



"СОГЛАСОВАНО"
Директор ГБОУ



"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор
ООО "Альфа-Провиант"

**АЛЬФА
ПРОВИАНТ**

С.Г. Ланенкова

РАЦИОН "ПОЛДНИК"

(на платной основе)

Сезон осень-зима

с 15:45 до 16:30

180-00 руб

Неделя 1 день: 1

" " 2026

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Полдник					
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (Капуста квашенная, Масло растительное, Сахарный песок)	50	0,75	2,5	3,83	43,33
ПЛОВ С КУРИЦЕЙ (Томат - паста, ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Рис, Соль)	150	8,72	13,69	18,84	233,44
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ (Яблоко свежее, МАНДАРИНЫ СВЕЖИЕ, Вода питьевая, Лимонная кислота, Сахарный песок)	180	0,03	0,09	22,86	93,15
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Полдник	400	10,87	16,45	54,56	413,02
Итого за день	400	10,87	16,45	54,56	413,02

Зав. производством

"СОГЛАСОВАНО"
Директор ГБОУ



"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор
ООО "Альфа-Провиант"

С.Г. Ланенкова



**АЛЬФА
ПРОВИАНТ**

РАЦИОН "ПОЛДНИК"

(на платной основе)

Сезон осень-зима

с 15:45 до 16:30

180-00 руб

Неделя 1 день: 2

" " 2026

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Полдник					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (Свекла очищенная, Масло растительное, Соль)	50	0,67	2,25	3,83	38
ФРИКАДЕЛЬКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ (Томат - паста, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Масло сл-сливочное 82,5%, Мука пшеничная в/с, Сахарный песок, Соль, П/Ф ФРИКАДЕЛЬКИ КУРИНЫЕ)	50/10	6,52	2,45	7,36	77,57
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ (Вода питьевая, Макароны, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	100	3,6	3,27	21,87	131,2
НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ (Варенье, Вода питьевая, Лимонная кислота)	180	0,09		24,12	96,84
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Полдник	410	12,25	8,14	66,21	386,71
Итого за день	410	12,25	8,14	66,21	386,71

Зав. производством

Волкова Ольга

"СОГЛАСОВАНО"

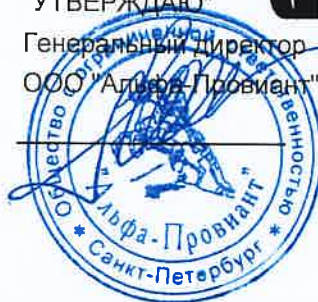
Директор ГБОУ



"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор
ООО "Альфа-Провиант"

С.Г. Ланенкова



**АЛЬФА
ПРОВИАНТ**

РАЦИОН "ПОЛДНИК"

(на платной основе)

Сезон осень-зима

с 15:45 до 16:30

180-00 руб

Неделя 1 день: 3

" " 2026

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Полдник					
ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ	30	0,35	0,05	1,15	6,4
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ (Вода питьевая, Говядина, Лук репчатый, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Сметана, Соль)	50	4,27	4,55	2,35	67,41
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ "ПО-ДОМАШНЕМУ" (Морковь очищенная, Вода питьевая, Гречневая крупа, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	100	2,4	3,07	6,93	64,93
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (Шиповник, плоды шиповника сушеные, Вода питьевая, Сахарный песок)	180	0,9	0,09	14,13	60,21
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Полдник	380	9,29	7,93	33,59	242,05
Итого за день	380	9,29	7,93	33,59	242,05

Зав. производством

Волшебное

"СОГЛАСОВАНО"

Директор ГБОУ



"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор

ООО "Альфа-Провиант"

С.Г. Ланенкова



**АЛЬФА
ПРОВИАНТ**

РАЦИОН "ПОЛДНИК"

(на платной основе)

Сезон осень-зима

с 15:45 до 16:30

180-00 руб

Неделя 1 день: 4

_____ 2026

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Полдник					
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	30	0,25	0,05	0,75	4,25
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАННЫМ СОУСОМ (Морковь очищенная, Вода питьевая, Говядина, Капуста б/к свежая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Масло сл-сливочное 82,5%, Мука пшеничная в/с, Рис, Сметана, Соль)	150/10	9,23	10,49	26,32	236,62
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ (Яблоко свежее, МАНДАРИНЫ СВЕЖИЕ, Вода питьевая, Лимонная кислота, Сахарный песок)	180	0,03	0,09	22,86	93,15
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Полдник	390	10,88	10,8	58,96	377,12
Итого за день	390	10,88	10,8	58,96	377,12

Зав. производством

Великова О.Ю.



