

Утверждаю
И.О. Директора
ГБОУ ДАТ «Солнечный город»
Т.Б. Джаппуева

Примерное перспективное десятидневное меню для организации горячего питания Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Детская академия творчества «Солнечный город» Министерства просвещения Кабардино-Балкарской Республики (лицей для одаренных детей) на 2026 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
04 мая 2026 г.								
Завтрак 2	кон.изделия	б\н	Печенье	40	9,8	5,75	4,06	25,76
	напиток	389	Сок натуральный	200	1,2	29,11	61	34,7
Обед	блюда из овощей	73	Икра кабачковая	100	24	1,2	3,8	24
	1 блюда	119	Суп гороховый со сметаной	250\10	145	5,3	4,7	20,6
	2 блюда	294	Котлеты куриные с соусом	100\50	228	19,6	13,8	10,8
	гарнир	312	Картофельное пюре	150	9,8	5,75	4,06	25,76
	напиток	344	Компот из ягод	200	73,6	0,02	0,01	18,4
	хлеб пшеничный	б\н	Хлеб пшеничный	120	96,06	9,86	0,29	58,99
Полдник	муч. изделия	410	Ватрушки с повидлом	100	310,66	30,93	22,89	360
	фрукты	б\н	Фрукты свежие (апельсины)	200	106	5,8	5	8
Ужин	салаты	45	Салат из белокочанной капусты	100	250	4,4	6,5	34,1
	2 блюда	244	Плов из говядины	150\50	251	24,4	14,8	6,2
	хлеб пшеничный	б\н	Хлеб пшеничный	100	90,06	9,48	0,24	57,96
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	15	0,2	0,2	0,1
	муч.изделия	423	Булочки с изюмом	100	1,2	4	12	12,63

Зав. производством  Э.Х. Батуева

Утверждаю
И.О. Директора
ГБОУ «ДАТ «Солнечный город»
Т.Б. Джаппуева

Примерное перспективное десятидневное меню для организации горячего питания обучающихся Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Детская академия творчества «Солнечный город» Министерства просвещения Кабардино-Балкарской Республики (лицей для одаренных детей) на 2025 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
05 мая 2026 г								
Завтрак 1	гор.блюда	173	Каша гречневая молочная	200	610,1	6,1	4	36,96
	гастрономия	14	Масло сливочное	20	222,38	6,98	10,42	25
	блюдо из яиц	14	Яйцо вареное	1\40	310,66	30,93	22,89	360
	хлеб пшеничный	б/н	Хлеб пшеничный	100	90,06	9,48	0,24	57,96
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	15	0,2	0,2	0,1
Завтрак 2	кисломол.продукт	386	Йогурт	200	84	1,6	3	12,6
Обед	салаты	51	Салат из свеклы	100	88	1,6	5,1	8,2
	1 блюда	103	Суп лапша домашняя со сметаной	250\10	145	5,3	4,7	20,6
	2 блюда	227	Рыба запеченная	90	196	15,05	8,5	13,4
	гарнир	312	Картофельное пюре	150	72,8	0,4	0,27	17,2
	хлеб пшеничный	б/н	Хлеб пшеничный	100	90,06	9,48	0,24	57,96
	гор.напиток	360	Какао с молоком	200	96,06	9,86	0,29	58,99
Полдник	муч.изделия	268	Пирожки с капустой	100	310,66	30,93	22,89	360
	Напиток	128	Компот из яблок	200	5,8	5	8	106
Ужин	салаты	29	Салат из квашеной капусты	100	145	5,3	4,7	20,6
	2 блюда	281	Котлеты из курицы	100	235	15,1	12,8	13,6
	гарнир	309	Макароны отворные	150	75,05	6,14	2,14	41,86
	хлеб пшеничный	б/н	Хлеб пшеничный	100	90,06	9,48	0,24	57,96
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	15	0,2	0,2	0,1
	муч.изделия	776	Сдоба обыкновенная	100	8,34	3,51	48,81	18,6

Зав.производством  С.Х. Батуева



Утверждаю

Н.О. Директора

ГБОУ «ДАТ «Солнечный город»

