

УТВЕРЖДЕНО

Руководитель ООО «Негоциант»

Максимов Е.А.

Для документа
« 1 » сентября 2026 г.

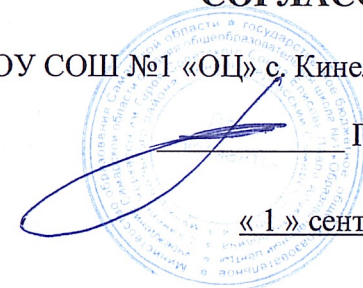


СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ СОШ №1 «ОЦ» с. Кинель-Черкассы

Пупынин В.Р.

« 1 » сентября 2026 г.



**Примерное десятидневное меню
и пищевая ценность приготовляемых блюд,
с 5-11 класс категории ОВЗ**

УТВЕРЖДЕНО

Руководитель ООО «Негоциант»

Максимов Е.А.

«1» сентября 2026 г.



СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ СОШ №1 «ОЦ» с. Кинель-Черкассы

Пупынин В.Р.

«1» сентября 2026 г.



Примерное десятидневное меню
и пищевая ценность приготовляемых блюд,
учащимся с 5-11 класс у которых один из родителей относится к категории лиц,
принимающих участие в СВО

УТВЕРЖДЕНО

Руководитель ООО «Негоциант»

Максимов Е.А.

Для документов
« 1 » сентября 2026 г.



СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ СОШ №1 «ОЦ» с. Кинель-Черкассы

Пупынин В.Р.

« 1 » сентября 2026 г.



Примерное десятидневное меню
и пищевая ценность приготовляемых блюд,
учащимся с 1-4 класс у которых один из родителей относится к категории лиц,
принимающих участие в СВО

УТВЕРЖДЕНО

Руководитель ООО «Негоциант»

Максимов Е.А.

Для документов

« 1 » сентября 2026 г.



СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ СОШ №1 «ОЦ» с. Кинель-Черкассы

Пупынин В.Р.

« 1 » сентября 2026 г.



**Примерное десятидневное меню
и пищевая ценность приготовляемых блюд
учащимся многодетных семей**

УТВЕРЖДЕНО

Руководитель ООО «Негоциант»

Максимов Е.А.

Для документов
« 1 » сентября 2026 г.



СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ СОШ №1 «ОЦ» с. Кинель-Черкассы

Пупынин В.Р.

« 1 » сентября 2026 г.



**Примерное десятидневное меню
и пищевая ценность приготовляемых блюд
для учащихся (родительская плата)**

УТВЕРЖДЕНО

Руководитель ООО «Негоциант»

Максимов Е.А.

Для документов

« 1 » сентября 2026 г.



СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ СОШ №1 «ОЦ» с. Кинель-Черкассы

Пупынин В.Р.

« 1 » сентября 2026 г.



**Примерное десятидневное меню
и пищевая ценность приготовляемых блюд,
с 1-4 класс категории ОВЗ**

УТВЕРЖДЕНО

Руководитель ООО «Негоциант»

Максимов Е.А.

Для документов
« 1 » сентября 2026 г.



СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ СОШ №1 «ОЦ» с. Кинель-Черкассы

Пупынин В.Р.

« 1 » сентября 2026 г.



**Примерное десятидневное меню
и пищевая ценность приготовляемых блюд,
для учащихся 1-4 классов (завтрак)**

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: Меню школы сентябрь 2026г.

