

Утверждено:
Директор _____


А.С.Сысоев

Меню ОВЗ 7-11 лет
на 12.10.2026г. понедельник

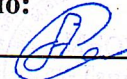
Завтрак

Пищевые вещества, г			Энерг. цен, ккал	Наименование блюд	Масса порции, г	Стоимос ть блюда
белк и	жиры	угл				
7,0	8,9	0	107,5	Сыр твердых сортов в нарезке	30	-
0,1	7,3	0,1	66,1	Масло сливочное (порциями)	10	12,20
2,3	0,2	14,8	70,3	Хлеб пшеничный	30	2,76
8,1	9,2	38,6	270,3	Каша вязкая молочная пшеничная	200	26,10
1,3	0,2	6,7	34,2	Хлеб ржаной	20	2,24
0,2	0	2,5	11,1	Чай с сахаром	180	1,42
0,4	0,4	9,8	44,4	Яблоко	100	16,38
19,4	26,2	72,5	603,9	Итого за завтрак	570	61,1

Обед

0,5	0,1	1,5	8,5	Огурец в нарезке	60	12,78
8,5	9	8,5	148,6	Борщ с капустой и картофелем	200	32,72
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
9,5	8,2	34,4	249,3	Макароны отварные с сыром	180	16,90
14,6	13,9	13,1	236,2	Котлета из говядины	80	47,8
2,9	2,9	4,8	57,3	Соус красный основной	50	6,16
0,2	0,1	9,9	41,6	Компот из свежих яблок	200	7,00
41,2	34,9	101,9	886,5	Итого за обед	840	130,40
60,6	61,1	174,4	1490,4	Итого за день	1410	191,50

Утверждено:

Директор  А.С.Сысоев

Меню ОВЗ 7-11 лет
на 13.10.2026г. вторник
Завтрак

Пищевые вещества, г			Энерг. цен, ккал	Наименование блюд	Масса порции, г	Стоимос ть блюда
белк и	жиры	угл				
0,1	7,3	0,1	66,1	Масло сливочное (порциями)	10	12,20
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
2,0	0,4	10,0	51,2	Хлеб ржаной	30	3,36
3,9	2,9	7,6	71,4	Кофейный напиток с молоком	200	18,20
1,5	0,5	21,0	94,5	Банан	100	13,39
17,3	21,4	86,1	605	Итого за завтрак	560	74,86
Обед						
7,0	8,9	0	107,5	Сыр твердых сортов в нарезке	30	-
0,7	0,1	2,3	12,8	Помидор в нарезке	60	16,61
10	7,3	15,7	168,1	Суп гороховый	200	28,17
8,2	6,3	35,9	233,7	Каша гречневая рассыпчатая	150	13,27
11,3	4,6	3,6	101,1	Курица тушеная с морковью	80	40,43
3,0	0,3	19,7	93,8	Хлеб пшеничный	40	3,68
2,6	0,5	13,4	68,3	Хлеб ржаной	40	4,48
0,5	0,1	10,1	43,3	Сок яблочный	100	10,00
43,3	28,1	100,6	828,20	Итого за обед	700	116,64
60,6	49,5	186,7	1433,2	Итого за день	1260	191,50