Т.Б. Джаппуева

Примерное перспективное десятидневное меню для организации горячего питания Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Детская академия творчества «Солнечный город» Министерства просвещения Кабардино-Балкарской Республики (лицей для одаренных детей) на 2026 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
06 мая 2026 г.								
Завтрак 1	Блюда	174	Каша рисова молочная с маслом	200\5	208,24	6,1	4	36,96
	гастрономия	14	Масло сливочное	20	131,44	0,2	14,4	0,08
	Блюда из яиц	209	Яйца варёные	1\40	62,84	5,08	4,6	0,28
	гор.напиток	382	Какао с молоком	200	125,11	3,78	0,67	26
	хлеб пшеничный	б/н	Хлеб пшеничный	100	93,52	3,16	0,4	19,32
Завтпак 2	кон.изделия	б/н	Печенье	40	9,8	5,75	4,06	25,76
	напиток	389	Сок натуральный	200	1,2	29,11	61	34,7
Обед	блюда из овощей	73	Икра кабачковая	100	24	1,2	3,8	24
	1 блюда	119	Суп гороховый со сметаной	250\10	145	5,3	4,7	20,6
	2 блюда	294	Котлеты куриные с соусом	100\50	228	19,6	13,8	10,8
	гарнир	312	Картофельное пюре	150	9,8	5,75	4,06	25,76
	напиток	344	Компот из ягод	200	73,6	0,02	0,01	18,4
	хлеб пшеничный	б/н	Хлеб пшеничный	120	96,06	9,86	0,29	58,99
Полдник	муч. изделия	410	Ватрушки с повидлом	100	310,66	30,93	22,89	360
	фрукты	б/н	Фрукты свежие (апельсины)	200	106	5,8	5	8
Ужин	салаты	45	Салат из белокочанной капусты	100	250	4,4	6,5	34,1
	2 блюда	244	Плов из говядины	150\50	251	24,4	14,8	6,2
	хлеб пшеничный	б/н	Хлеб пшеничный	100	90,06	9,48	0,24	57,96
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	15	0,2	0,2	0,1
	муч.изделия	423	Булочки с изюмом	100	1,2	4	12	12,63

Зав. производством  Э.Х. Батуева



Утверждаю

И.О. Директора
ГБОУ «ДАТ «Солнечный город»
Министерства просвещения
Кабардино-Балкарской Республики
Г.Б. Джаппуева

Примерное перспективное десятидневное меню для организации горячего питания Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Детская академия творчества «Солнечный город» Министерства просвещения Кабардино-Балкарской Республики (лицей для одаренных детей) на 2026 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
07 мая 2026 г.								
Завтрак 1	гор.блюда	181	Каша манная молочная с маслом	200\5	61	0,1	0	15
	гастрономия	14	Масло сливочное	20	225	9,48	7,3	33,5
	гастрономия	15	Сыр порционо	20	66	6,2	161,72	0,1
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	90,06	1,8	0,24	57,96
	хлеб пшеничный	б/н	Хлеб пшеничный	100	86	1,2	0,4	16,2
Завтрак 2	Фрукты(свежие)	б/н	Фрукты свежие (бананы)	200	3,98	35,6	29,11	61
Обед	блюда овощ.	45	Салат из белокачанной капусты	100	250	11	6,5	34,1
	1 блюда	82	Борщ со сметаной	250\10	21,9	1,8	27,5	7,47
	2 блюда	281	Биточки из говядины с соусом	100\50	86	0,4	0,4	16,2
	гарнир	309	Макароны отварные	150	63,80	3,6	0,15	19,4
	хлеб пшеничный	б/н	Хлеб пшеничный	120	135	5,8	3,5	22,4
	напиток	351	Кисель	200	63,8	3,6	0,15	19,4
					95	1,2	4	12
муч.изделия	423	Булочки сизомом	100	95	1,2	4	12	
Полдник	фрукты свежие	б/н	Фрукты свежие (яблоки)	200	42	25,1	0,8	4,6
Ужин	салаты	67	Винегрет овощной	100	250	9,48	6,5	34,1
	2 блюда	227	Рыба запеченная	90	90,06	3,98	0,24	57,96
	гарнир	312	Картофельное пюре	150	52,88	0,1	1,45	29,11
	хлеб пшеничный	б/н	Хлеб пшеничный	100	0,2	1,8	15	29,11
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	86	1,6	0,4	16,2
	муч.изделия	440	рогалики со сгущ. Молоком	100	93	1,5	0,9	17,8