Неделя: 1

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак СВО							
	Макароны отварные 180	180	7	5	43	244	8 004,03
	Сосиски молочные с соусом	100	6	7	4	113	101,01
	Компот из смеси сухофруктов	200	1		32	133	10 009,01
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
Итого за Завтрак СВО 1-4		510	16	12	93	560	
Завтрак СВО							
	Макароны отварные с маслом	200/5	8	7	48	282	8 004,02
	Сосиски молочные с соусом	100	6	7	4	113	101,01
	Компот из смеси сухофруктов	200	1		32	133	10 009,01
	Хлеб пшеничный 50гр	50	4	1	24	117	13 001,03
	Кондитерское изделие 2	20	1	7	10	112	69,01
Итого за Завтрак СВО 5-11		575	20	22	118	757	
Комплекс СВ							
	Борщ с говядиной со сметанной	250\50\5	12	9	13	184	9,01
	Котлеты из говядины с соусом	60/50	11	6	11	156	64
	Рис отварной 1.1	180	5	5	48	232	8 002,02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Чай с сахаром витаминизированный	200			10	43	10 015,03
Итого за Комплекс СВО 5-11		855	32	21	109	752	
Завтрак 1-4 кл							
	Макароны отварные 180	180	7	5	43	244	8 004,03
	Сосиски молочные с соусом	100	6	7	4	113	101,01
	Компот из смеси сухофруктов	200	1		32	133	10 009,01
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
Итого за Завтрак 1-4 класс, ОВЗ		510	16	12	93	560	
Комплекс СВ							
	Борщ на МКБ со сметаной	250/5	2	11	13	158	47
	Котлеты из говядины с соусом	60/50	11	6	11	156	64
	Рис отварной 1.1	180	5	5	48	232	8 002,02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Чай с сахаром витаминизированный	200			10	43	10 015,03
Итого за Комплекс СВО 1-4		805	22	23	109	726	
Обед 1							
	Борщ с говядиной со сметанной	250\50\5	12	9	13	184	9,01
	Чай с сахаром витаминизированный	200			10	43	10 015,03
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
Итого за Обед 1		535	14	10	36	294	
Обед 2							
	Котлеты из говядины с соусом	60/50	11	6	11	156	64
	Рис отварной 1	200/5	5	5	53	277	8 002,01
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Чай с сахаром витаминизированный	200			10	43	10 015,03
Итого за Обед 2		545	18	11	88	546	
Комплекс ОВ							
	Борщ на МКБ со сметаной	250/5	2	11	13	158	47
	Котлеты из говядины с соусом	60/50	11	6	11	156	64
	Рис отварной 1.1	180	5	5	48	232	8 002,02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Чай с сахаром витаминизированный	200			10	43	10 015,03
Итого за Комплекс ОВЗ		805	22	23	109	726	
Комплекс 1							
	Борщ с говядиной со сметанной	250\50\5	12	9	13	184	9,01
	Котлеты из говядины с соусом	60/50	11	6	11	156	64
	Рис отварной 1	200/5	5	5	53	277	8 002,01
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Чай с сахаром витаминизированный	200			10	43	10 015,03
Итого за Комплекс 1		880	32	21	114	797	
Итого за день		6 020	192	155	869	5718	

Рацион: Меню школы сентябрь 2026г.

Неделя: 1

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак СВО							
	Каша вязкая молочная (из пшена и риса) "Дружба" 185	180/5	7	8	29	229	4 001,02
	Бутерброд с колбасой п/к	50	3		14	68	12 012,08
	Творожная запеканка со сгущенным молоком	50/15	12	5	17	165	76
	Чай с сахаром витаминизированный	200			10	43	10 015,03
Итого за Завтрак СВО 1-4		500	22	13	70	505	
Завтрак СВО							
	Каша вязкая молочная (из пшена и риса) "Дружба" 1	200/5	8	9	32	253	4 001,01
	Бутерброд с колбасой п/к	50	3		14	68	12 012,08
	Творожная запеканка со сгущенным молоком	50/15	12	5	17	165	76
	Чай с сахаром витаминизированный	200			10	43	10 015,03
Итого за Завтрак СВО 5-11		520	23	14	73	529	
Комплекс СВ							
	Суп гороховый на МКБ	250	6	6	21	160	57
	Тефтели тушеные в соусе	80/30	11	15	12	232	7 041,02
	Пюре картофельное 200/5	200/5	4	6	29	186	8 005,02
	Салат витаминный с маслом растительным 100гр	100	1	6	14	120	1 006,04
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
	Чай с сахаром 1	200			11	42	10 015,05
Итого за Комплекс СВО 5-11		925	26	34	114	877	
Завтрак 1-4 кл							
	Каша вязкая молочная (из пшена и риса) "Дружба" 185	180/5	7	8	29	229	4 001,02
	Бутерброд с колбасой п/к	50	3		14	68	12 012,08
	Творожная запеканка со сгущенным молоком	50/15	12	5	17	165	76
	Чай с сахаром витаминизированный	200			10	43	10 015,03
Итого за Завтрак 1-4 класс, ОВЗ		500	22	13	70	505	
Комплекс СВ							
	Суп гороховый на МКБ	250	6	6	21	160	57
	Тефтели тушеные в соусе	80/30	11	15	12	232	7 041,02
	Пюре картофельное гарнир	180/5	4	6	26	172	8 005,01
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
	Чай с лимоном	200			11	46	10 015,02
Итого за Комплекс СВО 1-4		805	25	28	97	747	
Обед 1							
	Суп гороховый с говядиной	250	16	9	20	226	2 014,02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
	Чай с сахаром 1	200			11	42	10 015,05
Итого за Обед 1		480	18	10	44	335	
Обед 2							
	Тефтели тушеные в соусе	80/30	11	15	12	232	7 041,02
	Пюре картофельное 200/5	200/5	4	6	29	186	8 005,02
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Чай с сахаром 1	200			11	42	10 015,05
Итого за Обед 2		545	17	21	66	530	
Комплекс ОВ							
	Суп гороховый на МКБ	250	6	6	21	160	57
	Тефтели тушеные в соусе	80/30	11	15	12	232	7 041,02
	Пюре картофельное гарнир	180/5	4	6	26	172	8 005,01
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
	Чай с лимоном	200			11	46	10 015,02
Итого за Комплекс ОВЗ		805	25	28	97	747	
Комплекс 1							
	Суп гороховый с говядиной	250	16	9	20	226	2 014,02
	Тефтели тушеные в соусе	80/30	11	15	12	232	7 041,02
	Пюре картофельное 200/5	200/5	4	6	29	186	8 005,02
	Салат витаминный с маслом растительным	80	1	5	11	96	1 006
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
	Чай с сахаром 1	200			11	42	10 015,05
Итого за Комплекс 1		905	36	36	110	919	
Итого за день		5 985	214	197	741	5694	

Рацион: Меню школы сентябрь 2026г.

