

Согласовано:
Директор ИСОУ СШ № 20
Т.А. Шатулина



МЕНЮ

02.02.2026

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Обед РП 150,00 руб							
4,70	4,43	17,18	133,31	139	Суп картофельный с бобовыми	200	19,84
1,30	0,16	7,81	40,00	943	Гренки из пшеничного хлеба	10	2,87
14,69	11,99	8,50	199,90	1027,13	Котлета Деревенская	90	92,24
5,18	9,03	29,97	221,85	1011,03	Салатки отварные	150	11,88
0,24	0,10	27,70	114,30	1242	Морс ягодный	200	15,26
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный	20	4,41
2,13	0,83	12,13	64,75	1147	Хлеб ржаной	20	3,70
30,27	26,79	115,49	834,61				150,00

03.02.2026

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Обед РП 150,00 руб							
1,82	5,07	11,08	96,71	1175	Рассольник домашний со сметаной	200	28,26
15,72	14,31	48,42	386,84	1020	Плов с мясом птицы	250	100,63
0,35	0,09	24,36	101,70	928	Компот из смеси сухофруктов	200	13,00
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный	20	4,41
2,13	0,83	12,13	64,75	1147	Хлеб ржаной	20	3,70
22,05	20,55	108,19	710,50				150,00

04.02.2026

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Обед РП 150,00 руб							
1,60	5,75	11,49	104,52	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	210	21,81
26,75	16,34	1,44	259,93	1237	Птица запеченная	90	69,81
0,45	0,82	3,64	224,75	518	Картофель отварной	150	41,54
0,16	0,01	4,52	20,19	932	Компот из сураги	200	8,63
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный	20	4,41
2,13	0,83	12,13	64,75	1147	Хлеб ржаной	20	3,70
33,12	24,00	45,42	734,64				150,00

05.02.2026

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Обед РП 150,00 руб							
2,13	5,32	14,52	114,79	1058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	210	17,25
16,86	18,66	1	202,78	1308,02/1126	Биточек куриный с соусом томатным	110	91,42
3,54	8,36	34,05	225,94	990	Рис припущенный с овощами	150	22,34
0,68	0,28	27,52	128,62	705	Налисок из плодов шиповника	200	10,88
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный	20	4,41
2,13	0,83	12,13	64,75	1147	Хлеб ржаной	20	3,70
27,37	33,70	101,68	797,38				150,00

06.02.2026

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Обед РП 150,00 руб							
4,38	4,75	12,24	110,05	1015	Суп-лапша на курином бульоне	200	11,93
8,33	10,90	3,96	143,00	375,07	Рыба «Лаксом» с ветгой	100	100,45
9,32	5,95	48,62	284,60	995	Каша гречневая рассыпчатая	150	14,26
0,24	0,10	27,70	114,30	1242	Морс ягодный	200	15,26
2,03	0,25	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный	20	4,41
2,13	0,83	12,13	64,75	1147	Хлеб ржаной	20	3,70
26,93	21,88	116,85	777,20				150,00

Технолог:

Зав. производством:

