

УТВЕРЖДАЮ

СОГЛАСОВАНО

Генеральный директор АО "Комбинат питания"

Директор Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа №22 города Сызрани городского округа Сызрань Самарской обл.

Воронин А. Н.

И.о. директора Родионова И.В. . .

22 сентября 2025

**Меню ГБОУ СОШ № 22 г.Сызрань**

| Пищевая ценность |      |          |      | Наименование блюда | Выход |
|------------------|------|----------|------|--------------------|-------|
| Белки            | Жиры | Углеводы | ККал |                    |       |

| <b>Завтрак 5-11 классы</b>         |        |        |         |                                               |     |
|------------------------------------|--------|--------|---------|-----------------------------------------------|-----|
| 6,352                              | 5,016  | 26,23  | 175,44  | Горячий бутерброд Пикантный                   | 065 |
| 10,598                             | 7,324  | 31,238 | 210,936 | Каша молочная жидкая -Дружба-с маслом,сахаром | 260 |
| 0,8                                | 7,55   | 15,07  | 131,5   | Печенье                                       | 2   |
| 3,58                               | 2,728  | 17,07  | 138     | Какао растворимый                             | 200 |
| 21,33                              | 22,618 | 89,608 | 655,876 | Итого                                         | 527 |
| Стоимость комплекса (руб.): 104.00 |        |        |         |                                               |     |

| <b>Обед 5-11 классы</b>            |        |         |         |                             |     |
|------------------------------------|--------|---------|---------|-----------------------------|-----|
| 1,615                              | 8,995  | 10,26   | 145,55  | Салат из свеклы отварной    | 100 |
| 2,536                              | 2,95   | 16,965  | 102,638 | Суп картофельный с клецками | 250 |
| 13,301                             | 12,414 | 15,784  | 200,764 | ЁЖИКИ в соусе               | 100 |
| 17,358                             | 8,908  | 48,015  | 312,349 | Пюре из гороха              | 180 |
| 0,13                               |        | 22,075  | 86,328  | Напиток лимонный            | 180 |
| 2,28                               | 0,27   | 14,91   | 67,8    | Хлеб пшеничный              | 030 |
| 1,653                              | 0,3    | 9,624   | 57      | Хлеб ржаной                 | 030 |
| 38,873                             | 33,837 | 137,633 | 972,429 | Итого                       | 870 |
| Стоимость комплекса (руб.): 117.00 |        |         |         |                             |     |

АО "Комбинат питания"

Главный технолог \_\_\_\_\_ /Подрезова Е. В./  
Бухгалтер-калькулятор \_\_\_\_\_ /Берген И. З./

УТВЕРЖДАЮ

СОГЛАСОВАНО

Генеральный директор АО "Комбинат питания"

Директор Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа №22 города Сызрани городского округа Сызрань Самарской обл.

Воронин А. Н.

И.о. директора Родионова И.В. . .

23 сентября 2025

**Меню ГБОУ СОШ № 22 г.Сызрань**

| Пищевая ценность |      |          |      | Наименование блюда | Выход |
|------------------|------|----------|------|--------------------|-------|
| Белки            | Жиры | Углеводы | ККал |                    |       |

| <b>Завтрак 5-11 классы</b>                |               |                |                |                                   |            |
|-------------------------------------------|---------------|----------------|----------------|-----------------------------------|------------|
| 0,21                                      |               | 0,54           | 3              | <i>Огурцы порционно</i>           | <b>030</b> |
| 13,301                                    | 12,414        | 15,784         | 200,764        | <i>Котлеты Куриные с соусом</i>   | <b>100</b> |
| 8,715                                     | 6,46          | 32,561         | 278,971        | <i>Каша гречневая рассыпчатая</i> | <b>180</b> |
| 0,08                                      |               | 33,552         | 127,76         | <i>Компот из свежих яблок</i>     | <b>200</b> |
| 1,9                                       | 0,25          | 12,425         | 56,5           | <i>Хлеб пшеничный</i>             | <b>025</b> |
| 1,378                                     | 0,25          | 8,02           | 47,5           | <i>Хлеб ржаной</i>                | <b>025</b> |
| <b>25,584</b>                             | <b>19,374</b> | <b>102,882</b> | <b>714,495</b> | <b>Итого</b>                      | <b>560</b> |
| <b>Стоимость комплекса (руб.): 104.00</b> |               |                |                |                                   |            |