Неделя: 1

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак СВО							
	Каша гречневая с филе 225	200/25	16	13	44	352	113
	Бутерброд с сыром	45	7	5	12	123	40
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Чай с сахаром 1	200			11	42	10 015,05
Итого за Завтрак СВО 1-4		500	25	18	81	587	
Завтрак СВО							
	Каша гречневая с филе 225	200/25	16	13	44	352	113
	Бутерброд с сыром	45	7	5	12	123	40
	Хлеб пшеничный 50гр	50	4	1	24	117	13 001,03
	Чай с сахаром 1	200			11	42	10 015,05
Итого за Завтрак СВО 5-11		520	27	19	91	634	
Комплекс СВ							
	Щи со сметаной на МКБ	250/5	2	11	11	151	10,06
	Котлета рыбная минтай	90	13	3	8	104	7 002,01
	Каша пшеничная с маслом	180/5	12	7	53	307	117
	Салат из свеклы с черносливом	80	1	4	10	85	20
	Чай с сахаром витаминизированный	200			10	43	10 015,03
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
Итого за Комплекс СВО 5-11		870	32	26	119	827	
Завтрак 1-4 кл							
	Каша гречневая с филе 225	200/25	16	13	44	352	113
	Бутерброд с сыром	45	7	5	12	123	40
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Чай с сахаром 1	200			11	42	10 015,05
Итого за Завтрак 1-4 класс, ОБЗ		500	25	18	81	587	
Комплекс СВ							
	Щи со сметаной на МКБ	250/5	2	11	11	151	10,06
	Котлета рыбная минтай	90	13	3	8	104	7 002,01
	Каша пшеничная с маслом	180/5	12	7	53	307	117
	Салат из свеклы с черносливом 1	60	1	4	9	80	20,02
	Чай с сахаром витаминизированный	200			10	43	10 015,03
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
Итого за Комплекс СВО 1-4		850	32	26	118	822	
Обед 1							
	Щи с говядиной со сметаной	250/50/5	11	14	10	210	10,01
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Чай с сахаром витаминизированный	200			10	43	10 015,03
Итого за Обед 1		535	13	14	34	323	
Обед 2							
	Котлета рыбная минтай	90	13	3	8	104	7 002,01
	Каша пшеничная с маслом	180/5	12	7	53	307	117
	Салат из свеклы с черносливом 1	60	1	4	9	80	20,02
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Чай с сахаром 1	200			11	42	10 015,05
Итого за Обед 2		565	28	14	95	603	
Комплекс ОБ							
	Щи со сметаной на МКБ	250/5	2	11	11	151	10,06
	Котлета рыбная минтай	90	13	3	8	104	7 002,01
	Каша пшеничная с маслом	180/5	12	7	53	307	117
	Салат из свеклы с черносливом 1	60	1	4	9	80	20,02
	Чай с сахаром витаминизированный	200			10	43	10 015,03
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
Итого за Комплекс ОБЗ		850	32	26	118	822	
Комплекс 1							
	Щи с говядиной со сметаной	250/50/5	11	14	10	210	10,01
	Котлета рыбная минтай	90	13	3	8	104	7 002,01
	Каша пшеничная с маслом	180/5	12	7	53	307	117
	Салат из свеклы с черносливом	80	1	4	10	85	20
	Чай с сахаром витаминизированный	200			10	43	10 015,03
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
Итого за Комплекс 1		920	41	29	118	886	
Итого за день		6 110	255	190	855	6091	

Рацион: Меню школы сентябрь 2026г.

