



Меню для 1-4 классов
Вторник 1.2
На 02.09.2025

Выход	Наименование	Ед. изм.	ккал
	Завтрак 110 руб 00 коп		
180	Каша "Дружба"	пор	233,73
	Крупа пшеничная, молоко, соль, масло сливочное БЗМЖ мдж не менее 80 %, сахар-песок, крупа рисовая		
125	Йогурт фруктовый	пор	296,25
	промышленного производства		
60	Хлеб из муки пшеничной	пор	157,2
	промышленного производства		
	Напиток на выбор:		
200	Кофейный напиток злаковый на молоке	пор	127
	молоко, вода питьевая, сахар-песок, кофейный напиток		
200	Чай черный	пор	0
	Чай черный, вода		
5	Сахар порционный	пор	19,95
	промышленного производства		
	Обед 177 руб 42 коп		
60	Салат из моркови с сахаром	пор	64,04
	морковь свежая, масло растительное, сахар-песок		
200	Борщ с капустой и картофелем, курами и сметаной	пор	77,09
	свекла, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, сахар-песок, бульон мясной, соль, сметана, куриное филе, зелень укропа		
100	Тефтели из говядины	пор	148,98
	говядина, лук репчатый, хлеб пшеничный, масло сливочное БЗМЖ мдж не менее 80 %, соль, яйцо		
150	Пюре картофельное	пор	145,47
	картофель, молоко, масло сливочное БЗМЖ мдж не менее 80 %, соль		
	Напиток на выбор:		
200	Напиток вишневый	пор	67,44
	вишня с/м, сахар-песок, вода		
200	Компот из сухофруктов	пор	96,56
	вода, сахар-песок, сухофрукты (смесь)		
40	Хлеб из муки пшеничной	пор	109,6
	промышленного производства		
40	Хлеб ржано-пшеничной	пор	103,6
	промышленного производства		
	Полдник 110 руб 00 коп		
200	Каша гречневая молочная	пор	186,5
	крупа гречневая, молоко, масло сливочное БЗМЖ мдж не менее 80 %, соль, сахар-песок		
20	Джем порционный	пор	48
	промышленного производства		
60	Хлеб из муки пшеничной	пор	157,2
	промышленного производства		
	Напиток на выбор:		
200	Какао-напиток на молоке	пор	89,57
	молоко, вода питьевая, сахар-песок, какао-порошок		
200	Чай черный	пор	0
	Чай черный, вода		
5	Сахар порционный	пор	19,95
	промышленного производства		
100	Яблоко свежее	пор	47
	фрукты свежие		



СОГЛАСОВАНО

МБОУ ОДИНЦОВСКАЯ ГИМНАЗИЯ 13

ДИРЕКТОР

2025

г. п.