| <b>Обед 5-11 классы</b>                   |               |                |                |                                          |               |
|-------------------------------------------|---------------|----------------|----------------|------------------------------------------|---------------|
| 1,945                                     | 8,321         | 9,142          | 132,845        | <i>Винегрет овощной(огурцы консерв.)</i> | <b>100</b>    |
| 4,4                                       | 3,363         | 20,29          | 124,225        | <i>Уха</i>                               | <b>250/12</b> |
| 7,201                                     | 9,414         | 11,784         | 158,764        | <i>Палочки с крупой с соусом</i>         | <b>100</b>    |
| 6,437                                     | 5,117         | 46,011         | 244,528        | <i>Макаронные изделия отварные</i>       | <b>180</b>    |
| 0,243                                     | 0,046         | 13,761         | 53,71          | <i>Чай с лимоном</i>                     | <b>187</b>    |
| 2,28                                      | 0,27          | 14,91          | 67,8           | <i>Хлеб пшеничный</i>                    | <b>030</b>    |
| 1,653                                     | 0,3           | 9,624          | 57             | <i>Хлеб ржаной</i>                       | <b>030</b>    |
| <b>24,159</b>                             | <b>26,831</b> | <b>125,522</b> | <b>838,872</b> | <b>Итого</b>                             | <b>877</b>    |
| <b>Стоимость комплекса (руб.): 117.00</b> |               |                |                |                                          |               |

АО "Комбинат питания"

Главный технолог Подрезова Е. В.  
Бухгалтер-калькулятор Берген И. З.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "Комбинат питания"



Воронин А. Н.

24 сентября 2025

СОГЛАСОВАНО

Директор Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа №22 города Сызрани городского округа Сызрань Самарской обл.



И.о. директора Родионова И.В. . .

М.П.

### Меню ГБОУ СОШ № 22 г.Сызрань

| Пищевая ценность |      |          |      | Наименование блюда | Выход |
|------------------|------|----------|------|--------------------|-------|
| Белки            | Жиры | Углеводы | ККал |                    |       |

| Завтрак 5-11 классы                |        |        |         |                              |     |
|------------------------------------|--------|--------|---------|------------------------------|-----|
| 1,4                                |        | 0,65   | 8,05    | Помидоры консервированные    | 050 |
| 19,366                             | 16,639 | 29,931 | 397,031 | Пельмени отварные с бульоном | 280 |
| 0,2                                | 0,051  | 15,01  | 57,267  | Чай с сахаром                | 200 |
| 2,28                               | 0,27   | 14,91  | 67,8    | Хлеб пшеничный               | 030 |
| 1,653                              | 0,3    | 9,624  | 57      | Хлеб ржаной                  | 030 |
| 24,899                             | 17,26  | 70,125 | 587,148 | Итого                        | 590 |
| Стоимость комплекса (руб.): 104.00 |        |        |         |                              |     |

| Обед 5-11 классы                   |        |         |         |                                          |     |
|------------------------------------|--------|---------|---------|------------------------------------------|-----|
| 0,853                              | 7,75   | 14,464  | 149     | Салат из моркови и яблок                 | 100 |
| 4,217                              | 6,528  | 14,562  | 117,2   | Борщ с капустой и картофелем,со сметаной | 260 |
| 12,665                             | 13,566 | 12,404  | 175,92  | Биточки с соусом                         | 100 |
| 3,916                              | 5,396  | 31,644  | 185,04  | Картофельное пюре                        | 180 |
| 0,878                              |        | 32,139  | 126,104 | Компот из сухофруктов                    | 180 |
| 2,28                               | 0,27   | 14,91   | 67,8    | Хлеб пшеничный                           | 030 |
| 1,653                              | 0,3    | 9,624   | 57      | Хлеб ржаной                              | 030 |
| 26,462                             | 33,81  | 129,747 | 878,064 | Итого                                    | 880 |
| Стоимость комплекса (руб.): 117.00 |        |         |         |                                          |     |

АО "Комбинат питания"

Главный технолог \_\_\_\_\_ /Норезова Е. В./  
Бухгалтер-калькулятор \_\_\_\_\_ /Берген И. З./

УТВЕРЖДАЮ

СОГЛАСОВАНО

Генеральный директор АО "Комбинат питания"

Директор Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа №22 города Сызрани городского округа Сызрань Самарской обл.

Воронин А. Н.

И.о. директора Родионова И.В. . .