Неделя: 1

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак СВО							
	Каша ячневая вязкая	180/5	7	5	43	241	45
	Котлеты куриные 3	90	14	14	11	228	22,03
	Чай с сахаром витаминизированный	200			10	43	10 015,03
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
Итого за Завтрак СВО 1-4		505	23	19	78	582	
Завтрак СВО							
	Каша ячневая вязкая 205	200/5	7	6	47	267	45,01
	Котлеты куриные 3	90	14	14	11	228	22,03
	Чай с сахаром витаминизированный	200			10	43	10 015,03
	Хлеб пшеничный 50гр	50	4	1	24	117	13 001,03
	Сок 0,2	200	1		24	84	83
Итого за Завтрак СВО 5-11		745	26	21	116	739	
Комплекс СВ							
	Суп рисовый с курицей	250/50	10	11	16	204	2 014,1
	Винегрет овощной	100	1	10	7	127	1 039
	Сосиски молочные с соусом	100	6	7	4	113	101,01
	Макароны отварные 180	180	7	5	43	244	8 004,03
	Чай с лимоном	200			11	46	10 015,02
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
Итого за Комплекс СВО 5-11		940	28	34	108	871	
Завтрак 1-4 кл							
	Каша ячневая вязкая	180/5	7	5	43	241	45
	Котлеты куриные 3	90	14	14	11	228	22,03
	Чай с сахаром витаминизированный	200			10	43	10 015,03
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
Итого за Завтрак 1-4 класс, ОБЗ		505	23	19	78	582	
Комплекс СВ							
	Суп рисовый на МКБ	250	3	5	23	150	2 014,13
	Винегрет овощной 1	60	1	6	4	75	1 039,02
	Сосиски молочные с соусом	100	6	7	4	113	101,01
	Макароны отварные 180	180	7	5	43	244	8 004,03
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
	Чай с лимоном	200			11	46	10 015,02
Итого за Комплекс СВО 1-4		850	21	24	112	765	
Обед 1							
	Суп рисовый с курицей.	250/25	6	7	16	153	2 014,07
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Чай с лимоном	200			11	46	10 015,02
Итого за Обед 1		505	8	7	41	269	
Обед 2							
	Сосиски молочные с соусом	100	6	7	4	113	101,01
	Макароны отварные 180	180	7	5	43	244	8 004,03
	Винегрет овощной 80гр	80	1	8	6	100	1 039,03
	Чай с сахаром витаминизированный	200			10	43	10 015,03
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
Итого за Обед 2		590	16	20	77	570	
Комплекс ОБ							
	Суп рисовый на МКБ	250	3	5	23	150	2 014,13
	Винегрет овощной 1	60	1	6	4	75	1 039,02
	Сосиски молочные с соусом	100	6	7	4	113	101,01
	Макароны отварные 180	180	7	5	43	244	8 004,03
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
	Чай с лимоном	200			11	46	10 015,02
Итого за Комплекс ОБЗ		850	21	24	112	765	
Комплекс 1							
	Суп рисовый с курицей.	250/25	6	7	16	153	2 014,07
	Винегрет овощной	100	1	10	7	127	1 039
	Сосиски молочные с соусом	100	6	7	4	113	101,01
	Макароны отварные 180	180	7	5	43	244	8 004,03
	Чай с лимоном	200			11	46	10 015,02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
Итого за Комплекс 1		915	24	31	107	817	
Итого за день		6 405	190	199	829	5960	

Рацион: Меню школы сентябрь 2026г.

Неделя: 1

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак СВО							
	Каша жидкая молочная овсяная	205	8	8	46	260	73
	Бутерброд с маслом на батоне 50гр	50	2	12	14	167	12 012,11
	Чай с сахаром витаминизированный	200			10	43	10 015,03
	Хлеб пшеничный 50гр	50	4	1	24	117	13 001,03
Итого за Завтрак СВО 1-4		505	14	21	94	587	
Завтрак СВО							
	Каша жидкая молочная овсяная	205	8	8	46	260	73
	Бутерброд с маслом на батоне 50гр	50	2	12	14	167	12 012,11
	Чай с сахаром витаминизированный	200			10	43	10 015,03
	Хлеб пшеничный 50гр	50	4	1	24	117	13 001,03
Итого за Завтрак СВО 5-11		505	14	21	94	587	
Комплекс СВ							
	Суп лапша на МКБ	250	4	6	29	168	61
	Жаркое по-домашнему с курицей 200/25	200/25	8	16	29	291	7 010,07
	Салат из белокачанной капусты с морковью 90гр	90	2	9	9	125	125
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
	Кисель	200	5	3	19	119	55
Итого за Комплекс СВО 5-11		825	23	35	113	840	
Завтрак 1-4 кл							
	Каша жидкая молочная овсяная	205	8	8	46	260	73
	Бутерброд с маслом на батоне 50гр	50	2	12	14	167	12 012,11
	Чай с сахаром витаминизированный	200			10	43	10 015,03
	Хлеб пшеничный 50гр	50	4	1	24	117	13 001,03
Итого за Завтрак 1-4 класс, ОБЗ		505	14	21	94	587	
Комплекс СВ							
	Суп лапша на МКБ	250	4	6	29	168	61
	Жаркое по-домашнему с курицей 200/25	200/25	8	16	29	291	7 010,07
	Салат из белокачанной капусты с морковью	60	1	10	6	107	1 013,02
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
	Кисель	200	5	3	19	119	55
Итого за Комплекс СВО 1-4		795	22	36	110	822	
Обед 1							
	Суп лапша с курицей.	250/25	7	9	18	184	2 020,06
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Кисель	200	5	3	19	119	55
Итого за Обед 1		505	14	12	51	373	
Обед 2							
	Жаркое по-домашнему с курицей 200/25	200/25	8	16	29	291	7 010,07
	Салат из белокачанной капусты с морковью	60	1	10	6	107	1 013,02
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Кисель	200	5	3	19	119	55
Итого за Обед 2		515	16	29	68	587	
Комплекс ОБ							
	Суп лапша на МКБ	250	4	6	29	168	61
	Жаркое по-домашнему с курицей 200/25	200/25	8	16	29	291	7 010,07
	Салат из белокачанной капусты с морковью	60	1	10	6	107	1 013,02
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
	Кисель	200	5	3	19	119	55
Итого за Комплекс ОБЗ		795	22	36	110	822	
Комплекс 1							
	Суп лапша с курицей.	250/25	7	9	18	184	2 020,06
	Жаркое по-домашнему с курицей 200/25	200/25	8	16	29	291	7 010,07
	Салат из белокачанной капусты с морковью 90гр	90	2	9	9	125	125
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
	Кисель	200	5	3	19	119	55
Итого за Комплекс 1		850	26	38	102	856	
Итого за день		5 800	165	249	836	6061	

