



КП ПАО ПНППК

Меню на 19.01.2026 года

ДЕТИ 1-4 КЛАСС

N	Название блюда	Выход	Калорийн., ккал
---	----------------	-------	-----------------

ЗАВТРАК

1	КАША ИЗ ХЛОПЬЕВ ГЕРКУЛЕС ЖИДКАЯ С МАСЛОМ, 200/10	200/10	255,23
2	БУТЕРБРОД С СЫРОМ, 45Г	45	147,55
3	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ, 225Г	225	112,35
4	БАТОН НАРЕЗНОЙ, 20Г	20	51,08

Итого: 566,21

2-Й ЗАВТРАК

1	СОК ЯБЛОЧНЫЙ, 200МЛ	200	82,40
---	---------------------	-----	-------

Итого: 82,40

ОБЕД

1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК, 100Г	100	80,74
2	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ, 250/10Г	250/10	166,95
3	ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ (90)	90	216,59
4	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ, 150Г	150	211,95
5	КОМПОТ ИЗ ВИШЕН И ЯБЛОК, 200Г	200	42,70
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	105,20
7	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	77,20

Итого: 901,33

ПОЛДНИК

1	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, 100Г	100	193,89
2	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ, 20Г	20	65,86
3	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ, 200Г	200	169,24

Итого: 428,99

УЖИН

1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦАМИ, 100Г	100	63,35
2	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, 150Г	150	225,73
3	ЧАЙ С САХАРОМ	200	30,22
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	105,20
5	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	77,20

Итого: 501,70

Всего: 2480,63

Директор комбината питания

Калькулятор

Директор школы

Зав. производством

Зав. производством
Сжибенко



КП ПАО ПНППК

Меню на 20.01.2026 года

ДЕТИ 1-4 КЛАСС

N	Название блюда	Выход	Калорийн., ккал
---	----------------	-------	-----------------

ЗАВТРАК

1	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ, 200/10	200/10	284,65
2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ, 40Г	40	123,61
3	ЧАЙ С МОЛОКОМ НАТУР, 230Г	230	64,80
4	БАТОН НАРЕЗНОЙ, 20Г	20	51,08

Итого: 524,14

2-Й ЗАВТРАК

1	ЯБЛОКО ПОРЦИОННО, 200Г	200	88,80
---	------------------------	-----	-------

Итого: 88,80

ОБЕД

1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ, 100Г	100	55,80
2	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ, 250/10	260	187,80
3	РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЯЙЦОМ (ПАРОВОЙ)	100	239,70
4	КАПУСТА ТУШЕНАЯ, 150Г	150	120,38
5	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ, 200Г	200	65,46
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	105,20
7	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	77,20

Итого: 851,54

ПОЛДНИК

1	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ, 35Г	35	137,36
2	ЖЕЛЕ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО, 85Г	85	38,00
3	КЕФИР, 180Г	180	90,18

Итого: 265,54

УЖИН

1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ, 100Г	100	88,95
2	КОТЛЕТА РЫБНАЯ, 90Г (СУДАК)	90	126,73
3	РИС ОТВАРНОЙ, 150Г	150	222,51
4	ЧАЙ С САХАРОМ	200	30,22
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	105,20
6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	77,20

Итого: 650,81

Всего: 2380,83

Директор комбината питания

Калькулятор

Директор школы

Зав. производством

Зав. производством
Ожигбесова Л.В.



КП ПАО ПНППК

Меню на 21.01.2026 года

ДЕТИ 1-4 КЛАСС

N	Название блюда	Выход	Калорийн., ккал
---	----------------	-------	-----------------

ЗАВТРАК

1	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ, 200/10	200/10	305,87
2	БУТЕРБРОД С СЫРОМ, 45Г	45	147,55
3	КАКАО С МОЛОКОМ, 205ГР	205	106,00
4	БАТОН НАРЕЗНОЙ, 20Г	20	51,08

Итого: 610,50

2-Й ЗАВТРАК

1	СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ, 200МЛ	200	80,00
---	----------------------------	-----	-------

Итого: 80,00

ОБЕД

1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ, 100Г	100	79,85
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ, 250Г	250	210,42
3	БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ ПРИПУЩЕННЫЕ, 90Г	90	259,56
4	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ, 150Г	150	161,55
5	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ, 200Г	200	64,07
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г.	40	105,20
7	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	77,20

Итого: 957,85

ПОЛДНИК

1	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ, 250Г	250	148,00
2	ПРЯНИКИ, 50Г	50	186,75

Итого: 334,75

УЖИН

1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ, 100Г	100	93,13
2	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА, 200Г	200	347,14
3	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ, 20Г	20	65,86
4	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ, 200Г	200	45,80
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	105,20
6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	77,20

Итого: 734,33

Всего: 2717,43

Директор комбината питания

Калькулятор

Директор школы

Зав. производством

Зав. производством
Ожгибесова О.Б.