Зав. производством

Э.Х. Батуева



Утверждаю

И.О. директора
ГБОУ «ДАТ «Солнечный город»
Т.Б. Джанпуева

Примерное перспективное десятидневное меню для организации горячего питания Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Детская академия творчества «Солнечный город» Министерства просвещения Кабардино-Балкарской Республики (лицей для одаренных детей) на 2026 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
08 мая 2026 г.								
Завтрак 1	гор.блюда	175	Каша пшеничная молоч.с маслом	200\5	310,66	30,93	22,89	360
	гастроном.	14	Масло сливочное	20	66	0	162	0
	пудинг	190	Пудинг манный	120\50	79	6,4	5,8	0,4
	гор.напиток	378	Чай с сахаром	200	61	0,2	0,1	15
	хлеб пшенич.	б/н	Хлеб пшеничный	100	4	1	29	61
Завтрак 2	конд. Изделия	б/н	Конди. изделия (пряники)	45	4,6	84	1,6	3
	Кисло.молоч.прод	386	Кисло.мол.прод (кефир)	200	8,3	9,7	2,5	214
Обед	овощи	53	Салат свекольный с зел.гор.	100	42	1,2	0,8	4,6
	1 блюда	96	Суп рассольник со смет.	250\10	107	4,9	3,8	11,3
	2 блюда	259	Жаркое по домашнему	125\50	222	25,1	11,8	12,2
	хлеб пшеничный	б/н	Хлеб пшеничный	120	3,98	1,45	29,11	61
	Напиток	342	Компот из ягод	200	4,86	4,05	13,18	37

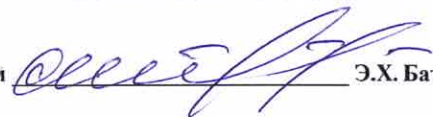
Зав. производством  Э.Х. Батуева



Утверждаю
И.О. Директора
ГБОУ «ДАТ «Солнечный город»
Т.Б. Джаппуева

Примерное перспективное десятидневное меню для организации горячего питания Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Детская академия творчества «Солнечный город» Министерства просвещения Кабардино-Балкарской Республики (лицей для одаренных детей) на 2026 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
12 мая 2026 г.								
Завтрак 2	молоч.продукт	385	Молоко 2.5	200	86	1,8	0,4	16,2
	конд.изделия	б/н	Вафли	45	4,6	84	1,6	3
Обед	салаты	64	Салат из моркови со сметаной	100	10,18	33	0,1	30,2
	1 блюда	119	Суп карт.с фасолью со сметаной	250\10	128	5,1	5,1	12,5
	2 блюда	289	Рагу из курицы	250	144	15,3	8,1	2,4
	напиток	375	Компот из ягод	200	79	6,4	5,8	0,4
	Хлеб пшенич	б/н	Хлеб пшеничный	120	3,98	1,45	29,11	61
	Полдник	муч. изделия	410	Мучные изделия (рогалики)	100	6,22	135	3,6
	Фрукты (свежие)	б/н	Фрукты свежие (яблоки)	200	7,27	88	1,6	5,1
Ужин	блюда овощ.	53	салат из свеклы с зелёным гор.	100	16,5	24	1,2	3,8
	2 блюда	285	Макаронник	145	228	19,6	13,8	10,8
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	61	0,2	0,1	15
	хлеб пшенич	б/н	Хлеб пшеничный	100	90,06	9,48	0,24	57,96
	муч.изделия	223	Пирожки с картошкой	100	112,3	8,34	3,51	48,81

Зав. производством  Э.Х. Батуева