Рацион: Меню школы сентябрь 2026г.

Неделя: 2

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак СВО							
	Каша жидкая молочная из манной крупы	200/5	6	8	33	225	70
	Творожная запеканка со сгущенным молоком	50/15	12	5	17	165	76
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Компот из плодов свежих	200			28	115	10 007,01
Итого за Завтрак СВО 1-4		500	20	13	92	575	
Завтрак СВО							
	Каша жидкая молочная из манной крупы	200/5	6	8	33	225	70
	Творожная запеканка со сгущенным молоком	50/15	12	5	17	165	76
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Компот из плодов свежих	200			28	115	10 007,01
	Кондитерское изделие 4	23	2	9	11	132	69,03
Итого за Завтрак СВО 5-11		523	22	22	103	707	
Комплекс СВ							
	Суп картофельный с мясными фрикадельками.	250/25	3	5	21	135	2 014,05
	Рис отварной 1	200/5	5	5	53	277	8 002,01
	Тефтели рыбные из филе минтая 90 грамм	90	12	8	12	152	7 007,01
	Хлеб пшеничный 50гр	50	4	1	24	117	13 001,03
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
	Кисель	200	5	3	19	119	55
Итого за Комплекс СВО 5-11		850	31	23	142	867	
Завтрак 1-4 кл							
	Каша жидкая молочная из манной крупы	200/5	6	8	33	225	70
	Творожная запеканка со сгущенным молоком	50/15	12	5	17	165	76
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Компот из плодов свежих	200			28	115	10 007,01
Итого за Завтрак 1-4 класс, ОВЗ		500	20	13	92	575	
Комплекс СВ							
	Суп картофельный с мяскими фрикадельками.	250/25	3	5	21	135	2 014,05
	Рис отварной 1.1	180	5	5	48	232	8 002,02
	Тефтели рыбные из филе минтая 90 грамм	90	12	8	12	152	7 007,01
	Хлеб пшеничный 50гр	50	4	1	24	117	13 001,03
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
	Кисель	200	5	3	19	119	55
Итого за Комплекс СВО 1-4		825	31	23	137	822	
Обед 1							
	Суп картофельный с мяскими фрикадельками	250/50	12	11	19	224	2 011,04
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Компот из плодов свежих	200			28	115	10 007,01
Итого за Обед 1		530	14	11	61	409	
Обед 2							
	Рис отварной 1	200/5	5	5	53	277	8 002,01
	Тефтели рыбные из филе минтая 90 грамм	90	12	8	12	152	7 007,01
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Компот из плодов свежих	200			28	115	10 007,01
Итого за Обед 2		525	19	13	107	614	
Комплекс ОВ							
	Суп картофельный с мяскими фрикадельками.	250/25	3	5	21	135	2 014,05
	Рис отварной 1.1	180	5	5	48	232	8 002,02
	Тефтели рыбные из филе минтая 90 грамм	90	12	8	12	152	7 007,01
	Хлеб пшеничный 50гр	50	4	1	24	117	13 001,03
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
	Кисель	200	5	3	19	119	55
Итого за Комплекс ОВЗ		825	31	23	137	822	
Комплекс 1							
	Суп картофельный с мяскими фрикадельками	250/50	12	11	19	224	2 011,04
	Рис отварной 1	200/5	5	5	53	277	8 002,01

Тефтели рыбные из филе минтая 90 грамм	90	12	8	12	152	7 007,01
Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
Компот из плодов свежих	200			28	115	10 007,01
Итого за Комплекс 1	855	33	25	139	905	
Итого за день	5 933	221	166	1010	6296	

Рацион: Меню школы сентябрь 2026г.

