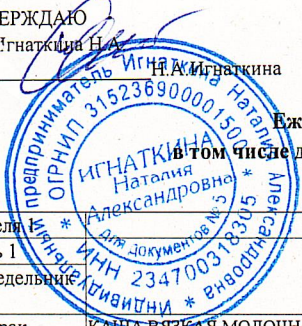


*И.И. Игнаткина*  
*Александрова И.А.*



**Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и для детей-инвалидов**

На « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 год.

Обучающиеся 7-11 лет, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды							
Неделя День 1 Понедельник	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
			Белки	Жиры	Углевод ы		
Завтрак	КАША вязкая МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА(молоко, вода, пшено, рис, масло сливочное, сахар)	220	8,4	10,6	35,1	270,5	37,73
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)(промышленное производство)	15	3,5	4,4	0	53,7	6,28
	ЧАЙ С САХАРОМ ( вода, сахар, чай черный)	200	0,2	0,1	9,3	38	1,55
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,2	9,8	46,8	2,74
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	25	2	0,4	10	51,5	4,04
	ПРЯНИКИ п (промышленное производство)***	20	1,1	0,9	14,8	73,8	4,70
Итого за завтрак:		500	16,7	16,6	79	533,7	57,04
Обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)п (помидоры)**	60	0,5	0,1	1	6,6	14,82
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМп (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло сливочное, соль)	200	1,5	3,5	5,6	60	12,80
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ (мясо 1 кат., лук репчатый, крупа рисовая, мука пш., вода, томатное пюре, сметана, соль)	110	11,1	13,8	11,4	204,6	42,32
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ п(макаронные изделия, вода, масло сл., соль)	150	5,6	5	29,6	184,5	11,37
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ п (промышленное производство)	200	1	0,2	20,2	86	10,24
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	5,48
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	30	2,4	0,5	12	61,8	4,84
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ( яблоко)*	100	0,4	0,4	9,8	44	13,94
Итого за обед:		330	25,5	23,8	109,3	741,1	115,81
Обучающиеся 12 лет и старше, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды							
Неделя День 1 Понедельник	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
			Белки	Жиры	Углевод ы		
Завтрак	КАША вязкая МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА(молоко, вода, пшено, рис, масло сливочное, сахар)	250	9,5	12	39,9	307,5	39,08
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)(промышленное производство)	15	3,5	4,4	0	53,7	6,28
	ЧАЙ С САХАРОМ( вода, сахар, чай черный)	200	0,2	0,1	9,3	38	1,55
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	5,48
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	25	2	0,4	10	51,5	4,04
	ПРЯНИКИ*** (промышленное производство)	20	1,1	0,9	14,8	73,2	4,70
Итого за завтрак:		550	19,3	18,1	93,7	658,2	61,13
Обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)п (помидоры)**	100	0,8	0,1	1,7	11	24,70
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМп (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло сливочное, соль)	250	1,9	4,4	7	75	13,09
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ (мясо 1 кат., лук репчатый, крупа рисовая, мука пш., вода, томатное пюре, сметана, соль)	120	12,1	15	12,5	223,2	43,10
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ п(макаронные изделия, вода, масло сл., соль)	180	6,7	5,9	35,5	221,4	13,65
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ п (промышленное производство)	200	1	0,2	20,2	86	10,24
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	5,48
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	30	2,4	0,5	12	61,8	4,84
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ ( яблоко)*	100	0,4	0,4	9,8	44	13,94	
Итого за обед:		1020	28,3	26,8	118,4	816	129,04
Итого за полдник:	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ СДОБНОГО ТЕСТА (с яблоком) (яблоки, мука пш., вода, сахар, масло сл., яйца, соль, дрожжи)	150	8	6,8	44,8	273	30,74
	КЕФИР (промышленное производство)	200	5,8	5	8	106	44,70
Итого за полдник:		150	13,8	11,8	52,8	379	75,44

\* - допускается выдача иных фруктов.  
\*\* - допускается выдача иных овощей  
\*\*\* - допускается выдача иных кондитерских изделий

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.  
Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.



УТВЕРЖДАЮ  
ИП Игнаткина Н.А.

Н.А. Игнаткина

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ

Александрова ИИ  
МБОУ  
ООШ №25

Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся,  
в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и для детей-инвалидов  
На « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 год.

