

Директор А.С.Сысоев



на 19.10.2026г. понедельник

Пищевые вещества, г			Энерг. цен, ккал	Наименование блюд	Масса порции, г	Стоимос ть блюда
белк и	жиры	угл				
0,1	10,9	0,2	99,1	Масло сливочное (порциями)	15	12,20
7	88,9	0	107,5	Сыр твердых сортов в нарезке	30	-
4,5	5,3	21,6	152	Каша «Дружба»	180	18,60
2,3	0,2	14,8	70,3	Хлеб пшеничный	30	2,76
1,7	0,3	8,4	42,7	Хлеб ржаной	25	2,80
3,5	2,6	6,8	64,3	Кофейный напиток с молоком	180	18,20
0,4	0,4	9,8	44,4	Яблоко	100	-
19,5	28,6	61,6	580,3	Итого за завтрак	560	54,56
Обед						
0,5	0,1	1,5	8,5	Огурец в нарезке	60	12,78
8,9	11,1	6,7	162,6	Щи из свежей капусты со сметаной	200	31,24
2,3	0,2	14,8	70,3	Хлеб пшеничный	30	2,70
2,6	0,5	13,4	68,3	Хлеб ржаной	40	4,48
9,5	8,2	34,4	249,3	Макароны отварные с сыром	180	16,90
2,9	2,9	4,8	57,3	Соус красный основной	50	6,16
15,3	3,5	10,9	135,7	Котлета из курицы	80	42,62
1,0	0	25,4	105,6	Сок абрикосовый	200	20,00
43	26,5	111,9	857,6	Итого за обед	840	136,94
62,5	55,1	173,5	1437,9	Итого за день	1400	191,50

Утверждено: 
Директор  А.С.Сысоев

Меню ОВЗ 7-11 лет
на 20.10.2026г. вторник

Завтрак

Пищевые вещества, г			Энерг. цен, ккал	Наименование блюд	Масса порции, г	Стоимос ть блюда
белк и	жиры	угл				
8,3	10,1	37,6	274,9	Каша жидкая молочная пшениная	200	25,87
1,5	0,2	9,8	46,9	Хлеб пшеничный	20	1,84
1,3	0,2	6,7	34,2	Хлеб ржаной	20	2,24
3,1	3	20,1	120,1	Какао с молоком сгущенным	180	13,84
1,4	0,3	12,8	59,5	Мандарин	170	20,03
15,6	13,8	87	535,6	Итого за завтрак	590	63,82
Обед						
1,5	6,1	6,2	85,8	Салат из белокочанной капусты	60	11,15
3,1	5,1	12,3	107,5	Борщ с фасолью	200	37,72
1,9	0,2	12,3	58,6	Хлеб пшеничный	25	2,30
18,4	17,7	46,3	417,9	Плов из отварной говядины	240	47,27
1,3	0,2	6,7	34,2	Хлеб ржаной	20	2,24
0,2	0,1	9,9	41,6	Компот из свежих яблок	200	7,00
5,7	5,7	29,4	191,5	Шанежка с картофелем	50	20,00
32,1	35,1	123,1	937,1	Итого за обед	795	937,1
47,7	48,9	210,1	1472,7	Итого за день	1385	191,50

Директор

Содержание:

Директор _____ А.С.С.

Завтрак

Пищевые вещества, г			Энерг. цен, ккал	Наименование блюд	Масса порции, г	Стоимо сть блюда
белк и	жиры	угл				
0,1	7,3	0,1	66,1	Масло сливочное (порциями)	10	12,20
7	8,9	0	107,5	Сыр твердых сортов в нарезке	30	10,40
5,1	5,6	18,5	144,5	Каша жидкая молочная овсяная	150	20,21
3,4	0,4	22,1	105,5	Хлеб пшеничный	45	4,14
1,7	0,3	8,4	42,7	Хлеб ржаной	25	2,80
2,9	2,5	4,8	53,3	Молоко 3,2%	100	-
0,3	0	6,8	28,8	Чай с лимоном и сахаром	180	3,79
0,4	0,3	10,3	45,5	Груша	100	33,01
20,9	25,3	71	593,9	Итого за завтрак	640	86,5
				Обед		
8,6	6,1	13,9	144,9	Суп из овощей с фрикадельками мясными	200	24,47
4,6	5,9	0	71,7	Сыр твердых сортов в нарезке	20	-
0,6	3,1	1,8	37,5	Салат из свежих огурцов и помидоров	60	13,30
14,1	5,7	4,4	125,8	Курица тушеная с морковью	100	40,43
7	3,9	34,7	201,5	Булгур отварной	150	13,27
2,3	0,2	14,8	70,3	Хлеб пшеничный	30	2,76
2,0	0,4	10,0	51,2	Хлеб ржаной	30	3,36
0,2	0,1	12,2	50,6	Кисель из смородины	200	7,36
43,1	30,2	92,7	815	Итого за обед	790	104,95
64	55,5	163,7	1408,9	Итого за день	1430	191,50

