



Утверждаю _____

Директор ТКОУ "Вятская
школа №1"
М.В. Иваненко

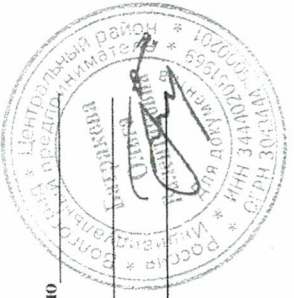
ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 7-11 лет

12.10.2026

Вариант

Прием пищи, наименование блюда	1 Вариант	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
Каша молочная жидкая манная		200	6,5	9,2	25,7	178,7
Бутерброд с маслом		30/10	2,3	7,5	14,7	135,0
1 шт			7,9	7,1	0,4	97,5
Яйцо вареное вкрутую		200	0,2	0,0	15,0	58,0
чай с сахаром каркаде		60	4,5	0,4	29,2	137,8
Хлеб пшеничный		564	21,4	24,2	85,0	607,0
Итого за прием пищи:						
Обед						
Закуска овощная		60	1,1	2,5	12,3	70,1
		200	4,1	7,5	12,0	75,7
Рассольник Ленинградский		150	16,8	26,5	28,0	333,8
Плов из птицы		200	0,4	0,0	20,4	84,0
Компот из смеси сухофруктов		50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пшеничный		50	3,2	0,4	20,6	98,9
Хлеб пеклеваный		710	29,3	37,2	117,6	777,3
Итого за прием пищи:						
			50,7	61,4	202,6	1 384,3

Ответственное лицо _____



Утверждаю

Иванченко

Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 7-11 лет

2 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша молочная жидкая ячневая	200	6,5	9,2	25,7	178,7
Бутерброд с маслом и сыром	30/10/10	4,7	5,1	17,1	149,9
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	58,0
Батон	50	3,9	1,5	25,1	129,5
Фрукты свежие (яблоко)	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Итого за прием пищи:	700	16,1	16,6	101,9	607,3
Обед					
Свекла с маслом	60	0,9	4,2	4,9	60,3
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,9	4,5	12,6	96,8
Гречка по-купечески с филе куриным	150	17,8	27,0	33,5	376,7
Компот из изюма	200	0,4	0,1	21,5	88,5
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пеклеватый	80	5,1	0,7	32,9	158,3
Итого за прием пищи:	740	29,8	36,8	129,7	895,4
Всего за день:		45,9	53,4	231,6	1 502,7

Ответственное лицо

Директор ГБОУ Восточная
№ 1
М.А. Давыденко
14.10.2016

Утверждаю
[Подпись]
[Печать]

Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 7-11 лет

3 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша овсяная молочная вязкая	200	10,5	9,9	37,8	267,4
Бутерброд с маслом и повидлом	40/10/50	4,7	7,3	51,1	277,3
Чай черный с яблоком	200	0,25	0,1	10,22	42,98
Итого за прием пищи:	500	15,5	17,3	99,1	587,7
Обед					
Огулец соленный	60	0,5	0,1	1,0	7,6
Борщ с капустой и картофелем	200	1,2	8,8	8,4	118,1
Котлеты рубленные из птицы	90	12,6	14,6	14,4	232,6
Пюре картофельное	150	5,0	4,3	22,8	144,2
Сок фруктовый (мультифруктовый)	180	0,5	0,0	28,8	118,7
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пеклеваный	70	4,5	0,6	28,8	138,5
Итого за прием пищи:	800	28,0	28,7	128,5	874,5
Всего за день:		43,4	45,9	227,6	1 462,2

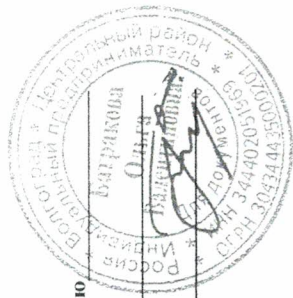
Ответственное лицо

* Согласно СанПин 2.3/2.4.282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Директор ГКОУ "Валтская
школа № 1"
И.В. Иваненко

15.10.2018

«Волжская
школа
№ 1»
ГКОУ «Волжская
школа № 1»
И.В. Иваненко
10234020201512



Утверждаю

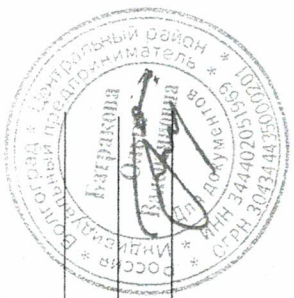
Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 7-11 лет