ОДИНЦОВСКАЯ

ГИМНАЗИЯ №13

Меню для 1-4 классов

Среда 1.3

На 03.09.2025

Выход	Наименование	Ед. изм.	ккал
Завтрак 110 руб 00 коп			
150	Вареники с творогом	пор	330,52
	вареники с/м, масло сливочное БЗМЖ мдж не менее 80 %		
10	Молоко сгущенное	пор	32,1
	промышленного производства		
10	Соус ягодный	пор	23,68
	вишня с/м, сахар-песок, вода		
60	Хлеб из муки пшеничной	пор	157,2
	промышленного производства		
Напиток на выбор:			
200	Какао-напиток на молоке	пор	89,57
	молоко, вода питьевая, сахар-песок, какао-порошок		
200	Чай черный	пор	0
	Чай черный, вода		
5	Сахар порционный	пор	19,95
	промышленного производства		
100	Яблоко свежее	пор	47
	фрукты свежие		
Обед 177 руб 42 коп			
60	Салат зеленый с огурцом и растительным маслом	пор	78,52
	огурцы свежие, капуста китайская (пекинская), масло растительное, соль		
200	Суп картофельный с горохом	пор	150,94
	картофель, морковь, горох, лук репчатый, масло растительное, вода, соль, зелень		
10	Гренки из пшеничного хлеба	пор	27,4
	хлеб пшеничный		
200	Паста Карбонара	пор	238,81
	макаронные изделия, соль, масло сливочное мдж не менее 80 %, ветчина, молоко, мука, чеснок		
Напиток на выбор:			
200	Напиток клубничный	пор	58,52
	клубника с/м, вода, сахар-песок		
200	Компот из плодов свежих	пор	41,75
	вода, сахар-песок, яблоки свежие		
40	Хлеб из муки пшеничной	пор	109,6
	промышленного производства		
40	Хлеб ржано-пшеничной	пор	103,6
	промышленного производства		
Полдник 110 руб 00 коп			
160	Омлет	пор	217,39
	яйцо, масло сливочное мдж не менее 80%, молоко, соль		
10	Масло сливочное	пор	74,89
	масло сливочное мдж не менее 80 %		
15	Сыр (порциями)	пор	54,3
	Сыр полутвердый мдж не менее 45 %		
60	Хлеб из муки пшеничной	пор	157,2
	промышленного производства		
Напиток на выбор:			
200	Кофейный напиток злаковый на молоке	пор	127
	молоко, вода питьевая, сахар-песок, кофейный напиток		
200	Чай черный	пор	0
	Чай черный, вода		
5	Сахар порционный	пор	19,95
	промышленного производства		
100	Груша свежая	пор	47
	фрукты свежие		



СОГЛАСОВАНО

МБОУ ОДИНЦОВСКАЯ ГИМНАЗИЯ №3

ДИРЕКТОР МОЛИШОВ Е. П.



Меню для 1-4 классов
Четверг 1.4
На 04.09.2025

Выход	Наименование	Ед. изм.	ккал
Завтрак 110 руб 00 коп			
150	Хлопья с молоком	пор	248,08
	хлопья кукурузные, молоко		
48	Круассан	пор	339
	круассан с/м		
60	Хлеб из муки пшеничной	пор	157,2
	промышленного производства		
Напиток на выбор:			
200	Кофейный напиток злаковый на молоке	пор	127
	молоко, вода питьевая, сахар-песок, кофейный напиток		
200	Чай черный	пор	0
	Чай черный, вода		
5	Сахар порционный	пор	19,95
	промышленного производства		
100	Мандарины свежие	пор	47
	фрукты свежие		
Обед 177 руб 42 коп			
60	Салат из свежей капусты с помидорами	Ед. изм.	ккал
	капуста белокочанная, помидоры свежие, масло растительное, соль, зелень	пор	51,74
200	Суп картофельный с мясными фрикадельками	пор	153,55
	картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, соль, лист лавровый, зелень, говядина, яйцо, хлеб пшеничный		
90	Рыбные палочки	пор	202,49
	масло растительное, рыбные палочки с/м		
150	Картофель отварной	пор	165,37
	картофель, масло сливочное БЗМЖ мдж не менее 80 %, соль		
Напиток на выбор:			
200	Лимонад лимонный	пор	90,58
	лимон, сахар-песок, вода		
200	Компот из зам. ягод (смородина)	пор	86
	вода, сахар-песок, смородина с/м		
40	Хлеб из муки пшеничной	пор	109,6
	промышленного производства		
40	Хлеб ржано-пшеничной	пор	103,6
	промышленного производства		
Полдник 110 руб 00 коп			
150	Вареники с творогом	пор	330,52
	вареники с/м, масло сливочное БЗМЖ мдж не менее 80 %		
10	Молоко сгущенное	пор	32,1
	промышленного производства		
10	Соус ягодный	пор	23,68
	вишня с/м, сахар-песок, вода		
60	Хлеб из муки пшеничной	пор	157,2
	промышленного производства		
Напиток на выбор:			
200	Какао-напиток на молоке	пор	89,57
	молоко, вода питьевая, сахар-песок, какао-порошок		
200	Чай черный	пор	0
	Чай черный, вода		
5	Сахар порционный	пор	19,95
	промышленного производства		
100	Яблоко свежее	пор	47
	фрукты свежие		



СОГЛАСОВАНО

МБОУ ОДИНЦОВСКАЯ ГИМНАЗИЯ №13

Директор МОЛИВОВ Е.П.