"СОГЛАСОВАНО"
Директор ГБФУ



"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор
ООО «Альфа-Провиант»

С.Г. Ланенкова

РАЦИОН "ПОЛДНИК"

(на платной основе)

Сезон осень-зима

с 15:45 до 16:30

180-00 руб

Неделя 1 день: 5

_____ 2026

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Полдник					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (Морковь очищенная, Капуста б/к свежая, Лимонная кислота, Лук репчатый, Масло растительное, Сахарный песок, Соль)	50	1,33	5,08	5,17	71,42
КОТЛЕТЫ ШКОЛЬНЫЕ (Батон, Меланж яичный пастеризованный, ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Вода питьевая, Говядина, Лук репчатый, Масло растительное, Соль, Сухари панировочные)	50	4,28	4,72	4,39	77,17
КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ ИЗ ОТВАРНОГО (Картофель очищенный, Масло растительное, Соль)	100	1,6	3,87	12,67	91,87
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (Вода питьевая, Изюм, виноград суш.«Изюм», в.с., Лимонная кислота, Сахарный песок)	180	0,45	0,09	13,5	56,61
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Полдник	400	9,03	13,93	44,76	340,17
Итого за день	400	9,03	13,93	44,76	340,17

Зав. производством

Вашков О.Ю.



"СОГЛАСОВАНО"
Директор ТБОУ

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор
ООО "Альфа-Провиант"



С.Г. Ланенкова

РАЦИОН "ПОЛДНИК"

(на платной основе)

Сезон осень-зима

с 15:45 до 16:30

180-00 руб

Неделя 1 день: 6

" " 2026

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Полдник					
ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ	30	0,35	0,05	1,15	6,4
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (П/Ф КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ 55гр., Масло растительное)	50	5,8	5,4	8,5	105,8
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ (Вода питьевая, Макароны, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	100	3,6	3,27	21,87	131,2
НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ (Варенье, Вода питьевая, Лимонная кислота)	180	0,09		24,12	96,84
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Полдник	380	11,21	8,89	64,67	383,34
Итого за день	380	11,21	8,89	64,67	383,34

Зав. производством

Волкова

"СОГЛАСОВАНО"
Директор ГБОУ



"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор
ООО "Альфа-Провиант"



С.Г. Ланенкова

**АЛЬФА
ПРОВИАНТ**

РАЦИОН "ПОЛДНИК"

(на платной основе)

Сезон осень-зима

с 15:45 до 16:30

180-00 руб

Неделя 2 день: 1

" " 2026

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Полдник					
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	30	0,25	0,05	0,75	4,25
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ (Томат - паста, Вода питьевая, Говядина, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Мука пшеничная в/с, Соль)	50	8,44	8,19	2	116
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ "ПО-ДОМАШНЕМУ" (Морковь очищенная, Вода питьевая, Гречневая крупа, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	100	2,4	3,07	6,93	64,93
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (Шиповник, плоды шиповника сушеные, Вода питьевая, Сахарный песок)	180	0,9	0,09	14,13	60,21
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Полдник	380	13,36	11,57	32,84	288,49
Итого за день	380	13,36	11,57	32,84	288,49

Зав. производством

Волкова О.О.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор ГБОУ



"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор

ООО "Альфа-Провиант"



С.Г. Ланенкова

**АЛЬФА
ПРОВИАНТ**

РАЦИОН "ПОЛДНИК"

(на платной основе)

Сезон осень-зима

с 15:45 до 16:30

180-00 руб

Неделя 2 день: 2

2026

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Полдник					
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (Капуста квашенная, Масло растительное, Сахарный песок)	50	0,75	2,5	3,83	43,33
ШНИЦЕЛЬ КУРИНЫЙ (Батон, Меланж яичный пастеризованный, ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Масло растительное, Соль)	50	5,3	3,4	5,8	75
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (Картофель очищенный, Молоко, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	100	2,13	3,47	13,2	92,93
НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ (Варенье, Вода питьевая, Лимонная кислота)	180	0,09		24,12	96,84
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Полдник	400	9,64	9,54	55,98	351,2
Итого за день	400	9,64	9,54	55,98	351,2

Зав. производством

Великова О.Ю.