25 сентября 2025

**Меню ГБОУ СОШ № 22 г. Сызрань**

| Пищевая ценность |      |          |      | Наименование блюда | Выход |
|------------------|------|----------|------|--------------------|-------|
| Белки            | Жиры | Углеводы | ККал |                    |       |

| <u>Завтрак 5-11 классы</u>         |        |        |         |                         |     |
|------------------------------------|--------|--------|---------|-------------------------|-----|
| 1,12                               |        | 0,52   | 6,44    | Огурцы консервированные | 040 |
| 17,996                             | 17,934 | 54,034 | 433,536 | Плов из Говядины        | 250 |
| 0,2                                | 0,051  | 15,01  | 57,267  | Чай с сахаром           | 200 |
| 2,28                               | 0,27   | 14,91  | 67,8    | Хлеб пшеничный          | 030 |
| 1,653                              | 0,3    | 9,624  | 57      | Хлеб ржаной             | 030 |
| 23,249                             | 18,555 | 94,098 | 622,043 | Итого                   | 550 |
| Стоимость комплекса (руб.): 104.00 |        |        |         |                         |     |

| <u>Обед 5-11 классы</u>            |        |        |         |                               |     |
|------------------------------------|--------|--------|---------|-------------------------------|-----|
| 1,55                               | 5,005  | 9,951  | 89,292  | Салат из белокочанной капусты | 100 |
| 5,933                              | 5,378  | 23,215 | 159,475 | Суп картофельный с горохом    | 250 |
| 10,384                             | 7,518  | 12,206 | 129,098 | Котлеты из минтая с соусом    | 100 |
| 4,41                               | 13,703 | 42,264 | 300,015 | Картофель и овощи тушеные     | 180 |
| 0,9                                |        | 21,06  | 84,6    | Сок фруктовый                 | 180 |
| 2,28                               | 0,27   | 14,91  | 67,8    | Хлеб пшеничный                | 030 |
| 1,653                              | 0,3    | 9,624  | 57      | Хлеб ржаной                   | 030 |
| 27,11                              | 32,174 | 133,23 | 887,28  | Итого                         | 870 |
| Стоимость комплекса (руб.): 117.00 |        |        |         |                               |     |

АО "Комбинат питания"

Главный технолог \_\_\_\_\_ /Нодрезова Е. В./

Бухгалтер-калькулятор \_\_\_\_\_ /Берген И. З./

УТВЕРЖДАЮ

СОГЛАСОВАНО

Генеральный директор АО "Комбинат питания"

Директор Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средняя общеобразовательная школа №22 города Сызрани городского округа Сызрань Самарской обл.

Воронин А. Н.

И.о. директора Родионова И.В. . .

26 сентября 2025

**Меню ГБОУ СОШ № 22 г.Сызрань**

| Пищевая ценность                   |        |          |         | Наименование блюда                | Выход |
|------------------------------------|--------|----------|---------|-----------------------------------|-------|
| Белки                              | Жиры   | Углеводы | ККал    |                                   |       |
| Завтрак 5-11 классы                |        |          |         |                                   |       |
| 0,6                                | 2,7    | 2,58     | 36,6    | Икра кабачковая(порционно)        | 030   |
| 12,895                             | 9,188  | 5,094    | 207,5   | Стейк(Шницель) из курицы с соусом | 100   |
| 6,437                              | 5,117  | 46,011   | 244,528 | Макаронные изделия отварные       | 180   |
| 1,924                              |        | 44,343   | 176,44  | Компот из кураги                  | 200   |
| 1,9                                | 0,25   | 12,425   | 56,5    | Хлеб пшеничный                    | 025   |
| 1,378                              | 0,25   | 8,02     | 47,5    | Хлеб ржаной                       | 025   |
| 25,134                             | 17,505 | 118,473  | 769,068 | Итого                             | 560   |
| Стоимость комплекса (руб.): 104.00 |        |          |         |                                   |       |

|                                    |        |         |         |                  |     |
|------------------------------------|--------|---------|---------|------------------|-----|
| <b>Обед 5-11 классы</b>            |        |         |         |                  |     |
| 1,076                              | 9,148  | 4,969   | 104,362 | Салат Степной    | 100 |
| 3,893                              | 4,406  | 13,113  | 95,533  | Суп из овощей    | 250 |
| 7,201                              | 9,414  | 11,784  | 158,764 | Тефтели с соусом | 100 |
| 4,641                              | 6,261  | 50,163  | 262,845 | Рис отварной     | 180 |
| 0,243                              | 0,046  | 13,761  | 53,71   | Чай с лимоном    | 187 |
| 2,28                               | 0,27   | 14,91   | 67,8    | Хлеб пшеничный   | 030 |
| 1,653                              | 0,3    | 9,624   | 57      | Хлеб ржаной      | 030 |
| 20,987                             | 29,845 | 118,324 | 800,014 | Итого            | 877 |
| Стоимость комплекса (руб.): 117.00 |        |         |         |                  |     |

АО "Комбинат питания"

Главный технолог \_\_\_\_\_ Подrezова Е. В./  
Бухгалтер-калькулятор \_\_\_\_\_ /Берген И. З./