Шатулина

Согласовано:
 Директор МАУН СОУ № 26
 Т.А.Шипулина



МЕНЮ

03.02.2023

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Завтрак 1-4 класс 107,91 руб							
8,74	9,00	39,51	283,50	850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	200	23,46
0	0	16,00	63,80	1188	Чай с сахаром	200	12,00
4,19	5,25	9,76	113,02	1330,2	Блинчики	90/20	64,92
1,50	1,00	12,50	78,20	693	Батон	30	7,53
14,43	15,25	77,77	538,52				107,91
Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 151,08 руб							
1,91	5,00	12,79	92,40	1175	Рассольник домашний со сметаной	200	28,26
21,26	22,00	48,36	474,70	1020	Плов с мясом птицы	250	100,63
0,35	0,00	24,36	101,70	928	Компот из смеси сухофруктов	200	13,00
2,03	0,00	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный	25	4,49
2,13	1,00	12,13	64,80	1147	Хлеб ржаной	25	4,70
27,68	28,00	109,84	794,10				151,08
Нижний Тагил ШУ Комплекс 1-4 кл 259 руб							
8,74	9,00	39,51	283,50	850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	200	23,46
0	0	16,00	63,80	1188	Чай с сахаром	200	12,00
4,19	5,25	9,76	113,02	1330,2	Блинчики	90/20	64,92
1,50	1,00	12,50	78,20	693	Батон	30	7,53
14,43	15,25	77,77	538,52		Обед		
1,91	5,00	12,79	92,40	1175	Рассольник домашний со сметаной	200	28,26
21,26	22,00	48,36	474,70	1020	Плов с мясом птицы	250	100,64
0,35	0,00	24,36	101,70	928	Компот из смеси сухофруктов	200	13,00
2,03	0,00	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный	25	4,49
2,13	1,00	12,13	64,80	1147	Хлеб ржаной	25	4,70
27,68	28,00	109,84	794,10				259,00
Нижний Тагил ШУ Обед 5-11 класс 176,93 руб							
2,39	6,00	15,99	115,40	1175	Рассольник домашний со сметаной	250	37,08
25,40	26,00	58,03	569,70	1020	Плов с мясом птицы	300	117,68
0,35	0,00	24,36	101,70	928	Компот из смеси сухофруктов	200	13,00
2,13	1,00	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный	25	4,49
2,13	1,00	12,13	64,80	1147	Хлеб ржаной	25	4,70
32,40	34,00	122,71	912,10				176,93
Нижний Тагил ШУ Комплекс 5-11 класс 303,32 руб							
13,33	12,00	42,10	295,80	850	Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным	250	41,93
0	0	16,00	63,80	1188	Чай с сахаром	200	12,00
4,19	5,25	9,76	113,02	1330,2	Блинчики	90/20	64,92
1,50	1,00	12,50	78,20	693	Батон	30	7,53
19,02	18,25	80,36	550,82		Обед		
2,39	6,00	15,99	115,40	1175	Рассольник домашний со сметаной	250	37,08
25,40	26,00	58,03	569,70	1020	Плов с мясом птицы	300	117,67
0,35	0,00	24,36	101,70	928	Компот из смеси сухофруктов	200	13,00
2,13	1,00	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный	25	4,49
2,13	1,00	12,13	64,80	1147	Хлеб ржаной	25	4,70
32,40	34,00	122,71	912,10				303,32

Технолог:

Зав. производством:

Шипулина

Согласовано
 Директор МАУО СОШ № 20
 Т.А. Шигулина

Утверждаю,
 Директор
 "Средняя общеобразовательная школа № 20 с углубленным изучением английского языка" г. Ишим
 И.И. Шигулина

МЕНЮ

04.02.2026

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Завтрак 1-4 класс 107,91 руб							2 среда
5,10	6,00	26,84	182,00	883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	150	16,01
11,05	10,00	20,58	212,50	1559,04	Запеканка из творога	120	69,89
2,37	3,00	14,32	96,30	902	Молоко сгущенное	30	7,57
0,12	0,00	0,85	4,00	1242	Морс ягодный	200	7,68
1,50	1,00	12,50	78,20	693	Батон	30	6,76
20,14	20,00	75,09	573,00				107,91
Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 151,08 руб							
1,54	6,00	11,08	101,90	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	210	21,81
20,98	12,00	19,88	202,10	1237	Птица запеченная	90	69,91
0,45	5,00	25,90	225,70	518	Картофель отварной	150	41,54
0,05	0,00	23,00	134,00	1318	Кисель витаминизированный	200	8,63
2,03	0,00	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный	25	4,49
2,13	1,00	12,13	64,80	1147	Хлеб ржаной	25	4,70
27,18	24,00	104,19	789,00				151,08
Нижний Тагил ШУ Комплекс 1-4 кл 259 руб							
5,10	6,00	26,84	182,00	883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	150	16,01
11,05	10,00	20,58	212,50	1559,04	Запеканка из творога	120	69,89
2,37	3,00	14,32	96,30	902	Молоко сгущенное	30	7,57
0,12	0,00	0,85	4,00	1242	Морс ягодный	200	7,68
1,50	1,00	12,50	78,20	693	Батон	30	6,76
20,14	20,00	75,09	573,00		Обед		
1,54	6,00	11,08	101,90	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	210	21,81
20,98	12,00	19,88	202,10	1237	Птица запеченная	90	69,92
0,45	5,00	25,90	225,70	518	Картофель отварной	150	41,54
0,05	0,00	23,00	134,00	1318	Кисель витаминизированный	200	8,63
2,03	0,00	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный	25	4,49
2,13	0,83	12,13	64,80	1147	Хлеб ржаной	25	4,70
27,18	23,83	104,19	789,00				259,00
Нижний Тагил ШУ Обед 5-11 класс 176,93 руб							
1,83	7,00	13,19	121,30	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	26,27
23,32	13,00	22,50	243,70	1237	Птица запеченная	100	78,38
0,54	6,00	28,30	267,30	518	Картофель отварной	180	50,20
0,05	0,00	23,00	134,00	1318	Кисель витаминизированный	200	8,63
4,05	1,00	24,40	121,00	894,01	Хлеб пшеничный	50	8,98
2,13	1,00	12,13	64,80	1147	Хлеб ржаной	25	4,47
31,92	28,00	123,52	952,10				176,93
Нижний Тагил ШУ Комплекс 5-11 класс 303,32 руб							
7,19	8,00	35,79	242,80	883	Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным	200	34,49
11,05	10,00	20,58	212,50	1559,04	Запеканка из творога	120	69,89
2,37	3,00	14,32	96,30	902	Молоко сгущенное	30	7,57
0,12	0,00	0,85	4,00	1242	Морс ягодный	200	7,68
1,50	1,00	12,50	78,20	693	Батон	30	6,76
22,23	22,00	84,04	633,60		Обед		
1,83	7,00	13,19	121,30	1021	Борщ с капустой, картофелем и сметаной	250	26,27
23,32	13,00	22,50	243,70	1237	Птица запеченная	100	78,38
0,54	6,00	28,30	267,30	518	Картофель отварной	180	50,20
0,05	0,00	23,00	134,00	1318	Кисель витаминизированный	200	8,63
4,05	1,00	24,40	121,00	894,01	Хлеб пшеничный	50	8,98
2,13	1,00	12,13	64,80	1147	Хлеб ржаной	25	4,47
31,92	28,00	123,52	952,10				303,32