ОДИНЦОВСКАЯ
ГИМНАЗИЯ №13Меню для 1-4 классов
Пятница 1.5
На 05.09.2025

Выход	Наименование	Ед. изм.	ккал
	Завтрак 110 руб 00 коп		
160	Омлет		
	яйцо, масло сливочное мдж не менее 80%, молоко, соль	пор	217,39
10	Масло сливочное		
	масло сливочное мдж не менее 80 %	пор	74,89
60	Хлеб из муки пшеничной		
	промышленного производства	пор	157,2
	Напиток на выбор:		
200	Какао-напиток на молоке		
	молоко, вода питьевая, сахар-песок, какао-порошок	пор	89,57
200	Чай черный		
	Чай черный, вода	пор	0
5	Сахар порционный		
	промышленного производства	пор	19,95
100	Яблоко свежее		
	фрукты свежие	пор	47
	Обед 177 руб 42 коп		
60	Винегрет	Ед. изм.	ккал
	картофель, свекла, морковь, огурцы соленые, горошек зел. консерв., лук репчатый, кислота лимонная, масло растительное	пор	80,67
200	Суп из овощей со сметаной		
	капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зел. консерв., масло растительное, сметана, соль, зелень, лист лавровый	пор	89,23
180	Пельмени с маслом сливочным		
	вода, соль, масло сливочное мдж не менее 80 %, пельмени детские	пор	346,32
	Напиток на выбор:		
200	Напиток вишневый		
	вишня с/м, сахар-песок, вода	пор	67,44
200	Компот из сухофруктов		
	вода, сахар-песок, сухофрукты (смесь)	пор	96,56
40	Хлеб из муки пшеничной		
	промышленного производства	пор	109,6
40	Хлеб ржано-пшеничной		
	промышленного производства	пор	103,6
	Полдник 110 руб 00 коп		
150	Каша "Дружба"		
	Крупа пшеничная, молоко, соль, масло сливочное БЗМЖ мдж не менее 80 %, сахар-песок, крупа рисовая	пор	194,78
125	Йогурт фруктовый		
	промышленного производства	пор	296,25
20	Джем порционный		
	промышленного производства	пор	48
60	Хлеб из муки пшеничной		
	промышленного производства	пор	157,2
	Напиток на выбор:		
200	Кофейный напиток злаковый на молоке		
	молоко, вода питьевая, сахар-песок, кофейный напиток	пор	127
200	Чай черный		
	Чай черный, вода	пор	0
5	Сахар порционный		
	промышленного производства	пор	19,95



СОГЛАСОВАНО



Меню для 1- 4 классов
Понедельник 2.1
На 08.09.2025

Выход	Наименование	Ед. изм.	ккал
	Завтрак 110 руб 00 коп		
150	Вареники с творогом	пор	330,52
	вареники с/м, масло сливочное БЗМЖ мдж не менее 80 %		
10	Молоко сгущенное	пор	32,1
	промышленного производства		
10	Соус ягодный	пор	23,68
	вишня с/м, сахар-песок, вода		
60	Хлеб из муки пшеничной	пор	157,2
	промышленного производства		
	Напиток на выбор:		
200	Кофейный напиток злаковый на молоке	пор	127
	молоко, вода питьевая, сахар-песок, кофейный напиток		
200	Чай черный	пор	0
	Чай черный, вода		
5	Сахар порционный	пор	19,95
	промышленного производства		
100	Апельсин	пор	43
	фрукты свежие		
	Обед 177 руб 42 коп		
60	Салат из свежих помидоров и огурцов	пор	57,04
	помидоры свежие, огурцы свежие, масло растительное, соль, лук репчатый, зелень		
200	Рассольник Ленинградский со сметаной	пор	90,81
	картофель, морковь, крупа перловая, лук репчатый, огурцы соленые, масло растительное, вода, соль, сметана, зелень, лист лавровый		
200	Плов куриный	пор	277,31
	Куриная грудка филе, масло растительное, крупа рисовая, морковь, соль, лук репчатый, вода, томатная паста		
	Напиток на выбор:		
200	Напиток из плодов сухих (изюм)	пор	102,54
	изюм, сахар-песок, вода		
200	Компот из плодов свежих	пор	41,75
	вода, сахар-песок, яблоки свежие		
40	Хлеб из муки пшеничной	пор	109,6
	промышленного производства		
40	Хлеб ржано-пшеничной	пор	103,6
	промышленного производства		
	Полдник 110 руб 00 коп		
150	Каша гречневая молочная	пор	186,5
	крупа гречневая, молоко, масло сливочное БЗМЖ мдж не менее 80 %, соль, сахар-песок		
48	Круассан	пор	339
	промышленного производства		
20	Джем порционный	пор	48
	промышленного производства		
60	Хлеб из муки пшеничной	пор	157,2
	промышленного производства		
	Напиток на выбор:		
200	Какао-напиток на молоке	пор	89,57
	молоко, вода питьевая, сахар-песок, какао-порошок		
200	Чай черный	пор	0
	Чай черный, вода		
5	Сахар порционный	пор	19,95
	промышленного производства		
100	Яблоко свежее	пор	47
	фрукты свежие		