Неделя	День	Вторник	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				Цена, руб
					Белки	Жиры	Углевод ы	ЭЦ, ккал	
			<b>Обучающиеся 7-11 лет, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды</b>						
Неделя	Александровна								
День	2								
Вторник									
Завтрак	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)п (огурцы)**			60	0,5	0,1	1	6,6	15,56
	ШАШЛЫЧКИ ИЗ МЯСА (мясо 1 кат., лук репчатый, томатное пюре, масло подсолн., лимон, чеснок, соль, перец молотый)			100	10,6	13,2	14,3	218,5	84,43
	СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ (вода, томатное пюре, масло слив., мука пш., петрушка, сахар, соль)			25	0,2	0,8	1,2	13	2,64
	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (пшено, вода, масло слив.)			155	4,2	4	25,8	156,6	7,76
	ЛИМОНАД АПЕЛЬСИНОВЫЙ (вода, апельсин, сахар)			200	0,3	0,1	21,7	89,9	6,46
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)			25	1,9	0,2	12,3	58,5	3,42
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)			20	1,6	0,3	8	41,2	3,23
Итого за завтрак:				585	19,3	18,7	84,3	584,3	123,5
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ (свекла, огурцы сол., масло подсолн.)			70	0,9	4,3	4,3	58,9	8,81
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (вода, картофель, горох лущеный, морковь, лук репчатый, масло подсолн., соль)			200	5	2,9	11,7	92,6	11,71
	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ (фарш рыбный., лук репчатый, морковь, крупа рисовая, свинина, яйцо, вода, томатное пюре, сметана, соль)			110	9,5	9	12	166,5	22,68
	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ (картофель, лук репч., вода, сметана, томатное пюре, масло подсолн.)			150	3,2	7,7	23,9	173,1	16,94
	КАКАО С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, какао-порошок)			200	3,3	2,9	13,9	94	17,48
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)			40	3	0,3	19,7	93,6	5,48
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)			25	2	0,4	10	51,5	4,04
Итого за обед:				795	26,9	27,5	95,5	730,2	87,14
Неделя 1			<b>Обучающиеся 12 лет и старше, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды</b>						
День 2									
Вторник									
Завтрак	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)п (огурцы)**			100	0,8	0,1	1,7	11	15,93
	ШАШЛЫЧКИ ИЗ МЯСА (мясо 1 кат., лук репчатый, томатное пюре, масло подсолн., лимон, чеснок, соль, перец молотый)			100	10,6	13,2	14,3	218,5	84,43
	СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ (вода, томатное пюре, масло слив., мука пш., петрушка, сахар, соль)			30	0,3	1	1,4	15,5	3,14
	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (пшено, вода, масло слив.)			180	4,9	4,7	30	181,8	9
	ЛИМОНАД АПЕЛЬСИНОВЫЙ (вода, апельсин, сахар)			200	0,3	0,1	21,7	89,9	6,46
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)			40	3	0,3	19,7	93,6	5,48
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)			20	1,6	0,3	8	41,2	3,23
Итого за завтрак:				670	21,5	19,7	96,8	651,5	127,67
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ (свекла, огурцы сол., масло подсолн.)			100	1,3	6,1	6,2	84,2	12,59
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (вода, картофель, горох лущеный, морковь, лук репчатый, масло подсолн., соль)			250	6,3	3,6	14,6	115,8	11,81
	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ (фарш рыбный., лук репчатый, морковь, крупа рисовая, свинина, яйцо, вода, томатное пюре, сметана, соль)			120	10,4	9,7	13,1	182,4	24,95
	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ (картофель, лук репч., вода, сметана, томатное пюре, масло подсолн.)			180	3,9	5,7	27,1	176,5	19,81
	КАКАО С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, какао-порошок)			200	3,3	2,9	13,8	94	17,48
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)			45	3,4	0,4	22,1	105,3	6,16
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)			40	3,2	0,6	16	82,4	6,46
Итого за обед:				935	31,8	29	112,9	840,6	99,26
Полдник	БЛИНЧИКИ (вода, мука, яйца, сахар, масло подсолн., масло сл., соль)			145	7,4	11,6	42,4	303,8	36,13
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ (вода, молоко, сахар, чай черный)			200/15	1,5	1,2	17	85,4	25,33
Итого за полдник:				360	8,9	12,8	59,4	389,2	61,46

\*\* - допускается выдача иных овощей

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.



УТВЕРЖДАЮ  
ИП Игнаткина Н.А.  
Игнаткина  
Н.А.



СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ: *Ооше 145*  
*Дмитриева*  
МБОУ ООШ №25  
Саратовская область  
Камышинский район

Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся,  
детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и для детей-инвалидов  
На « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 год.

Неделя 1 День 3 Среда	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				ЭЦ, ккал	Цена, руб
			Белки	Жиры	Углевод ы	ЭЦ, ккал		
Завтрак	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) (помидоры)**	60	0,4	0,1	1,1	6,6	9,18	
	ПАЛОЧКИ-ХРУСТЯШКИ-рыбные (фарш рыбный, лук репч., морковь, масло подсолн., хлеб пш., молоко, яйцо, сухари паниров, соль, перец молот.)	110	9,5	11	12	166,5	45,37	
	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, вода, молоко, масло сл., соль)	150	4,1	6	8,7	105	19,98	
	СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ (вода, томатное пюре, масло слив., мука пш., петрушка, сахар, соль)	30	0,3	1	1,4	15,7	3,24	
	КОМПОТ ИХ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, к-та лимонная)	200	0,6	0,1	20,1	84	17,24	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,3	0,2	14,8	70,2	4,11	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2	3,23	
Итого за завтрак:		600	18,8	18,7	66,1	489,2	102,35	
Обед	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ (свекла, морковь., капуста б/к, яблоко, лимон)	60	0,7	0,1	4,4	23,6	9,51	
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, соль)	200	2,1	4,1	10,6	87,6	11,96	
	РАГУ ИЗ СВИНИНЫ (свинина 1 кат, картофель, морковь, лук репч., масло подсолн., томатное пюре, мука пш.)	200	13,3	17,5	29,8	430,9	90,33	
	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК (вода, яблоки, сахар, крахмал картофельный, лимонная кислота)	200	0,2	0,2	23,8	98	20,08	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	5,48	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	25	2	0,4	10	51,5	4,04	
	ПРЯНИКИ п (промышленное производство)***	20	1,1	0,9	14,8	73,2	4,7	
Итого за обед:		745	22,4	23,5	113,1	858,4	146,1	
Неделя 1 День 3 Среда	Обучающиеся 12 лет и старше, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды							
Завтрак	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) (помидоры)**	100	0,7	0,1	1,9	11	15,31	
	ПАЛОЧКИ-ХРУСТЯШКИ-рыбные (фарш рыбный, лук репч., морковь, масло подсолн., хлеб пш., молоко, яйцо, сухари паниров, соль, перец молот.)	110	9,5	11	12	166,5	45,37	
	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, вода, молоко, масло сл., соль)	180	4,9	7,2	10,4	126,1	24,01	
	СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ (вода, томатное пюре, масло слив., мука пш., петрушка, сахар, соль)	30	0,3	1	1,4	15,7	3,14	
	КОМПОТ ИХ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, к-та лимонная)	200	0,6	0,1	20,1	84	17,24	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	5,48	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2	3,23	
Итого за завтрак:		680	20,6	20	73,5	538,1	113,78	
Обед	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ (свекла, морковь., капуста б/к, яблоко, лимон)	110	1,3	0,2	8,1	43,3	17,44	
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, соль)	250	2,6	5,1	13,3	109,5	12,1	
	РАГУ ИЗ СВИНИНЫ (свинина 1 кат, картофель, морковь, лук репч., масло подсолн., томатное пюре, мука пш.)	220	14,7	19,2	32,8	473,8	96,77	
	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК (вода, яблоки, сахар, крахмал картофельный, лимонная кислота)	200	0,2	0,2	23,8	98	20,08	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	5,48	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	40	3,2	0,6	16	82,4	6,46	
	ПРЯНИКИ п (промышленное производство)***	20	1,1	0,9	14,8	73,2	4,7	
Итого за обед:		880	26,1	26,5	128,5	973,8	163,03	
Полдник	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЬЕ С КАРТОШКОЙ (картофель, лук репчатый, мука пш., вода, сахар, дрожжи сухие, яйца, масло подс., соль)	160	8,2	4	48	260,8	32,02	
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастеризованное)	200	5,9	5,1	9,8	110,5	27,94	
Итого за полдник:		360	14,1	9,1	57,8	371,3	59,96	