Технолог:

Зав. производством:

Согласовано:
 Директор МАУ СОШ № 20

Т.А.Шинулина



МЕНЮ

05.02.2026

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Нижний Тагил ШУ Завтрак 1-4 класс 107,91 руб							2 четверг
11,37	14,00	28,61	257,80	334	Макаронные изделия запеченные с сыром	200	59,87
0,06	0,00	15,16	59,90	686	Чай с лимоном	200	15,00
2,13	1,00	12,13	64,80	1147	Хлеб ржаной	25	4,70
2,03	0,00	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный	25	4,49
0,60	1,00	14,70	110,00	976	Яблоки свежие	150	23,85
16,19	16,00	82,80	553,00				107,91
Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 151,08 руб							
2,49	6,00	21,20	215,10	1058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	210	17,25
13,51	18,00	7,18	182,90	1308,02/1126	Биточек куриный с соусом томатным	110	91,42
3,54	8,36	34,05	225,94	990	Рис припущенный с овощами	150	22,34
0,14	0,00	5,13	24,10	705	Напиток из плодов шиповника	200	10,88
2,03	0,00	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный	25	4,49
2,13	1,00	12,13	64,80	1147	Хлеб ржаной	25	4,70
23,84	33,36	91,89	773,34				151,08
Нижний Тагил ШУ Комплекс 1-4 кл 259 руб							
11,37	14,00	28,61	257,80	334	Макаронные изделия запеченные с сыром	200	59,87
0,06	0,00	15,16	59,90	686	Чай с лимоном	200	15,00
2,13	1,00	12,13	64,80	1147	Хлеб ржаной	25	4,70
2,03	0,00	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный	25	4,49
0,60	1,00	14,70	110,00	976	Яблоки свежие	150	23,85
16,19	16,00	82,80	553,00		Обед		
2,49	6,00	21,20	215,10	1058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	210	17,25
13,51	18,00	7,18	182,90	1308,02/1126	Биточек куриный с соусом томатным	90	91,43
3,54	8,36	34,05	225,94	990	Рис припущенный с овощами	150	22,34
0,14	0,00	5,13	24,10	705	Напиток из плодов шиповника	200	10,88
2,03	0,00	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный	25	4,49
2,13	1,00	12,13	64,80	1147	Хлеб ржаной	25	4,70
23,84	33,36	91,89	773,34				259,00
Нижний Тагил ШУ Обед 5-11 класс 176,93 руб							
2,97	7,00	16,43	137,00	1058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	30,86
13,51	18,00	7,18	182,90	1308,02/1126	Биточек куриный с соусом томатным	110	91,42
4,25	10,04	40,86	271,13	1000,05	Рис припущенный с овощами	180	29,32
0,14	0,00	5,13	24,10	705	Напиток из плодов шиповника	200	10,88
4,05	1,00	24,40	121,00	894,01	Хлеб пшеничный	50	8,98
2,13	1,00	12,13	64,80	1147	Хлеб ржаной	25	4,47
27,05	37,04	106,13	800,93				176,93
Нижний Тагил ШУ Комплекс 5-11 класс 303,32 руб							
14,21	16,00	35,98	321,60	334	Макаронные изделия запеченные с сыром	250	79,20
0,06	0,00	15,16	59,90	686	Чай с лимоном	200	15,00
2,13	1,00	12,13	64,80	1147	Хлеб ржаной	25	4,77
2,03	0,00	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный	25	4,57
0,60	1,00	14,70	110,00	976	Яблоки свежие	150	23,85
19,03	18,00	90,17	616,80		Обед		
2,97	7,00	16,43	137,00	1058	Суп Крестьянский с крупой, сметаной	250	30,86
13,51	18,00	7,18	182,90	1308,02/1126	Биточек куриный с соусом томатным	110	91,42
4,25	10,04	40,86	271,13	990	Рис припущенный с овощами	180	29,32
0,14	0,00	5,13	24,10	705	Напиток из плодов шиповника	200	10,88
4,05	1,00	24,40	121,00	894,01	Хлеб пшеничный	50	8,98
2,13	1,00	12,13	64,80	1147	Хлеб ржаной	25	4,47
27,06	37,04	106,13	800,93				303,32