СОГЛАСОВАНО

МБОУ ОДИНЦОВСКАЯ ГИМНАЗИЯ №13

ДИРЕКТОР

МОЛИБОВА

ОДИНЦОВСКАЯ
ГИМНАЗИЯ №13

Меню для 1-4 классов
Вторник 2.2
На 09.09.2025

Выход	Наименование	Ед. изм.	ккал
Завтрак 110 руб 00 коп			
210	Омлет		
	яйцо, масло сливочное мдж не менее 80%, молоко, соль	пор	285,33
10	Масло сливочное		
	масло сливочное мдж не менее 80 %	пор	74,89
15	Сыр (порциями)		
	Сыр полутвердый мдж не менее 45 %	пор	54,3
20	Джем порционный		
	промышленного производства	пор	48
60	Хлеб из муки пшеничной		
	промышленного производства	пор	157,2
Напиток на выбор:			
200	Какао-напиток на молоке		
	молоко, вода питьевая, сахар-песок, какао-порошок	пор	89,57
200	Чай черный		
	Чай черный, вода	пор	0
5	Сахар порционный		
	промышленного производства	пор	19,95
Обед 177 руб 42 коп			
60	Салат из свеклы с зеленым горошком	Ед. изм.	ккал
	свекла, горошек зеленый консервированный, масло растительное, соль	пор	66,2
200	Суп с лапшой		
	бульон или вода, вермишель, морковь свежая, лук репчатый, масло растительное, соль	пор	105,14
90	Наггетсы куриные		
	масло растительное, наггетсы куриные с/м	пор	344,22
150	Пюре картофельное		
	картофель, молоко, масло сливочное БЗМЖ мдж не менее 80 %, соль	пор	145,47
Напиток на выбор:			
200	Сок фруктовый		
	сок фруктовый промышленного производства	пор	90
200	Компот из сухофруктов		
	вода, сахар-песок, сухофрукты (смесь)	пор	96,56
40	Хлеб из муки пшеничной		
	промышленного производства	пор	109,6
40	Хлеб ржано-пшеничной		
	промышленного производства	пор	103,6
Полдник 110 руб 00 коп			
150	Суп молочный с вермишелью		
	макаронные изделия (вермишель), молоко, соль, масло сливочное БЗМЖ мдж не менее 80 %, сахар-песок	пор	167,01
15	Сыр (порциями)		
	Сыр полутвердый мдж не менее 45 %	пор	54,3
125	Йогурт фруктовый		
	промышленного производства	пор	296,25
60	Хлеб из муки пшеничной		
	промышленного производства	пор	157,2
Напиток на выбор:			
200	Кофейный напиток злаковый на молоке		
	молоко, вода питьевая, сахар-песок, кофейный напиток	пор	127
200	Чай черный		
	Чай черный, вода	пор	0
5	Сахар порционный		
	промышленного производства	пор	19,95



СОГЛАСОВАНО

МБОУ ОДИНЦОВСКАЯ ГИМНАЗИЯ 13

ДИРЕКТОР МОЛИБОГИЕВ П. П.