Неделя: 2

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак СВО							
	Пюре картофельное гарнир	180/5	4	6	26	172	8 005,01
	Тефтели тушеные в соусе	80/30	11	15	12	232	7 041,02
	Чай с сахаром 1	200			11	42	10 015,05
	Хлеб пшеничный 50гр	50	4	1	24	117	13 001,03
Итого за Завтрак СВО 1-4		545	19	22	73	563	
Завтрак СВО							
	Пюре картофельное 200/5	200/5	4	6	29	186	8 005,02
	Тефтели тушеные в соусе	80/30	11	15	12	232	7 041,02
	Чай с сахаром 1	200			11	42	10 015,05
	Хлеб пшеничный 50гр	50	4	1	24	117	13 001,03
Итого за Завтрак СВО 5-11		565	19	22	76	577	
Комплекс СВ							
	Рассольник Ленинградский на МКБ со сметаной	250/5	2	6	18	136	2 008
	Винегрет овощной 80гр	80	1	8	6	100	1 039,03
	Макароны отварные 180	180	7	5	43	244	8 004,03
	Сосиски молочные с соусом	100	6	7	4	113	101,01
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
	Чай с сахаром 1	200			11	42	10 015,05
Итого за Комплекс СВО 5-11		875	20	27	109	772	
Завтрак 1-4 кл							
	Пюре картофельное гарнир	180/5	4	6	26	172	8 005,01
	Тефтели тушеные в соусе	80/30	11	15	12	232	7 041,02
	Чай с сахаром 1	200			11	42	10 015,05
	Хлеб пшеничный 50гр	50	4	1	24	117	13 001,03
Итого за Завтрак 1-4 класс, ОВЗ		545	19	22	73	563	
Комплекс СВ							
	Рассольник Ленинградский на МКБ со сметаной	250/5	2	6	18	136	2 008
	Винегрет овощной 1	60	1	6	4	75	1 039,02
	Макароны отварные 180	180	7	5	43	244	8 004,03
	Сосиски молочные с соусом	100	6	7	4	113	101,01
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
	Чай с сахаром витаминизированный	200			10	43	10 015,03
Итого за Комплекс СВО 1-4		855	20	25	106	748	
Обед 1							
	Рассольник с мясом и сметаной	250/25/5	7	6	15	143	2 026,06
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Чай с сахаром 1	200			11	42	10 015,05
Итого за Обед 1		510	9	6	40	255	
Обед 2							
	Винегрет овощной 1	60	1	6	4	75	1 039,02
	Макароны отварные 180	180	7	5	43	244	8 004,03
	Сосиски молочные с соусом	100	6	7	4	113	101,01
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Чай с сахаром 1	200			11	42	10 015,05
Итого за Обед 2		570	16	18	76	544	
Комплекс ОВ							
	Рассольник Ленинградский на МКБ со сметаной	250/5	2	6	18	136	2 008
	Винегрет овощной 1	60	1	6	4	75	1 039,02
	Макароны отварные 180	180	7	5	43	244	8 004,03
	Сосиски молочные с соусом	100	6	7	4	113	101,01
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
	Чай с сахаром витаминизированный	200			10	43	10 015,03
Итого за Комплекс ОВЗ		855	20	25	106	748	
Комплекс 1							
	Рассольник с мясом и сметаной	250/25/5	7	6	15	143	2 026,06
	Винегрет овощной 80гр	80	1	8	6	100	1 039,03
	Макароны отварные 180	180	7	5	43	244	8 004,03
	Сосиски молочные с соусом	100	6	7	4	113	101,01
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
	Чай с сахаром 1	200			11	42	10 015,05
Итого за Комплекс 1		900	25	27	106	779	
Итого за день		6 220	167	194	765	5549	

Рацион: Меню школы сентябрь 2026г.