Технолог:

Зав. производством:

Шинулина

Согласовано:
 Директор МАУОУСШ № 20
 Т.А.Шигулина



Утверждаю,
 Директор
 Центра питания"
 Е.А. Широканова

МЕНЮ

06.02.2026

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	№ Рец.	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.	
Нижний Тагил ШУ Завтрак 1-4 класс 107,91 руб							2	пятица
7,98	9,00	30,08	213,40	842	Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным	210	30,35	
6,20	6,47	44,16	259,53	450,05	Маффин ванильный	60	58,80	
0	0	16,00	63,80	1188	Чай с сахаром	200	12,00	
1,50	1,00	12,50	78,20	693	Батон	30	6,76	
15,68	16,47	102,74	614,93				107,91	
Нижний Тагил ШУ Обед 1-4 класс 151,08 руб								
4,38	5,00	12,24	110,00	1015	Суп-лапша на курином бульоне	200	11,93	
8,33	10,00	3,96	143,00	375,07	Рыба "Лакомка"	100	100,45	
9,32	6,00	48,62	284,60	998	Каша гречневая рассыпчатая	150	14,25	
0,12	0,00	24,40	97,00	1242	Морс ягодный	200	15,26	
2,03	0,00	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный	25	4,49	
2,13	1,00	12,13	64,80	1147	Хлеб ржаной	25	4,70	
26,31	22,00	113,55	759,90				151,08	
Нижний Тагил ШУ Комплекс 1-4 кл 259 руб								
7,98	9,00	30,08	213,40	842	Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным	210	30,35	
6,20	6,47	44,16	259,53	450,05	Маффин ванильный	60	58,80	
0	0	16,00	63,80	1188	Чай с сахаром	200	12,00	
1,50	1,00	12,50	78,20	693	Батон	30	6,76	
15,68	16,47	102,74	614,93		Обед			
4,38	5,00	12,24	110,00	1015	Суп-лапша на курином бульоне	200	11,93	
8,33	10,00	3,96	143,00	375,07	Рыба "Лакомка"	100	100,46	
9,32	6,00	48,62	284,60	998	Каша гречневая рассыпчатая	150	14,25	
0,12	0,00	24,40	97,00	1242	Морс ягодный	200	15,26	
2,03	0,00	12,20	60,50	894,01	Хлеб пшеничный	25	4,49	
2,13	1,00	12,13	64,80	1147	Хлеб ржаной	25	4,70	
26,31	22,00	113,55	759,90				259,00	
Нижний Тагил ШУ Обед 5-11 класс 176,93 руб								
5,48	6,00	15,30	137,60	1015	Суп-лапша на курином бульоне	250	29,80	
8,33	10,00	3,96	143,00	375,07	Рыба "Лакомка"	100	100,45	
11,19	7,00	50,35	341,50	998	Каша гречневая рассыпчатая	180	18,72	
0,12	0,00	24,40	97,00	1242	Морс ягодный	200	15,26	
4,05	1,00	24,40	121,00	894,01	Хлеб пшеничный	50	8,34	
2,13	1,00	12,13	64,80	1147	Хлеб ржаной	25	4,36	
31,30	25,00	130,54	904,90				176,93	
Нижний Тагил ШУ Комплекс 5-11 класс 303,32 руб								
11,60	12,00	41,85	296,40	842	Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным	260	48,82	
6,20	6,47	44,16	259,53	450,05	Маффин ванильный	60	58,80	
0	0	16,00	63,80	1188	Чай с сахаром	200	12,00	
1,50	1,00	12,50	78,20	693	Батон	30	6,76	
19,30	19,47	114,51	697,93		Обед			
5,48	6,00	15,30	137,60	1015	Суп-лапша на курином бульоне	250	29,80	
8,33	10,00	3,96	143,00	375,07	Рыба "Лакомка"	100	100,46	
11,19	7,00	50,35	341,50	998	Каша гречневая рассыпчатая	180	18,72	
0,12	0,00	24,40	97,00	1242	Морс ягодный	200	15,26	
4,05	1,00	24,40	121,00	894,01	Хлеб пшеничный	50	8,34	
2,13	1,00	12,13	64,80	1147	Хлеб ржаной	25	4,36	
31,30	25,00	130,54	904,90				303,32	

Технолог:

Зав. производством:

Шигулина