Меню для 1-4 классов

Среда 2.3

На 10.09.2025

Выход	Наименование	Ед. изм.	ккал
Завтрак 110 руб 00 коп			
150	Каша гречневая молочная крупя гречневая, молоко, масло сливочное БЗМЖ мдж не менее 80 %, соль, сахар-песок	пор	186,5
48	Круассан промышленного производства	пор	339
20	Джем порционный промышленного производства	пор	48
60	Хлеб из муки пшеничной промышленного производства	пор	157,2
Напиток на выбор:			
200	Кофейный напиток злаковый на молоке молоко, вода питьевая, сахар-песок, кофейный напиток	пор	127
200	Чай черный чай черный, вода	пор	0
5	Сахар порционный промышленного производства	пор	19,95
100	Яблоко свежее фрукты свежие	пор	47
Обед 177 руб 42 коп			
60	Салат из свежей капусты с огурцом капуста белокочанная, огурец свежий, масло растительное, соль	Ед. изм. пор	ккал 64,04
200	Борщ с капустой и картофелем, курами и сметаной свекла, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, сахар-песок, бульон мясной, соль, сметана, куриное филе, зелень укропа	пор	77,09
90	Рыбные палочки масло растительное, рыбные палочки с/м	пор	202,49
150	Рагу овощное картофель, капуста б/к, морковь, лук репчатый, горошек зеленый с/м, кабачки с/м, масло растительное, томатная паста, соль, сахар-песок, мука, чеснок	пор	146,87
Напиток на выбор:			
200	Напиток клубничный клубника с/м, вода, сахар-песок	пор	58,52
200	Компот из сухофруктов вода, сахар-песок, сухофрукты (смесь)	пор	96,56
40	Хлеб из муки пшеничной промышленного производства	пор	109,6
40	Хлеб ржано-пшеничной промышленного производства	пор	103,6
Полдник 110 руб 00 коп			
180	Каша "Дружба" Крупа пшенная, молоко, соль, масло сливочное БЗМЖ мдж не менее 80 %, сахар-песок, крупа рисовая	пор	233,73
20	Печенье промышленного производства	пор	79
100	Мандарины фрукты свежие	пор	38
60	Хлеб из муки пшеничной промышленного производства	пор	157,2
Напиток на выбор:			
200	Какао-напиток на молоке молоко, вода питьевая, сахар-песок, какао-порошок	пор	89,57
200	Чай черный чай черный, вода	пор	0
5	Сахар порционный промышленного производства	пор	19,95



СОГЛАСОВАНО

МБОУ ОДИНЦОВСКАЯ ГИМНАЗИЯ 13

2025г.

ДИРЕКТОР МОДЯВОГ Е.П.