А.С.Сысоев

на 14.10.2026г. среда

Завтрак

Пищевые вещества, г			Энерг. цен, ккал	Наименование блюд	Масса порции, г	Стоимос ть блюда
белк и	жиры	угл				
0,1	7,3	0,1	66,1	Масло сливочное (порциями)	10	12,20
5,3	5,7	23,5	167	Каша жидкая молочная манная	200	19,11
3,1	3	20,1	120,1	Какао с молоком сгущенным	180	13,84
0,4	0,3	10,3	45,5	Груша	100	16,22
1,0	0,2	5,0	25,6	Хлеб ржаной	15	1,68
1,1	0,1	7,4	35,2	Хлеб пшеничный	15	1,38
4,6	11,5	9,3	158,7	Сырок творожный	50	-
15,6	28,1	75,7	618,20	Итого за завтрак	570	64,43
Обед						
5,9	6,8	12,5	134,6	Суп с рыбными консервами сайра	200	24,72
2,3	9,1	9,3	128,7	Салат из белокочанной капусты	90	11,15
4,1	7,1	26,4	185,8	Картофельное пюре	200	23,58
14,9	15,7	14,6	258,9	Тефтели из говядины с рисом	120	40,02
3,0	0,3	19,7	93,8	Хлеб пшеничный	40	3,68
2,3	0,4	11,7	59,8	Хлеб ржаной	35	3,92
1,0	0	25,4	105,6	Сок абрикосовый	200	20,00
33,5	39,4	119,6	967,2	Итого за обед	885	127,07
49,1	67,5	195,3	1585,4	Итого за день	1455	191,50

Утверждено:  А.С.Сысоев
Директор

Меню ОБЗ 7-11 лет
на 15.10.2026г. четверг
Завтрак

Пищевые вещества, г			Энерг. цен, ккал	Наименование блюд	Масса порции, г	Стоимос ть блюда
белк и	жиры	угл				
0,1	7,3	0,1	66,1	Масло сливочное (порциями)	10	-
7	8,9	0	107,5	Сыр твердых сортов в нарезке	30	12,70
4,6	5,8	24,3	167,2	Каша молочная жидкая рисовая	200	19,42
9,9	3,6	5,7	94,4	Запеканка из творога	50	22,26
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	0,1	3	13,4	Чай с лимоном и сахаром	200	3,79
1,0	0,2	9,0	42,0	Мандарин	120	-
25,6	26,3	58,6	571,7	Итого за завтрак	650	62,25
Обед						
7,0	8,9	0	107,5	Сыр твердых сортов в нарезке	30	-
0,5	0,1	1,5	8,5	Огурец в нарезке	60	12,78
9,5	10,6	12,4	183,3	Суп крестьянский с крупой	200	30,80
3,2	5,7	26	167,8	Рис с овощами	150	18,56
12,5	6,7	5,6	132,4	Рыба тушеная с овощами минтай	90	40,99
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
1,0	0	25,4	105,6	Сок абрикосовый	200	20,00
38	32,6	95,7	826,6	Итого за обед	790	129,25
63,6	58,9	154,3	1398,3	Итого за день	1440	191,50

Утверждено: 
Директор _____ А.С.Сысоев

Меню ОВЗ 7-11 лет
на 16.10.2026г. пятница

Завтрак

Пищевые вещества, г			Энерг. цен, ккал	Наименование блюд	Масса порции, г	Стоимос ть блюда
белк и	жиры	угл				
7,0	8,9	0	107,5	Сыр твердых сортов в нарезке	30	20,80
7,9	6,8	28,7	207,7	Макароны отварные с сыром	150	28,30
0,2	0	2,8	12,3	Чай с сахаром	200	1,42
1,7	0,6	23,1	104,0	Банан	110	21,97
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
21,1	16,9	79,4	553	Итого за завтрак	550	78,61
Обед						
2,3	3	0	35,8	Сыр твердых сортов	10	-
1,1	0,2	3,8	21,4	Помидор в нарезке	100	16,61
4,6	3,3	11,4	93,6	Суп картофельный с клецками	200	24,81
8,2	6,3	35,9	233,7	Каша гречневая рассыпчатая	150	13,27
17,2	3,9	12,1	146,5	Биточек из курицы	90	42,62
2,6	0,5	13,4	68,3	Хлеб ржаной	40	4,48
3	0,3	19,7	93,8	Хлеб пшеничный	40	3,68
0,5	0	19,8	81,0	Компот из смеси сухофруктов	200	7,42
43,5	22	117,1	840	Итого за обед	830	112,89
64,6	38,9	196,5	1393	Итого за день	1380	191,50