\*\* - допускается выдача иных овощей

\*\*\* - допускается выдача иных кондитерских изделий

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.



№ 0001/25  
Александровна И.И.

Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся,  
в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и для детей-инвалидов  
На « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 год.

Неделя 1		Обучающиеся 7-11 лет, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды						
День 4		Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
Четверг				Белки	Жиры	Углевод ы		
Завтрак	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ (свекла, горошек конс., яблоки, лук репч., масло подсолн., соль)	60	0,9	3,7	4,6	55,2	15,19	
	КНЕЛИ ИЗ КУР С РИСОМ (куры потр. I кат, рис, молоко, масло сл.)	90	10,1	11,3	7,5	218,3	55,86	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия, вода, масло сл., соль)	150	5,6	5	29,6	184,5	11,37	
	ЧАЙ С САХАРОМ ( вода, сахар, чай черный)	200	0,2	0,1	9,3	38	1,55	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,2	9,8	46,8	2,74	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2	3,23	
Итого за завтрак:		540	19,9	20,6	68,8	584	89,94	
Обед	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (капуста б/к, морковь, яблоки, масло подс., к-та лимонная)	60	0,7	3,1	3,3	43,8	9,49	
	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ (вода, лук, мука пш., яйца, масло подс., соль)	200	2	3,1	8,9	71,4	12,66	
	МЯСО ТУШЕНОЕ (свинина I кат, морковь, лук репч., масло подсол., томатное пюре, мука пш., соль)	90	9,5	16,4	2,3	274,5	88,54	
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (крупа пшеничная, вода, масло сл.)	150	3,9	3,2	23,1	137,1	7,16	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (вода, сахар, чай черный, лимон)	200	0,3	0,1	9,5	40	4,1	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	50	3,8	0,4	24,6	117	6,85	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	35	2,8	0,5	14	72,1	5,65	
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ( яблоко)*	120	0,5	0,5	11,8	52,8	16,73		
Итого за обед:		905	23,5	27,3	97,5	808,7	151,18	
Неделя 1		Обучающиеся 12 лет и старше, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды						
День 4		Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
Четверг				Белки	Жиры	Углевод ы		
Завтрак	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ (свекла, горошек конс., яблоки, лук репч., масло подсолн., соль)	100	1,5	6,2	7,6	92	25,31	
	КНЕЛИ ИЗ КУР С РИСОМ (куры потр. I кат, рис, молоко, масло сл.)	100	11,2	11,4	8,3	242,5	75,4	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия, вода, масло сл., соль)	180	6,7	5,9	35,5	221,4	13,65	
	ЧАЙ С САХАРОМ ( вода, сахар, чай черный)	200	0,2	0,1	9,3	38	1,55	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,3	0,2	14,8	70,2	4,11	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2	3,23	
Итого за завтрак:		630	23,5	24,1	83,5	705,3	123,25	
Обед	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (капуста б/к, морковь, яблоки, масло подс., к-та лимонная)	100	1,2	5,1	5,5	73	15,81	
	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ (вода, лук, мука пш., яйца, масло подс., соль)	250	2,5	3,9	11,1	89,3	15,46	
	МЯСО ТУШЕНОЕ (свинина I кат, морковь, лук репч., масло подсол., томатное пюре, мука пш., соль)	100	10,6	18,2	2,6	305	87,7	
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (крупа пшеничная, вода, масло сл.)	180	4,7	3,5	27,7	154,5	8,59	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (вода, сахар, чай черный, лимон)	200	0,3	0,1	9,5	40	4,1	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	55	4,2	0,4	27,1	128,7	7,53	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	40	3,2	0,6	16	82,4	6,46	
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ( яблоко)*	120	0,5	0,5	11,8	52,8	16,73		
Итого за обед:		1045	27,2	32,3	111,3	925,7	162,38	
Полдник	ОЛАДЬИ ИЗ ТВОРОГА (творог, мука пш., молоко, яйца, масло подс., сода)	150	7,1	6,9	25,1	189	34,5	
	КАКАО С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, какао-порошок)	200	3,8	3	24,4	141	17,48	
Итого за полдник:		350	10,9	9,9	49,5	330	51,98	

\* - допускается выдача иных фруктов.