Меню для 1-4 классов
Четверг 2.4
На 11.09.2025

Выход	Наименование	Ед. изм.	ккал
Завтрак 110 руб 00 коп			
150	Суп молочный с вермишелью макаронные изделия (вермишель), молоко, соль, масло сливочное БЗМЖ мдж не менее 80 %, сахар-песок	пор	167,01
125	Йогурт фруктовый промышленного производства	пор	32,1
15	Сыр (порциями) Сыр полутвердый мдж не менее 45 %	пор	54,3
60	Хлеб из муки пшеничной промышленного производства	пор	157,2
Напиток на выбор:			
200	Какао-напиток на молоке молоко, вода питьевая, сахар-песок, какао-порошок	пор	89,57
200	Чай черный Чай черный, вода	пор	0
5	Сахар порционный промышленного производства	пор	19,95
Обед 177 руб 42 коп			
60	Салат "Степной" из разных овощей картофель, морковь, огурцы соленные, лук репчатый, горошек зел. консерв., масло растительное	пор	87,94
200	Суп картофельный с бобовыми (горохом) картофель, морковь, горох, лук репчатый, масло растительное, вода, соль, зелень, лист лавровый	пор	150,94
100	Шницель рубленый куриный куриное филе, куриное филе бедра, хлеб пшеничный, масло сливочное БЗМЖ мдж не менее 80 %, соль, мука	пор	162,04
150	Картофель отварной картофель, масло сливочное БЗМЖ мдж не менее 80 %, соль	пор	165,37
Напиток на выбор:			
200	Напиток смородиновый смородина с/м, вода, сахар-песок,	пор	60,02
200	Компот из плодов свежих вода, сахар-песок, яблоки свежие	пор	41,75
40	Хлеб из муки пшеничной промышленного производства	пор	109,6
40	Хлеб ржано-пшеничной промышленного производства	пор	103,6
Полдник 110 руб 00 коп			
135	Блины блины с/м, масло сливочное БЗМЖ мдж не менее 80 %	пор	201,16
10	Молоко сгущенное промышленного производства	пор	32,1
10	Соус ягодный вишня с/м, сахар-песок, вода	пор	23,68
60	Хлеб из муки пшеничной промышленного производства	пор	157,2
Напиток на выбор:			
200	Кофейный напиток злаковый на молоке молоко, вода питьевая, сахар-песок, кофейный напиток	пор	127
200	Чай черный Чай черный, вода	пор	0
5	Сахар порционный промышленного производства	пор	19,95
100	Яблоко свежее фрукты свежие	пор	47



СОГЛАСОВАНО

МБОУ ОДИНЦОВСКАЯ ГИМНАЗИЯ №13

ДИРЕКТОР МОЛИВОВ



Меню для 1-4 классов
Пятница 2.5
На 12.09.2025

Выход	Наименование	Ед. изм.	ккал
	Завтрак 110 руб 00 коп		
180	Каша "Дружба"	пор	233,73
	Крупа пшеничная, молоко, соль, масло сливочное БЗМЖ мдж не менее 80 %, сахар-песок, крупа рисовая		
20	Печенье	пор	79
	промышленного производства		
100	Груши свежие	пор	47
	фрукты свежие		
60	Хлеб из муки пшеничной	пор	157,2
	промышленного производства		
	Напиток на выбор:		
200	Какао-напиток на молоке	пор	89,57
	молоко, вода питьевая, сахар-песок, какао-порошок		
200	Чай черный	пор	0
	Чай черный, вода		
5	Сахар порционный	пор	19,95
	промышленного производства		
	Обед 177 руб 42 коп		
60	Винегрет	Ед. изм.	ккал
	картофель, свекла, морковь, огурцы соленые, горошек зел. консерв., лук репчатый, кислота лимонная, масло растительное	пор	80,67
200	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	пор	105,14
	картофель, капуста белокочанная, сметана 15 %, масло растительное, соль, морковь, лук репчатый, томатная паста, вода, куриное филе, зелень, лист лавровый		
180	Пельмени с маслом сливочным	пор	346,32
	вода, соль, масло сливочное мдж не менее 80 %, пельмени детские		
	Напиток на выбор:		
200	Лимонад лимонный	пор	90,58
	лимон, сахар-песок, вода		
200	Компот из сухофруктов	пор	96,56
	вода, сахар-песок, сухофрукты (смесь)		
40	Хлеб из муки пшеничной	пор	109,6
	промышленного производства		
40	Хлеб ржано-пшеничной	пор	103,6
	промышленного производства		
	Полдник 110 руб 00 коп		
210	Омлет	пор	285,33
	яйцо, масло сливочное мдж не менее 80%, молоко, соль		
10	Масло сливочное	пор	74,89
	масло сливочное мдж не менее 80 %		
15	Сыр (порциями)	пор	54,3
	Сыр полутвердый мдж не менее 45 %		
20	Джем порционный	пор	48
	промышленного производства		
60	Хлеб из муки пшеничной	пор	157,2
	промышленного производства		
	Напиток на выбор:		
200	Какао-напиток на молоке	пор	89,57
	молоко, вода питьевая, сахар-песок, какао-порошок		
200	Чай черный	пор	0
	Чай черный, вода		
5	Сахар порционный	пор	19,95
	промышленного производства		