КП ПАО ПНПК

Меню на 22.01.2026 года

ДЕТИ 1-4 КЛАСС

N	Название блюда	Выход	Калорийн., ккал
---	----------------	-------	-----------------

ЗАВТРАК

1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ, 200/10	200/10	297,62
2	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ, 1ШТ	60	94,26
3	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ, 200Г	200	99,30
4	БАТОН НАРЕЗНОЙ, 40Г	40	102,16

Итого: 593,34

2-Й ЗАВТРАК

1	ГРУША СВЕЖАЯ ПОРЦИОННО, 200Г	200	91,00
---	------------------------------	-----	-------

Итого: 91,00

ОБЕД

1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ, 100Г	100	55,33
2	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (ЗЕЛ. ГОРОШЕК), 250/10	260	160,99
3	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ 100Г	100	227,25
4	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ, 150Г	150	249,98
5	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ, 200Г	200	65,46
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	105,20
7	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	77,20

Итого: 941,41

ПОЛДНИК

1	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ (100)	100	315,23
2	КЕФИР, 200Г	200	100,20

Итого: 415,43

УЖИН

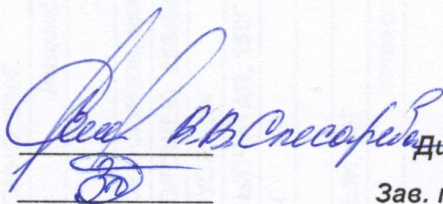
1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ, 100Г	100	73,85
2	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ, 200Г	200	371,15
3	ЧАЙ С ЛИМОНОМ, 200/7Г	200/7	33,38
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	105,20
5	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	77,20

Итого: 660,78

Всего: 2701,96

Директор комбината питания

Калькулятор


В.В. Спесов

Директор школы

Зав. производством

производства
Эжгибесова Л.В.



КП ПАО ПНППК

Меню на 23.01.2026 года

ДЕТИ 1-4 КЛАСС

N	Название блюда	Выход	Калорийн., ккал
---	----------------	-------	-----------------

ЗАВТРАК

1	КАША ДРУЖБА С МАСЛОМ, 200/10Г	200/10	286,14
2	БУТЕРБРОД С СЫРОМ, 45Г	45	147,55
3	ЧАЙ С МОЛОКОМ НАТУР, 230Г	230	64,80
4	БАТОН НАРЕЗНОЙ, 20Г	20	51,08

Итого: 549,57

2-Й ЗАВТРАК

1	СОК ЯБЛОКО-ПЕРСИК, 200МЛ	200	88,00
---	--------------------------	-----	-------

Итого: 88,00

ОБЕД

1	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ, 100Г	100	58,14
2	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ, 250Г	250	142,97
3	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ ("ЕЖИКИ"), 70/30Г	70/30	206,09
4	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ, 150Г	150	211,95
5	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА, 200Г	200	85,33
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	105,20
7	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	77,20

Итого: 886,88

ПОЛДНИК

1	БЛИНЧИКИ С ДЖЕМОМ, 90/15Г	90/15	244,33
2	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ, 200Г	200	169,24

Итого: 413,57

УЖИН

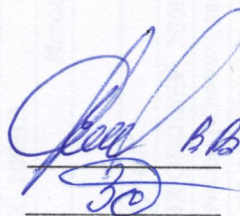
1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ И КУРАГОЙ, 100Г	100	84,21
2	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ, 90Г	90	98,01
3	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ, 150Г	150	161,55
4	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ, 200Г	200	64,07
5	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	105,20
6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, 40Г	40	77,20

Итого: 590,24

Всего: 2528,26

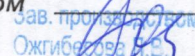
Директор комбината питания

Калькулятор


В.В. Стетско

Директор школы

Зав. производством


О.И. Грибокова