"СОГЛАСОВАНО"
Директор ГБОУ



"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор
ООО "Альфа-Провиант"

С.Г. Ланенкова

РАЦИОН "ПОЛДНИК"

(на платной основе)

Сезон осень-зима

с 15:45 до 16:30

180-00 руб

Неделя 2 день: 3

" " 2026

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Полдник					
ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ	30	0,35	0,05	1,15	6,4
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С МОРКОВЬЮ (Батон, Меланж яичный пастеризованный, Рыба филе с/м, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное)	50	4,23	4,9	2,75	72
РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ (Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Рис, Соль)	100	2,31	3,31	12,39	88,55
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (Вода питьевая, Изюм, виноград суш.«Изюм», в.с., Лимонная кислота, Сахарный песок)	180	0,45	0,09	13,5	56,61
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Полдник	380	8,71	8,52	38,82	266,66
Итого за день	380	8,71	8,52	38,82	266,66

Зав. производством

Волков



"СОГЛАСОВАНО"
Директор БСО

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор
ООО "Альфа-Провиант"



С.Г. Ланенкова

**АЛЬФА
ПРОВИАНТ**

РАЦИОН "ПОЛДНИК"

(на платной основе)

Сезон осень-зима

с 15:45 до 16:30

180-00 руб

Неделя 2 день: 4

" " 2026

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
		Б	Ж	у	
Полдник					
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	30	0,25	0,05	0,75	4,25
КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С МЯСОМ И СЫРОМ (Морковь очищенная, Лук репчатый, Картофель очищенный, Говядина, Масло растительное, Масло сл-сливочное 82,5%, Помидоры свежие, Сыр, Яйцо, Соус школьный, Мука пшеничная в/с, Молоко, Соль)	150	5,94	6,86	15,11	145,92
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ (Яблоко свежее, МАНДАРИНЫ СВЕЖИЕ, Вода питьевая, Лимонная кислота, Сахарный песок)	180	0,03	0,09	22,86	93,15
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Полдник	380	7,59	7,17	47,75	286,42
Итого за день	380	7,59	7,17	47,75	286,42

Зав. производством

Волкова



"СОГЛАСОВАНО"
Директор ГБОУ

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор
ООО "Альфа-Провиант"



С.Г. Ланенкова

**АЛЬФА
ПРОВИАНТ**

РАЦИОН "ПОЛДНИК"

(на платной основе)

Сезон осень-зима

с 15:45 до 16:30

180-00 руб

Неделя 2 день: 5

" " 2026

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Полдник					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (Морковь очищенная, Капуста б/к свежая, Лимонная кислота, Лук репчатый, Масло растительное, Сахарный песок, Соль)	50	1,33	5,08	5,17	71,42
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (П/Ф КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ 55гр., Масло растительное)	50	5,8	5,4	8,5	105,8
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (Картофель очищенный, Молоко, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	100	2,13	3,47	13,2	92,93
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (Шиповник, плоды шиповника сушеные, Вода питьевая, Сахарный песок)	180	0,9	0,09	14,13	60,21
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Полдник	400	11,53	14,21	50,03	373,46
Итого за день	400	11,53	14,21	50,03	373,46

Зав. производством

Волшебное



"СОГЛАСОВАНО"
Директор ТБОУ



"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор
ООО "Альфа-Провиант"

С.Г. Ланенкова

РАЦИОН "ПОЛДНИК"

(на платной основе)

Сезон осень-зима

с 15:45 до 16:30

180-00 руб

Неделя 2 день: 6

" " 2026

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Полдник					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (Свекла очищенная, Масло растительное, Соль)	50	0,67	2,25	3,83	38
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ (Вода питьевая, Говядина, Лук репчатый, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Сметана, Соль)	50	4,27	4,55	2,35	67,41
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ (Вода питьевая, Макароны, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	100	3,6	3,27	21,87	131,2
НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ (Варенье, Вода питьевая, Лимонная кислота)	180	0,09		24,12	96,84
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1
Итого за Полдник	400	10	10,24	61,2	376,55
Итого за день	400	10	10,24	61,2	376,55

Зав. производством

Вощев