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.



УТВЕРЖДАЮ

ИП Игнаткина Н.А.



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ

*Д.М. Соколов*



Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и для детей-инвалидов  
 На « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 год.

**Обучающиеся 7-11 лет, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды**

Неделя 1 День 5 Пятница	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				ЭЦ, ккал	Цена, руб
			Белки	Жиры	Углевод	ы		
Завтрак	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ (капуста кв., лук репч., сахар, масло подс.)	60	1	3,6	4,9	56,4	6,69	
	ВОК ИЗ ПТИЦЫ (куры 1 кат., крупа рисовая, морковь, лук репчатый, кукуруза конс., вода, масло подс., соль)	180	12,5	13,9	32,2	294,8	70,55	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ п (молоко, вода, сахар, кофейный напиток)	200	2,8	2,5	13,6	88	20,42	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,2	9,8	46,8	2,74	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2	3,23	
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ( мандарины)*	100	0,8	0,2	7,5	38	17,68	
Итого за завтрак:		580	20,2	20,7	76	565,2	121,31	
Обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)п (огурцы)**	60	0,5	0,1	1	6,6	15,56	
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло сливочное, соль)	200	1,5	3,5	5,6	60	12,8	
	ФРИКАДЕЛКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ (куры 1 кат., молоко, хлеб пш., масло сл., соль)	100	12,6	15,2	8,1	265,4	62,43	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ И ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (картофель, вода, молоко, горошек конс., масло сл., соль)	150	4,1	5,8	23,8	112,9	19,2	
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1	0,2	20,2	86	10,24	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	50	3,8	0,4	24,6	117	6,85	
Итого за обед:		35	2,8	0,5	14	72,1	5,65	
		795	26,3	25,7	97,3	720	132,73	

**Обучающиеся 12 лет и старше, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды**

Неделя 1 День 5 Пятница	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				ЭЦ, ккал	Цена, руб
			Белки	Жиры	Углевод	ы		
Завтрак	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ (капуста кв., лук репч., сахар, масло подс.)	100	1,6	6	8,2	94	11,16	
	ВОК ИЗ ПТИЦЫ (куры 1 кат., крупа рисовая, морковь, лук репчатый, кукуруза конс., вода, масло подс., соль)	200	13,9	15,4	35,8	327,6	99,97	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ п (молоко, вода, сахар, кофейный напиток)	180	2,5	2,3	12,2	79,2	20,3	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	5,48	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2	3,23	
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ( мандарины)*	100	0,8	0,2	7,5	38	17,68	
Итого за завтрак:		640	23,4	24,5	91,4	673,6	157,82	
Обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)п (огурцы)**	100	0,8	0,1	1,7	11	25,93	
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло сливочное, соль)	250	1,9	4,4	7	75	13,09	
	ФРИКАДЕЛКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ (куры 1 кат., молоко, хлеб пш., масло сл., соль)	110	13,8	16,7	8,9	292	72,4	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ И ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (картофель, вода, молоко, горошек конс., масло сл., соль)	200	5,5	7,7	31,8	150,5	26,1	
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1	0,2	20,2	86	10,24	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	50	3,8	0,4	24,6	117	6,85	
Итого за обед:		40	3,2	0,6	16	82,4	6,46	
Полдник	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ СДОБНОГО ТЕСТА (с яблоком) (яблоки, мука пш., вода, сахар, масло сл., яйца, соль, дрожжи)	950	30	30,1	110,2	813,9	161,07	
	КЕФИР (промышленное производство)	150	8	6,8	44,8	273	30,74	
Итого за полдник:		200	5,8	5	8	106	44,7	
		350	13,8	11,8	52,8	379	75,44	

\* - допускается выдача иных фруктов.

\*\* - допускается выдача иных овощей

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.



УТВЕРЖДАЮ  
ИП Игнаткина Н.А.  
Игнаткина  
Н.А. Игнаткина

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ  
Овчарова  
Д.А. Овчарова

Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся,  
в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и для детей-инвалидов  
На « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 год.

Обучающиеся 7-11 лет, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды								
Неделя	День	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
				Белки	Жиры	Углевод ы		
Неделя 1	День 6	<b>ВЫХОДНОЙ ДЕНЬ</b>						
Суббота								
Завтрак								
Итого за завтрак:								
Обед								
Итого за обед:								
Полдник								
Итого за полдник:								
Обучающиеся 12 лет и старше, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды								
Неделя 1	День 6	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
				Белки	Жиры	Углевод ы		
Суббота								
Завтрак								
ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)п (помидоры)**			100	0,8	0,1	1,7	11	4,17
ЗРАЗЫ РУБЛЕНЬЕ с соусом сметанным (свинина 1 кат., хлеб пш., вода, лук репч., сухари панир., масло подс., петрушка, сметана, мука пш.)			130	11,2	15,7	11,1	258,7	75,01
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа гречневая, вода, сахар, масло сл., соль)			180	2,6	5,3	30,6	180	12,46
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД замороженных п (вода, яблоки, вишня замороз., сахар)			200	0,1	0,1	10,9	45	4,16
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)			40	3	0,3	19,7	93,6	5,48
ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)			20	1,6	0,3	8	41,2	3,23
Итого за завтрак:			670	19,3	21,8	82	629,5	104,51
Обед								
ИКРА КАБАЧКОВАЯ (пром. производство)			100	1,9	8,9	7,7	118	21,3
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (вода, картофель, морковь, лук репчатый, крупа пшено, масло подс., соль)			250	2	2,7	12,1	85,8	6,01
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (фарш рыбный, лук репч., морковь, масло раст., хлеб пш., молоко, яйцо, соль, перец молотый)			100	12,8	4,1	5,9	112,6	31,57
КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ (картофель, морковь, лук репч., масло подсолн., вода, сметана, мука пш., соль.)			200	4,3	13,1	32,6	266,1	20,01
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, вода, сахар)			200	0,7	0,3	18,3	78	11,37
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)			40	3	0,3	19,7	93,6	5,48
ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)			40	3,2	0,6	16	82,4	6,46
Итого за обед:			930	27,9	30	112,3	836,5	102,2
Полдник								
БЛИНЧИКИ (вода, мука, яйца, сахар, масло подс., масло сл., соль)			145	7,4	11,6	42,4	303,8	36,13
ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ (вода, молоко, сахар, чай черный)			200/15	1,5	1,2	17	85,4	25,33
Итого за полдник:			360	8,9	12,8	59,4	389,2	61,46

\*\* - допускается выдача иных овощей

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.



Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся,  
в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и для детей-инвалидов  
На « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 год.

Неделя 1		Обучающиеся 7-11 лет, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды						
Понедельник	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб	
			Белки	Жиры	Углевод ы			
Завтрак	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ (свекла, морковь., капуста б/к, яблоко, лимон)	60	0,7	0,1	4,4	23,6	9,51	
	ГУЛЯШ (мясо 1 кат., лук репчатый, томатное пюре, масло подс., мука пш., соль)	90	9,6	13,4	2,6	278,1	53,04	
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (крупа пшеничная, вода, масло сл.)	150	3,9	3,2	23,1	137,1	7,16	
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1	0,2	20,2	86	10,24	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,2	9,8	46,8	2,74	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2	3,23	
Итого за завтрак:		540	18,3	17,4	68,1	612,8	85,92	
Обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)п (огурцы)**	60	0,5	0,1	1	6,6	15,56	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подс., мука пш., яйца, вода, соль)	200	2,1	2,8	7,5	64	8,3	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ п (мясо 1 кат., картофель, лук репчатый, томатное пюре, масло подс.)	200	13,4	22,9	31,1	432,1	73,13	
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, лимонная к-та)	200	0,6	0,1	20,1	84	17,24	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	5,48	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	30	2,4	0,5	12	61,8	4,84	
Итого за обед:		830	22,4	27,1	101,2	786,1	138,49	
Неделя 2		Обучающиеся 12 лет и старше, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды						
Понедельник	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб	
			Белки	Жиры	Углевод ы			
Завтрак	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ (свекла, морковь., капуста б/к, яблоко, лимон)	100	1,2	0,2	7,3	39,4	15,85	
	ГУЛЯШ (мясо 1 кат., лук репчатый, томатное пюре, масло подс., мука пш., соль)	100	10,6	13,9	2,9	291,4	61,25	
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (крупа пшеничная, вода, масло сл.)	180	4,7	3,5	27,7	154,5	8,59	
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1	0,2	20,2	86	10,24	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,2	9,8	46,8	2,74	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2	3,23	
Итого за завтрак:		620	20,6	18,3	75,9	659,3	101,9	
Обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)п (огурцы)**	100	0,8	0,1	1,7	11	25,93	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подс., мука пш., яйца, вода, соль)	250	2,7	3,5	9,4	80	8,32	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ п (мясо 1 кат., картофель, лук репчатый, томатное пюре, масло подс.)	240	16	27,5	37,3	518,5	101,2	
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (вода, сухофрукты, сахар, лимонная к-та)	200	0,6	0,1	20,1	84	17,24	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	45	3,4	0,4	22,1	105,3	6,16	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	35	2,8	0,5	14	72,1	5,65	
Итого за обед:		970	26,7	32,5	114,4	914,9	178,44	
Полдник	ОЛАДЬИ ИЗ ТВОРОГА (творог, мука пш., молоко, яйца, масло подс., сода)	150	7,1	6,9	25,1	189	34,5	
	КАКАО С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, какао-порошок)	200	3,8	3	24,4	141	17,48	
Итого за полдник:		350	10,9	9,9	49,5	330	51,98	

\* - допускается выдача иных фруктов.

\*\* - допускается выдача иных овощей

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.





СОГЛАСОВАНО  
 Директор МБОУ *Совст-25*  
*Дашевская 44*

**Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся,  
 в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и для детей-инвалидов**  
 На « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 год.