Утверждено:
Директор  А.С.Сысоев

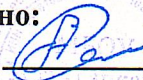
Меню ОБЗ 7-11 лет
на 22.10.2026г. четверг

Завтрак

Пищевые вещества, г			Энерг. цен, ккал	Наименование блюд	Масса порции, г	Стоимос ть блюда
белк и	жиры	угл				
4,6	5,9	0	71,7	Сыр твердых сортов в нарезке	20	10,40
4,4	4,4	24,7	155,9	Каша жидкая молочная кукурузная	150	19,38
1,5	0,2	9,8	46,9	Хлеб пшеничный	20	1,84
1,3	0,2	6,7	34,2	Хлеб ржаной	20	2,24
2,3	1,8	4,4	42,9	Какао с молоком	100	13,84
4,6	11,5	9,3	158,7	Сырок творожный	50	-
0,6	0,4	14,4	63,7	Груша	140	12,96
19,3	24,4	69,3	574	Итого за завтрак	500	60,66

Обед

0,8	0,1	2,5	14,1	Огурец в нарезке	100	12,78
7,9	4,5	12,4	122	Суп с рыбными консервами (горбуша)	200	26,75
3,7	6,4	23,8	167,2	Картофельное пюре	180	23,58
12,7	11,5	9,6	192,5	Голубцы ленивые	150	40,69
3,0	0,3	19,7	93,8	Хлеб пшеничный	40	3,68
2	0,4	10	51,2	Хлеб ржаной	30	3,36
1	0	25,4	105,6	Сок абрикосовый	200	20,00
31,1	23,2	103,4	746,4	Итого за обед	900	130,84
50,4	47,6	172,7	1320,4	Итого за день	1400	191,50

Утверждено:
Директор  А.С.Сысоев

Меню ОВЗ 7-11 лет
на 23.10.2026г. пятница

Завтрак

Пищевые вещества, г			Энерг. цен, ккал	Наименование блюд	Масса порции, г	Стоимос ть блюда
белк и	жиры	угл				
4,6	5,9	0	71,7	Сыр твердых сортов в нарезке	20	-
0,1	7,3	0,1	66,1	Масло сливочное (порциями)	10	12,20
7,2	9,3	34,1	249	Каша вязкая молочная ячневая	200	25,51
1,5	0,2	9,8	46,9	Хлеб пшеничный	20	1,84
1,3	0,2	6,7	34,2	Хлеб ржаной	20	2,24
0,2	0	2,7	12	Чай с лимоном и сахаром	180	3,79
0,9	0,2	8,1	37,8	Апельсин	100	19,86
15,8	23,1	61,5	517,7	Итого за завтрак	550	65,44
Обед						
0,7	0,1	2,3	12,8	Помидор в нарезке	60	16,61
4,6	5,9	0	71,7	Сыр твердых сортов в нарезке	20	-
8,9	7,6	19,4	181,2	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	24,37
9,5	8,2	34,4	249,3	Макароны отварные с сыром	180	16,90
14,6	13,9	13,1	236,2	Биточек из говядины	80	47,56
2,9	2,9	4,8	57,3	Соус красный основной	50	6,16
3,0	0,3	19,7	93,8	Хлеб пшеничный	40	3,68
2,0	0,4	10,0	51,2	Хлеб ржаной	30	3,36
0,4	0	17,8	72,9	Компот из смеси сухофруктов	180	7,42
46,6	39,3	121,5	1026,4	Итого за обед	840	126,06
62,4	62,4	183	1544,1	Итого за день	1390	191,50