Неделя: 2

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак СВО							
	Каша жидкая молочная рисовая	200/5	6	8	31	220	36,03
	Бутерброд с маслом на батоне 50гр	50	2	12	14	167	12 012,11
	Хлеб пшеничный 50гр	50	4	1	24	117	13 001,03
	Чай с сахаром 1	200			11	42	10 015,05
Итого за Завтрак СВО 1-4		505	12	21	80	546	
Завтрак СВО							
	Каша жидкая молочная рисовая	200/5	6	8	31	220	36,03
	Бутерброд с маслом на батоне 50гр	50	2	12	14	167	12 012,11
	Хлеб пшеничный 50гр	50	4	1	24	117	13 001,03
	Чай с сахаром 1	200			11	42	10 015,05
Итого за Завтрак СВО 5-11		505	12	21	80	546	
Комплекс СВ							
	Суп с клецками на МКБ	250	2	4	15	112	65,01
	Салат Радужный 1	80	3	4	15	109	46
	Тефтели тушеные в соусе	80/30	11	15	12	232	7 041,02
	Каша гречневая с маслом 180/5	180/5	10	7	47	266	8 001,05
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
	Чай с лимоном	200			11	46	10 015,02
Итого за Комплекс СВО 5-11		885	30	31	127	902	
Завтрак 1-4 кл							
	Каша жидкая молочная рисовая	200/5	6	8	31	220	36,03
	Бутерброд с маслом на батоне 50гр	50	2	12	14	167	12 012,11
	Хлеб пшеничный 50гр	50	4	1	24	117	13 001,03
	Чай с сахаром 1	200			11	42	10 015,05
Итого за Завтрак 1-4 класс, ОВЗ		505	12	21	80	546	
Комплекс СВ							
	Суп с клецками на МКБ	250	2	4	15	112	65,01
	Тефтели тушеные в соусе	80/30	11	15	12	232	7 041,02
	Каша гречневая с маслом 180/5	180/5	10	7	47	266	8 001,05
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
	Чай с лимоном	200			11	46	10 015,02
Итого за Комплекс СВО 1-4		805	27	27	112	793	
Обед 1							
	Суп с клецками куриный	250/25	6	7	11	135	121
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
	Чай с лимоном	200			11	46	10 015,02
Итого за Обед 1		505	8	8	35	248	
Обед 2							
	Салат Радужный	60	2	4	11	88	112
	Тефтели тушеные в соусе	80/30	11	15	12	232	7 041,02
	Каша гречневая с маслом 180/5	180/5	10	7	47	266	8 001,05
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Чай с лимоном	200			11	46	10 015,02
Итого за Обед 2		585	25	26	95	702	
Комплекс ОВЗ							
	Суп с клецками на МКБ	250	2	4	15	112	65,01
	Тефтели тушеные в соусе	80/30	11	15	12	232	7 041,02
	Каша гречневая с маслом 180/5	180/5	10	7	47	266	8 001,05
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
	Чай с лимоном	200			11	46	10 015,02
Итого за Комплекс ОВЗ		805	27	27	112	793	
Комплекс 1							
	Суп с клецками куриный	250/25	6	7	11	135	121
	Салат Радужный	60	2	4	11	88	112
	Тефтели тушеные в соусе	80/30	11	15	12	232	7 041,02
	Каша гречневая с маслом 180/5	180/5	10	7	47	266	8 001,05
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
	Чай с лимоном	200			11	46	10 015,02
Итого за Комплекс 1		890	33	34	119	904	
Итого за день		5 990	186	216	840	5980	

Рацион: Меню школы сентябрь 2026г.

Неделя: 2

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак СВО							
	Каша вязкая молочная пшенная 180/5	180/5	8	8	37	255	27,02
	Омлет натуральный	70/5	9	15	1	158	79
	Хлеб пшеничный 50гр	50	4	1	24	117	13 001,03
	Компот из смеси сухофруктов	200	1		32	133	10 009,01
Итого за Завтрак СВО 1-4		510	22	24	94	663	
Завтрак СВО							
	Каша вязкая молочная пшенная 180/5	180/5	8	8	37	255	27,02
	Омлет натуральный	70/5	9	15	1	158	79
	Хлеб пшеничный 50гр	50	4	1	24	117	13 001,03
	Компот из смеси сухофруктов	200	1		32	133	10 009,01
	Кондитерское изделие 5	30	2	11	15	172	69,04
Итого за Завтрак СВО 5-11		540	24	35	109	835	
Комплекс СВ							
	Борщ на МКБ со сметаной	250/5	2	11	13	158	47
	Котлеты куриные 3	90	14	14	11	228	22,03
	Макароны отварные 180	180	7	5	43	244	8 004,03
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
	Чай с лимоном	200			11	46	10 015,02
Итого за Комплекс СВО 5-11		785	27	31	105	813	
Завтрак 1-4 кл							
	Каша вязкая молочная пшенная 180/5	180/5	8	8	37	255	27,02
	Омлет натуральный	70/5	9	15	1	158	79
	Хлеб пшеничный 50гр	50	4	1	24	117	13 001,03
	Компот из смеси сухофруктов	200	1		32	133	10 009,01
Итого за Завтрак 1-4 класс, ОВЗ		510	22	24	94	663	
Комплекс СВ							
	Борщ на МКБ со сметаной	250/5	2	11	13	158	47
	Котлеты куриные 3	90	14	14	11	228	22,03
	Макароны отварные 180	180	7	5	43	244	8 004,03
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
	Чай с сахаром витаминизированный	200			10	43	10 015,03
Итого за Комплекс СВО 1-4		785	27	31	104	810	
Обед 1							
	Борщ с говядиной со сметанной	250\50\5	12	9	13	184	9,01
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
	Чай с сахаром 1	200			11	42	10 015,05
Итого за Обед 1		535	14	10	37	293	
Обед 2							
	Котлеты куриные 3	90	14	14	11	228	22,03
	Макароны отварные 180	180	7	5	43	244	8 004,03
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Чай с сахаром 1	200			11	42	10 015,05
Итого за Обед 2		500	23	19	79	584	
Комплекс ОВ							
	Борщ на МКБ со сметаной	250/5	2	11	13	158	47
	Котлеты куриные 3	90	14	14	11	228	22,03
	Макароны отварные 180	180	7	5	43	244	8 004,03
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
	Чай с сахаром витаминизированный	200			10	43	10 015,03
Итого за Комплекс ОВЗ		785	27	31	104	810	
Комплекс 1							
	Борщ с говядиной со сметанной	250\50\5	12	9	13	184	9,01
	Котлеты куриные 3	90	14	14	11	228	22,03
	Макароны отварные 180	180	7	5	43	244	8 004,03
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
	Чай с сахаром 1	200			11	42	10 015,05
Итого за Комплекс 1		835	37	29	105	835	
Итого за день		5 785	223	234	831	6306	