Неделя 2		Обучающиеся 7-11 лет, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды						
День 8								
Вторник	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				ЭЦ, ккал	Цена, руб
			Белки	Жиры	Углевод ы			
Завтрак	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) (огурцы)**	60	0,4	0,1	1,1	6,6	7,96	
	НАГГЕТСЫ КУРИНЫЕ (грудка курин., яйцо, мука пш., сухари панир., масло раст., соль, перец молотый)	100	10,8	10,2	13,6	276,6	55,09	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия, вода, масло сл., соль)	150	5,6	5	29,6	184,5	11,37	
	СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ (вода, томатное пюре, масло слив., мука пш., петрушка, сахар, соль)	25	0,2	0,8	1,2	13	2,64	
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД замороженных п (вода,яблоки, вишня заморозж.,сахар)	200	0,1	0,1	10,9	45	4,16	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,2	9,8	46,8	2,74	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2	3,23	
Итого за завтрак:		805	24	24	98,9	709	99,64	
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ (морковь, яблоки, сахар)	575	20,2	16,7	74,2	613,7	87,19	
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло сливочное, соль)	60	0,6	3,7	4,5	53,4	6,65	
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (фарш рыбный, лук репч., морковь, масло раст., хлеб пш., молоко, яйцо, соль, перец молотый)	200	1,5	3,5	5,6	60	12,8	
	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ (картофель, морковь, лук репч., масло подсолн., вода, сметана, мука пш., соль.)	100	12,8	4,1	5,9	112,6	31,57	
	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК (вода, яблоки,сахар, крахмал картофельный, лимонная кислота)	180	3,9	11,8	29,4	239,9	19,02	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	200	0,2	0,2	23,8	98	20,08	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	5,48	
Итого за обед:		805	24	24	98,9	709	99,64	
Неделя 2		Обучающиеся 12 лет и старше, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды						
День 8								
Вторник	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества				ЭЦ, ккал	Цена, руб
			Белки	Жиры	Углевод ы			
Завтрак	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) (огурцы)**	100	0,7	0,1	1,9	11	13,27	
	НАГГЕТСЫ КУРИНЫЕ (грудка курин., яйцо, мука пш., сухари панир., масло раст., соль, перец молотый)	110	11,9	11,2	15	304,3	63,01	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия, вода, масло сл., соль)	180	6,7	5,9	35,5	221,4	13,65	
	СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ (вода, томатное пюре, масло слив., мука пш., петрушка, сахар, соль)	30	0,3	1	1,4	15,5	3,14	
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД замороженных п (вода,яблоки, вишня заморозж.,сахар)	200	0,1	0,1	10,9	45	4,16	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,3	0,2	14,8	70,2	4,11	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2	3,23	
Итого за завтрак:		670	23,6	18,8	87,5	708,6	104,57	
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ (морковь, яблоки, сахар)	100	1	6,1	7,5	89	11,08	
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло сливочное, соль)	250	1,9	4,4	7	75	13,09	
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (фарш рыбный, лук репч., морковь, масло раст., хлеб пш., молоко, яйцо, соль, перец молотый)	100	12,8	4,1	5,9	112,6	31,57	
	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ (картофель, морковь, лук репч., масло подсолн., вода, сметана, мука пш., соль.)	200	4,3	13,1	32,6	266,1	20,01	
	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК (вода, яблоки,сахар, крахмал картофельный, лимонная кислота)	200	0,2	0,2	23,8	98	20,08	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	45	3,4	0,4	22,1	105,3	6,16	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	40	3,2	0,6	16	82,4	6,46	
Итого за обед:		935	26,8	28,9	114,9	828,4	108,45	
Полдник	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ СДОБНОГО ТЕСТА (с яблоком) (яблоки, мука пш., вода, сахар, масло сл.,яйца, соль, дрожжи)	150	8	6,8	44,8	273	30,74	
	КЕФИР (промышленное производство)	200	5,8	5	8	106	44,8	
Итого за полдник:		350	13,8	11,8	52,8	379	75,54	

\*\* - допускается выдача иных овощей

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.



УТВЕРЖДАЮ  
ИП Игнаткина И.А.



СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ



Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся,  
в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и для детей-инвалидов  
На « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 год.

Неделя 2		Обучающиеся 7-11 лет, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды						
День 9								
Среда	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб	
			Белки	Жиры	Углевод			
Завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (пром.производство)	60	1,1	5,3	4,6	70,8	19,8	
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (ТТК) (яйца, молоко, масло сл., соль)	150	13,5	11,6	3,5	201,2	56,23	
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1	0,2	20,2	86	20,54	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,2	9,8	46,8	2,74	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,5	3,23	
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоки)*	100	0,4	0,4	9,8	44	13,94	
	ПРЯНИКИ (промышленное производство)***	20	1,1	0,9	14,8	73,2	4,7	
Итого за завтрак:		570	20,2	18,9	70,7	563,5	121,18	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (свекла, масло подс., соль)	60	0,8	3,7	4,6	54,6	3,99	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (вода, картофель, горох лущеный, морковь, лук репчатый, масло подс., соль)	200	5	2,9	11,7	92,6	11,71	
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ (мясо 1 кат., лук репчатый, крупа рисовая, мука пш., вода, томатное пюре, сметана, соль)	110	11,1	13,8	11,4	204,6	42,37	
	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (пшено, вода, масло слив.)	155	4,2	4	25,8	156,6	7,76	
	ЧАЙ С САХАРОМ ( вода, сахар, чай черный)	200	0,2	0,1	9,3	38	1,55	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	5,48	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	40	3,2	0,6	16	82,4	6,46	
Итого за обед:		805	27,5	25,4	98,5	722,4	79,32	
Неделя 2		Обучающиеся 12 лет и старше, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды						
День 9								
Среда	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб	
			Белки	Жиры	Углевод			
Завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (пром.производство)	100	1,9	8,9	7,7	118	21,3	
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (ТТК) (яйца, молоко, масло сл., соль)	200	16,6	13,4	4,6	268,2	58,96	
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1	0,2	20,2	86	10,54	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,2	9,8	46,8	2,74	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2	3,23	
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоки)*	100	0,4	0,4	9,8	44	13,94	
	ВАФЛИ (промышленное производство)***	20	0,6	0,7	15,5	70,8	3,17	
Итого за завтрак:		660	23,6	24,1	75,6	675	113,88	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (свекла, масло подс., соль)	100	1,4	6,1	7,6	91	6,64	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (вода, картофель, горох лущеный, морковь, лук репчатый, масло подс., соль)	250	6,3	3,6	14,6	115,8	11,81	
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ (мясо 1 кат., лук репчатый, крупа рисовая, мука пш., вода, томатное пюре, сметана, соль)	110	11,1	13,8	11,4	204,6	42,37	
	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (пшено, вода, масло слив.)	180	4,9	4,7	30	181,8	9	
	ЧАЙ С САХАРОМ ( вода, сахар, чай черный)	200	0,2	0,1	9,3	38	1,55	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	45	3,4	0,4	22,1	105,3	6,16	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	40	3,2	0,6	16	82,4	6,46	
Итого за обед:		925	30,5	29,3	111	818,9	83,99	
Полдник	БЛИНЧИКИ (вода, мука, яйца, сахар, масло подс., масло сл., соль)	145	7,4	11,6	42,4	303,8	36,13	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ (вода, молоко, сахар, чай черный)	200/15	1,5	1,2	17	85,4	27,94	
Итого за полдник:		360	8,9	12,8	59,4	389,2	64,07	

\* - допускается выдача иных фруктов.

