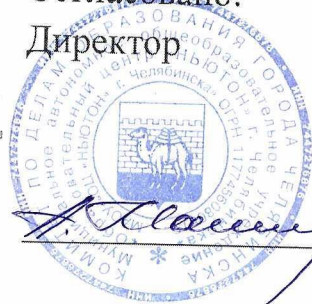


Согласовано:
Директор



Утверждаю:

Директор

ООО "ВКУСНОЛОГИЯ"



Готфрид Р.Р.

Примерное меню для обучающихся общеобразовательных учреждений обучающиеся 7-11 лет

Отдельные категории обучающихся, осваивающих программы
начального общего образования: обучающиеся
с ограниченными возможностями здоровья и дети-инвалиды.

с 1 сентября 2026 г.

**Меню для учащихся, получающих бюджетные средства на питание
в размере 166,48 руб. (завтрак, обед) 7-11 лет**

Категории:

- Отдельные категории обучающихся, осваивающих программы начального общего образования: обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья и дети-инвалиды.

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
ДЕНЬ 1. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			39,17	42,62	185,09	1301,88
	ЗАВТРАК		18,13	18,56	85,41	592,58
	Рогалик "Аппетитный" первый х/к	50	3,75	5,50	29,00	190,00
93/17	Каша молочная "Дружба" (жидкая) с маслом сливочным	200/2	10,63	11,81	20,16	229,33
411/16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	42,00
	Батон нарезной	50	3,75	1,25	26,25	131,25
	Итого:	502				
	ОБЕД		21,04	24,06	99,68	709,30
113/17	Суп - лапша домашняя	200	4,09	10,61	13,54	166,01
280/17	Фрикадельки куриные в соусе	55/50	10,01	9,78	15,20	188,86
303/17	Каша перловая	150	3,14	3,27	22,34	136,50
ТТК 19	Кисель с витаминами	200			24,00	95,00
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	122,93
	Итого:	705				
ДЕНЬ 2. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			34,54	39,49	196,05	1299,47
	ЗАВТРАК		11,01	21,60	95,35	623,55
182/17	Каша молочная 5 злаков (жидкая) с маслом сливочным	200/2	5,60	5,35	27,44	180,30
411/16	Чай с сахаром	200			10,00	42,00
	Батон нарезной	50	3,75	1,25	26,25	131,25
	Кондитерское изделие (вафли)	50	1,66	15,00	31,66	270,00
	Итого:	502				
	ОБЕД		23,53	17,89	100,70	675,92
96/17	Рассольник "Ленинградский"	200	1,83	4,70	13,54	103,78
288/17	Птица отварная	100	12,64	9,84	10,08	179,40
309/17	Макаронные изделия отварные	160	6,02	3,03	38,40	214,40
ТТК 20	Напиток с витаминами в ассортименте	200	0,00	0,00	19,00	80,00
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	98,34
	Итого:	700				
ДЕНЬ 3. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			36,10	37,58	211,19	1339,02
	ЗАВТРАК		16,82	11,75	119,03	642,88
	Кондитерское изделие (пряники)	60	3,00	2,00	47,00	213,00
182/17	Каша молочная ячневая (жидкая) с маслом сливочным	200/2	7,32	5,15	36,33	220,88
ТТК 21	Какао с молоком и витаминами	200	3,50	3,60	14,70	104,00
	Батон нарезной	40	3,00	1,00	21,00	105,00
	Итого:	502				
	ОБЕД		19,28	25,83	92,16	696,14
35/06	Свекольник	200	6,65	8,92	15,49	168,84
160/06	Голубцы ленивые с соусом	90/25	6,32	8,79	19,37	187,01
312/17	Пюре картофельное	150	3,26	7,80	22,00	176,30

ТТК 323	Напиток "Каркаде" с сахаром	200	0,01	0,00	15,62	65,65
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	98,34
Итого:		705				
ДЕНЬ 4. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			37,56	28,26	222,74	1309,96
	ЗАВТРАК		14,20	13,56	106,52	602,76
181/17	Каша молочная манная (жидкая) с маслом сливочным	200/2	6,28	7,31	32,77	222,01
	Кондитерское изделие (печенье)	50	4,17	5,00	37,50	207,50
411/16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	42,00
	Батон нарезной	50	3,75	1,25	26,25	131,25
Итого:		502				
	ОБЕД		23,36	14,70	116,22	707,20
103/17	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	3,96	4,86	17,01	131,81
234/17	Котлета рыбная	100	12,55	6,80	15,53	173,55
304/17	Рис отварной с соусом	150/20	3,81	2,72	40,00	208,50
ТТК 19	Кисель с витаминами	200			24,00	95,00
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	98,34
Итого:		710				
ДЕНЬ 5. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			57,18	37,68	176,90	1287,59
	ЗАВТРАК		31,41	12,71	79,46	559,98
	Сок фруктовый в инд. уп.(или фрукт яблоко)1 шт	125	0,00	0,00	14,38	57,50
219/17	Сырники из творога с молоком сгущенным (2 шт)	150	28,41	11,71	34,08	355,48
411/16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	42,00
	Батон нарезной	40	3,00	1,00	21,00	105,00
Итого:		515				
	ОБЕД		25,77	24,97	97,44	727,61
71/17	Огурцы свежие порционные (сент., окт.) или	60	0,48	0,06	1,50	8,46
47/11	Салат из квашеной капусты (с ноября)	60	0,96	3,06	4,94	52,61
102/17	Суп картофельный с бобовыми	200	7,81	11,82	16,48	203,54
ТТК 301	Паста "Болоньезе"	200	13,96	9,77	37,34	293,12
ТТК 20	Напиток с витаминами в ассортименте	200	0,00	0,00	19,00	80,00
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	98,34
Итого:		700				
ДЕНЬ 6. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			50,34	56,78	187,12	1509,98
	ЗАВТРАК		15,80	17,81	99,92	649,06
399/17	Блинчик со сгущенным молоком	45/10	4,12	0,87	22,73	142,32
182/17	Каша молочная пшеничная (жидкая) с маслом сливочным	200/2	4,43	12,09	36,24	271,49
ТТК 21	Какао с молоком и витаминами	200	3,50	3,60	14,70	104,00
	Батон нарезной	50	3,75	1,25	26,25	131,25
Итого:		507				
	ОБЕД		34,54	38,97	87,20	860,92
99/17	Суп из овощей	200	6,51	12,28	11,17	187,78
182/06	Ежики мясные в соусе	60/50	8,73	22,34	12,38	285,50
54/21	Горошница	150	16,26	4,03	33,97	247,30
411/16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	42,00
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	98,34
Итого:		700				