Рацион: Меню школы сентябрь 2026г.

Неделя: 2

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак СВО							
	Плов с куриным филе 1	225	10	15	55	389	14,05
	Бутерброд с колбасой п/к	50	3		14	68	12 012,08
	Чай с лимоном	200			11	46	10 015,02
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
Итого за Завтрак СВО 1-4		505	15	15	94	573	
Завтрак СВО							
	Плов с куриным филе 1	225	10	15	55	389	14,05
	Бутерброд с колбасой п/к	50	3		14	68	12 012,08
	Чай с лимоном	200			11	46	10 015,02
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
Итого за Завтрак СВО 5-11		505	15	15	94	573	
Комплекс СВ							
	Суп лапша на МКБ	250	4	6	29	168	61
	Жаркое по-домашнему с курицей 200/25	200/25	8	16	29	291	7 010,07
	Салат из белокочанной капусты с яблоком	80	1	8	5	98	1 013
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
	Чай с сахаром витаминизированный	200			10	43	10 015,03
Итого за Комплекс СВО 5-11		815	17	31	100	737	
Завтрак 1-4 класс							
	Плов с куриным филе 1	225	10	15	55	389	14,05
	Бутерброд с колбасой п/к	50	3		14	68	12 012,08
	Чай с лимоном	200			11	46	10 015,02
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
Итого за Завтрак 1-4 класс, ОВЗ		505	15	15	94	573	
Комплекс СВ							
	Суп лапша на МКБ	250	4	6	29	168	61
	Жаркое по-домашнему с курицей 200/25	200/25	8	16	29	291	7 010,07
	Салат из белокочанной капусты с яблоком	80	1	8	5	98	1 013
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
	Чай с сахаром витаминизированный	200			10	43	10 015,03
Итого за Комплекс СВО 1-4		815	17	31	100	737	
Обед 1							
	Суп лапша с курицей.	250/25	7	9	18	184	2 020,06
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
	Чай с лимоном	200			11	46	10 015,02
Итого за Обед 1		505	9	10	42	297	
Обед 2							
	Жаркое по-домашнему с курицей 200/25	200/25	8	16	29	291	7 010,07
	Салат из белокочанной капусты с яблоками	60	1	6	4	75	1 006,03
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Чай с лимоном	200			11	46	10 015,02
Итого за Обед 2		515	11	22	58	482	
Комплекс ОВЗ							
	Суп лапша на МКБ	250	4	6	29	168	61
	Жаркое по-домашнему с курицей 200/25	200/25	8	16	29	291	7 010,07
	Салат из белокочанной капусты с яблоком	80	1	8	5	98	1 013
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
	Чай с сахаром витаминизированный	200			10	43	10 015,03
Итого за Комплекс ОВЗ		815	17	31	100	737	
Комплекс 1							
	Суп лапша с курицей.	250/25	7	9	18	184	2 020,06
	Жаркое по-домашнему с курицей 200/25	200/25	8	16	29	291	7 010,07
	Салат из белокочанной капусты с яблоками	60	1	6	4	75	1 006,03
	Хлеб пшеничный 1	30	2		14	70	13 001,02
	Хлеб ржано-пшеничный 1	30	2	1	13	67	13 003,02
	Чай с лимоном	200			11	46	10 015,02
Итого за Комплекс 1		820	20	32	89	733	
Итого за день		5 800	136	202	771	5442	

Итого за период	60 048	1949	2002	8347	59097	
Среднее значение за период		194,9	200,2	834,7	5909,7	

Составил _____ Администратор

Утвердил _____