\*\*\* - допускается выдача иных кондитерских изделий

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.



УТВЕРЖДАЮ  
ИПТ Игнаткина Н.А.

СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ

Л.В. - 25  
С.И. - 25  
Л.И. - 25



Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся,  
в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и для детей-инвалидов  
На « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 год.

Неделя 2		Обучающиеся 7-11 лет, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды						
День 10	Четверг	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
				Белки	Жиры	Углевод ы		
Завтрак		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ (огурцы солен., лук репч., масло подс.)	60	0,5	3,6	1,6	40,8	16,72
		ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ (фарш рыбный., лук репчатый, морковь, крупа рисовая, свинина, яйцо, вода, томатное пюре, сметана, соль)	110	9,5	9	12	166,5	22,68
		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, вода, молоко, масло сл., соль)	150	4,1	6	8,7	105	19,98
		НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, вода, сахар)	200	0,7	0,3	18,3	78	11,37
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	25	1,9	0,2	15,3	58,5	3,42
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2	3,23
Итого за завтрак:			565	18,3	19,4	63,9	490	77,4
Обед		САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ (капуста б/к, морковь, сахар, лимонная к-та, масло подс., соль)	70	1	4,2	5,9	65,9	9,83
		РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, соль)	200	2,1	4,1	10,6	87,6	11,96
		ГУЛЯШ (мясо 1 кат., лук репчатый, томатное пюре, масло подс., мука пш., соль)	100	10,6	14,9	2,9	309	61,25
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа гречневая, вода, сахар, масло сл., соль)	155	2,3	4,6	26,4	155,2	15,07
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ И ЯГОД (яблоки, вода, сахар, к-та лимонная)	200	0,1	0,1	11,1	46	15,65
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	50	3,8	0,4	24,6	117	6,85
ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	40	3,2	0,6	16	82,4	6,46		
Итого за обед:			815	23,1	28,9	97,5	863,1	127,07
Неделя 2		Обучающиеся 12 лет и старше, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды						
День 10	Четверг	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб
				Белки	Жиры	Углевод ы		
Завтрак		САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ (огурцы солен., лук репч., масло подс.)	100	0,8	6	2,6	68	22,94
		ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ (фарш рыбный., лук репчатый, морковь, крупа рисовая, свинина, яйцо, вода, томатное пюре, сметана, соль)	120	10,4	9,7	13,1	182,4	24,95
		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, вода, молоко, масло сл., соль)	180	4,9	7,2	10,4	126,1	24,01
		НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, вода, сахар)	200	0,7	0,3	18,3	78	11,37
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	40	3	0,3	19,7	93,6	5,48
		ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	40	3,2	0,6	16	82,4	6,46
Итого за завтрак:			680	23	24,1	80,1	630,5	95,21
Обед		САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ (капуста б/к, морковь, сахар, лимонная к-та, масло подс., соль)	100	1,5	6	8,4	94,1	14,05
		РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, соль)	250	2,6	5,1	13,3	109,5	12,1
		ГУЛЯШ (мясо 1 кат., лук репчатый, томатное пюре, масло подс., мука пш., соль)	110	11,7	15,3	4,2	320,5	75,82
		КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (крупа гречневая, вода, сахар, масло сл., соль)	200	2,9	5,9	34,06	200,1	19,43
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ И ЯГОД (яблоки, вода, сахар, к-та лимонная)	200	0,1	0,1	11,1	46	15,65
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	45	3,4	0,4	22,1	105,3	6,16
ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	40	3,2	0,6	16	82,4	7,26		
Итого за обед:			945	25,4	33,4	109,16	957,9	150,47
Полдник		ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЬЕ С КАРТОШКОЙ (картофель, лук репчатый, мука пш., вода, сахар, дрожжи сухие, яйца, масло подс., соль)	160	8,2	4	48	260,8	32,02
		МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастеризованное)	200	5,9	5,1	9,8	110,5	27,94
Итого за полдник:			160	14,1	9,1	57,8	371,3	59,96

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.



УТВЕРЖДАЮ  
ИП Игнаткина Наталья Александровна



СОГЛАСОВАНО  
Директор МБОУ

*Handwritten signature and initials*



Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся,  
в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и для детей-инвалидов  
На « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 год.