ДЕНЬ 7. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			35,26	44,59	193,42	1317,46
	ЗАВТРАК		15,24	11,40	124,08	654,63
	Кондитерское изделие (печенье)	50	4,17	5,00	37,50	207,50
182/17	Каша молочная ячневая (жидкая) с маслом сливочным	200/2	7,32	5,15	36,33	220,88
ТТК 19	Кисель с витаминами	200			24,00	95,00
	Батон нарезной	50	3,75	1,25	26,25	131,25
Итого:		502				
	ОБЕД		20,02	33,19	69,34	662,83
71/17	Огурцы свежие порционные (сент., окт.) или	60	0,48	0,06	1,50	8,46
ТТК 217	Салат "Витаминный" (с ноября)	60	0,40	1,86	4,12	34,80
113/17	Суп - лапша домашняя	200	4,09	10,61	13,54	166,01
291/17	Плов из мяса птицы	50/150	12,49	20,40	22,00	321,68
411/16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	42,00
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	98,34
Итого:		700				
ДЕНЬ 8. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			41,31	45,65	199,77	1397,97
	ЗАВТРАК		11,01	21,60	95,35	623,55
182/17	Каша молочная 5 злаков (жидкая) с маслом сливочным	200/2	5,60	5,35	27,44	180,30
411/16	Чай с сахаром	200			10,00	42,00
	Батон нарезной	50	3,75	1,25	26,25	131,25
	Кондитерское изделие (вафли)	50	1,66	15,00	31,66	270,00
Итого:		502				
	ОБЕД		30,30	24,05	104,42	774,42
82/17	Борщ с капустой и картофелем	200	4,64	8,56	15,76	158,64
46/05	Биточек куриный "Солнышко"	90	15,84	12,06	6,66	198,45
309/17	Макаронные изделия отварные	160	6,02	3,03	38,40	214,40
ТТК 20	Напиток с витаминами в ассортименте	200	0,00	0,00	19,00	80,00
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	122,93
Итого:		700				
ДЕНЬ 9. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			36,15	49,76	223,01	1490,42
	ЗАВТРАК		12,28	10,31	110,77	582,01
181/17	Каша молочная манная (жидкая) с маслом сливочным	200/2	6,28	7,31	32,77	222,01
	Кондитерское изделие (пряники)	60	3,00	2,00	47,00	213,00
411/16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	42,00
	Батон нарезной	40	3,00	1,00	21,00	105,00
Итого:		502				
	ОБЕД		23,87	39,45	112,24	908,41
103/17	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	3,96	4,86	17,01	131,81
ТТК 246	Азу из мяса	100	11,34	29,00	17,00	374,36
302/17	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,77	5,19	29,63	184,31
ТТК 19	Кисель с витаминами	200			24,00	95,00
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	122,93
Итого:		700				
ДЕНЬ 10. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			34,47	60,54	129,76	1215,11

	ЗАВТРАК		19,70	27,12	50,42	526,48
	Фруктовое пюре (или фрукт яблоко) 1 шт	125	0,00	0,00	16,25	65,00
210/17	Омлет натуральный с маслом	160/5	16,70	26,12	3,17	314,48
411/16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	42,00
	Батон нарезной	40	3,00	1,00	21,00	105,00
	Итого:	530				
	ОБЕД		14,77	33,42	79,34	688,63
52/17	Салат из свеклы	60	1,84	5,06	7,83	84,22
88/17	Щи из свежей капусты с картофелем	200	2,44	9,16	10,08	132,52
259/17	Жаркое по-домашнему из мяса птицы	25/150	5,55	18,68	10,45	232,09
ТТК 20	Напиток с витаминами в ассортименте	200	0,00	0,00	19,00	80,00
	Хлеб пшеничный	65	4,94	0,52	31,98	159,80
	Итого:	700				