, сыр, яйцо)	38	150	15,6	16,2	8,85	246
4	305	Рис припущенный (рис, масло сливочное)	17	150	3,64	4,29	36,7	200
5	342	Компот из свежих яблок (яблоки, сахар, лим. кис)	10	200	0,16	0,16	27,88	115
6		Конфета	8	20	1,32	5,28	11	97
7		Хлеб ржано-пшеничный	6	60	3,36	0,66	1,02	138
		Итого обед:	110	860	33,22	38,79	107,75	1026,00

Полдник

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Цена,руб	Выход (гр)	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1		Ватрушка с творогом	35	100	12,3	7,3	38,9	269
2	377	Чай с лимоном 200/15/7 (чай, сахар, лимон)	5,00	222	0,13	0,02	15,2	62
		Итого за полдник:	40	322,00	12,43	7,32	54,10	331,00

Утверждаю
Директор

[Подпись]
2026г.

Утверждаю

Начальник МАУ "БФХС" Ядринского
муниципального округа
И.В. Аванкумова

Меню

на _____

День 9 (четверг)

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Цена,руб	Выход (гр)	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	173	Каша вязкая молочная гречневая (крупа гречневая, молоко, сахар, масло сливочное)	24	210	8,64	11,06	44,32	312
2	376	Чай с сахаром 200/15	4,00	215	0,07	0,02	15	60
3	338	Фрукты свежие-яблоки	19,00	100	0,4	0,4	9,8	47
4		Хлеб пшеничный	3,00	30	2,37	0,3	0,45	70
		Итого завтрак:	50,00	555,00	11,48	11,78	69,57	489,00

Обед с 7 - 11 лет

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Цена,руб	Выход (гр)	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	54	Салат из свеклы с яблоками (свекла, яблоки, сахар, масло растительное)	11	60	0,66	3,66	6,72	62,4
2	135*	Суп из овощей со сметаной 200/8 (картофель, капуста, лук, морковь, зел./горошек, масло слив.)	20	208	2	4,77	10,2	92,6
3	265	Плов (свинина, рис, масло раст., лук, морковь, томатное пюре)	48	150	12,62	28,17	25,89	408
4		Кондитерское изделие	13	25	1,32	5,28	11	97
5	348	Компот и кураги (курага, сахар, лимонная кис.)	12	200	0,78	0,05	27,63	114,8
6		Хлеб ржано-пшеничный	6	60	3,36	0,66	1,02	138
		Итого обед:	110	703	20,74	42,59	82,46	912,80

Полдник

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Цена,руб	Выход (гр)	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1		Булочка ванильная	25	100	7,9	8,12	44,48	283
2	386	Бифалайф	16	150	4,2	3,75	6	75
		Итого за полдник:	41	250,00	12,10	11,87	50,48	358,00



Утверждаю
Директор

С.В. Соловьев
2026г.

Меню

на _____

День 10 (пятница)

Завтрак								
№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Цена,руб	Выход (гр)	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	3	Бутерброды с сыром (хлеб пшенич., сыр, масло слив.)	21	50	5,8	8,3	14,83	157
2	120	Суп молочный с макаронными изделиями (молоко, макаронные изд., сахар, масло сливочное)	21,00	200	4,38	3,8	14,4	120
3	377	Чай с лимоном 200/15/7 (чай, сахар, лимон)	5,00	222	0,13	0,02	15,2	62
4		Хлеб пшеничный	3,00	30	2,37	0,3	0,45	70
		Итого завтрак:	50,00	502,00	12,68	12,42	44,88	409,00

Обед с 7 - 11 лет

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Цена,руб	Выход (гр)	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1	24	Салат из свежих помидоров и огурцов (томаты, огурцы, лук репчатый, масло растительное)	16	60	0,58	3,64	2,18	42,5
2	132*	Рассольник ленинградский с мясом цыпленка и сметаной 200/20/8 (картофель, рис, огурцы соленые, лук реп., морковь, масло сливочное)	20	228	6	6,52	16,4	143
3	280/331	Фрикадельки в соусе (свинина, хлеб пшенич., лук, мука, масло раст., сметана, томат паста)	34	105	6,98	16,77	10,61	224
4	312	Пюре картофельное (картофель, молоко, масло)	15	150	3,09	4,8	20,4	137
5	349	Компот из сухофруктов (сухоф., сахар, лим.кисл.)	12	200	0,66	0,09	32	133
6		Печенье	7,00	25	1,82	4,8	17,65	115
7		Хлеб ржано-пшеничный	6	60	3,36	0,66	1,02	138
		Итого обед:	110	828	22,49	37,28	100,26	932,50

Полдник

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Цена,руб	Выход (гр)	Пищевая ценность			
					Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
1		Плюшка	26	100	15,74	3,5	38,86	250
2	342	Компот из свежих яблок (яблоки, сахар, лим.кисл.)	12	200	0,16	0,16	27,88	115
		Итого за полдник:	38	300,00	15,90	3,66	66,74	365,00