Неделя 2		Обучающиеся 7-11 лет, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды						
День 11	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб	
Пятница			Белки	Жиры	Углевод ы			
Завтрак	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ со сгущенным молоком (творог, крупа рисовая, сахар, яйца, масло сл., сметана, соль, молоко сгущенное)	150	15,5	8	37,2	294,1	36,28	
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	10,64	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (вода, сахар, чай черный, лимон)	200	0,3	0,1	9,5	40	4,1	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,3	0,2	14,8	70,2	4,11	
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоки)*	110	0,4	0,4	10,8	48,4	15,33	
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>500</b>	<b>18,6</b>	<b>16</b>	<b>72,4</b>	<b>518,8</b>	<b>70,46</b>	
Обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)п (помидоры)**	60	0,5	0,1	1	6,6	14,82	
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло сливочное, соль)	200	1,5	3,5	5,6	60	12,8	
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (куры 1 кат., хлеб пш., молоко, сухари панировочные, масло подс., соль)	100	14,9	18	30,5	299,8	55,39	
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (крупа пшеничная, вода, масло сл.)	150	3,9	3,2	23,1	137,1	7,16	
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1	0,2	20,2	86	10,24	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,3	0,2	14,8	70,2	4,11	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2	3,23	
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоки)*	120	0,5	0,5	11,8	52,8	16,73	
<b>Итого за обед:</b>	<b>880</b>	<b>26,2</b>	<b>26</b>	<b>115</b>	<b>753,7</b>	<b>124,48</b>		
Неделя 2		Обучающиеся 12 лет и старше, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды						
День 11	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб	
Пятница			Белки	Жиры	Углевод ы			
Завтрак	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ со сгущенным молоком (творог, крупа рисовая, сахар, яйца, масло сл., сметана, соль, молоко сгущенное)	200	20,5	10,7	49,6	392,3	42,8	
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (промышленное производство)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	10,64	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (вода, сахар, чай черный, лимон)	200	0,3	0,1	9,5	40	4,1	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	20	1,5	0,2	9,8	46,8	2,74	
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоки)*	120	0,5	0,5	11,8	52,8	16,73	
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>550</b>	<b>22,9</b>	<b>18,8</b>	<b>80,8</b>	<b>598</b>	<b>77,01</b>	
Обед	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)п (помидоры)**	100	0,8	0,1	1,7	11	24,7	
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (вода, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатное пюре, масло сливочное, соль)	250	1,9	4,4	7	75	13,09	
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (куры 1 кат., хлеб пш., молоко, сухари панировочные, масло подс., соль)	110	16,4	19,8	33,6	329,9	65,8	
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (крупа пшеничная, вода, масло сл.)	180	4,7	3,5	27,7	154,5	8,59	
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (промышленное производство)	200	1	0,2	20,2	86	10,24	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)	30	2,3	0,2	14,8	70,2	4,11	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)	20	1,6	0,3	8	41,2	6,46	
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоки)*	120	0,5	0,5	11,8	52,8	16,73	
<b>Итого за обед:</b>	<b>1010</b>	<b>29,2</b>	<b>29</b>	<b>124,8</b>	<b>820,6</b>	<b>149,72</b>		
Полдник	ОЛАДЬИ ИЗ ТВОРОГА (творог, мука пш., молоко, яйца, масло подс., сода)	150	7,1	6,9	25,1	189	36,01	
	КАКАО С МОЛОКОМ (молоко, вода, сахар, какао-порошок)	200	3,8	3	24,4	141	17,48	
<b>Итого за полдник:</b>	<b>350</b>	<b>10,9</b>	<b>9,9</b>	<b>49,5</b>	<b>330</b>	<b>53,49</b>		

\* - допускается выдача иных фруктов.

\*\* - допускается выдача иных овощей

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.



УТВЕРЖДАЮ  
ИП Игнаткина Н.А.



Н.А. Игнаткина

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ

*Handwritten signature and initials in blue ink.*

Ежедневное меню основного (организованного) питания обучающихся,  
в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и для детей-инвалидов

На « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023 год.

Неделя 2	Обучающиеся 7-11 лет, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды												
	День 12	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб					
Суббота	Белки			Жиры	Углеводы								
<b>ВЫХОДНОЙ ДЕНЬ</b>													
Завтрак													
Итого за завтрак:													
Обед													
Итого за обед:													
Неделя 2	Обучающиеся 12 лет и старше, в том числе дети с ОВЗ, дети-инвалиды												
День 12	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал	Цена, руб						
Суббота			Белки	Жиры	Углеводы								
Завтрак													
ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)п (огурцы)**								100	0,8	0,1	1,7	11	15,93
ПЛОВ ИЗ мяса (свинина 1 кат., крупа рисовая, вода, лук репчатый, морковь, масло подс., соль)								200	15,6	18,2	34,6	368	59,98
ЛИМОНАД АПЕЛЬСИНОВЫЙ (вода, апельсин, сахар)								200	0,3	0,1	21,7	89,9	6,46
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)								30	2,3	0,2	14,8	70,2	4,11
ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)								20	1,6	0,3	8	41,2	3,23
Итого за завтрак:								550	20,6	18,9	80,8	580,3	89,71
Обед													
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (капуста б/к, морковь, яблоки, масло подс., к-та лимонная)								100	1,2	5,1	5,5	73	15,81
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ (вода, лук, мука пш., яйца, масло подс., соль)								250	2,5	3,9	11,1	89,3	15,46
РАГУ ИЗ СВИНИНЫ (свинина 1 кат, картофель, морковь, лук репч., масло подсолн., томатное пюре, мука пш.)								230	15,3	20,1	34,3	495,5	103,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ п (молоко, вода, сахар, кофейный напиток)								200	2,8	2,5	13,6	88	10,42
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (промышленное производство)								45	3,4	0,4	22,1	105,3	6,16
ХЛЕБ РЖАНОЙ (промышленное производство)								25	2	0,4	10	51,5	4,04
ПРЯНИКИ (промышленное производство)***								20	1,1	0,9	14,8	73,2	4,7
Итого за обед:								870	28,3	33,3	111,4	975,8	159,89
Полдник													
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ СДОВНОГО ТЕСТА (с яблоком) (яблоки, мука пш., вода, сахар, масло сл., яйца, соль, дрожжи)								150	8	6,8	44,8	273	30,74
КЕФИР (промышленное производство)								200	5,8	5	8	106	44,7
Итого за полдник:								150	13,8	11,8	52,8	379	75,44

\*\* - допускается выдача иных овощей

\*\*\* - допускается выдача иных кондитерских изделий

Приготовление пищи ведется с использованием йодированной соли.

Питание обучающихся осуществляется по принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, запекание и исключает продукты с раздражающими свойствами.