4 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша молочная пшенная с творогом	200	7,4	7,6	28,6	218,1
Бутерброд с маслом	30/10	2,3	7,5	14,7	135,0
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	15,0	58,0
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	137,8
Итого за прием пищи:	500	14,4	15,5	87,5	548,9
Обед					
Свекла отварная	60	0,9	0,1	5,1	24,4
Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,4	4,7	16,0	130,4
Фрикадельки мясные в соусе	90/30	16,5	19,5	17,4	298,5
Каша гречневая вязкая (гарнир)	150	6,2	7,4	27,1	146,3
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	20,4	84,0
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пеклеванный	50	3,2	0,4	20,6	98,9
Итого за прием пищи:	830	35,3	32,4	130,9	897,3
Всего за день:		49,7	47,9	218,4	1 446,2

Ответственное лицо _____

Директор МОУ "Волтская
школа № 1"
И.В. Жданов



Утверждено

Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 7-11 лет

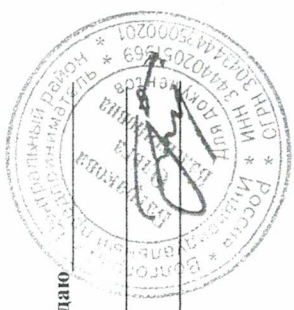
5 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Консервы овощные закусочные (икра кабачковая)	100	1,9	9,2	8,0	123,2
Омлет натуральный	150	15,3	18,9	24,4	249,4
Бутерброд с маслом	30/10	2,3	7,5	14,7	135,0
Какао с молоком с сахаром	200	4,6	4,2	17,6	120,0
Хлеб пшеничный	30	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого за прием пищи:	520	26,3	40,0	79,3	696,5
Обед					
Закуска овощная	60	1,1	2,5	12,3	70,1
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,6	3,0	8,0	70,4
Жаркое по-деревенски	180	13,2	23,4	21,2	343,9
Компот из изюма	200	0,4	0,1	21,5	88,5
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пеклеваный	40	2,5	0,4	16,5	79,2
Итого за прием пищи:	730	22,5	29,7	103,8	766,9
Всего за день:		48,8	69,7	184,3	1 463,4

Ответственное лицо _____

* Согласно СанПин 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Директор ГКОУ Вятская
школа №1
Иванченко



Утверждаю

Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 7-11 лет

6 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Яйцо вареное вкрутую	1шт	7,9	7,1	0,4	97,5
Каша пшенная молочная вязкая	200	6,9	4,9	45,6	258,2
Какао с молоком с сахаром	200	4,6	4,2	17,6	120,0
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	137,8
Итого за прием пищи:	524	23,6	16,6	92,8	608,5
Обед					
Закуска овощная	60	1,1	2,5	12,3	70,1
Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,4	4,7	16,0	130,4
Жаркое по-деревенски	150	11,0	19,5	17,7	286,6
Сок фруктовый (мультифруктовый)	180	0,5	0,0	28,8	118,7
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пекленый	70	4,5	0,6	28,8	138,5
Итого за прием пищи:	710	25,2	27,6	127,9	859,1
Всего за день:		48,8	44,2	220,7	1 467,6

Ответственное лицо

20.10.2026

Утверждено

Ответственное лицо

Директор ГКОУ
"Богородская школа №1"
Ирина Владимировна Иванченко
21.10.2026

Утверждаю
[Подпись]
[Печать]

Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 7-11 лет

8 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша молочная жидкая манная	200	6,5	9,2	25,7	178,7
Бутерброд с маслом и сыром	30/10/10	4,7	5,1	17,1	149,9
Чай черный с яблоком	200	0,3	0,1	10,2	43,0
Батон	50	3,9	1,5	25,1	129,5
Итого за прием пищи:	500	15,4	15,9	78,1	501,0
Обед					
Свекла с маслом	60	0,9	4,2	4,9	60,3
Рассольник Ленинградский	200	4,1	7,5	12,0	75,7
Плов из птицы	150	16,8	26,5	28,0	353,8
Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0,0	20,4	84,0
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пеклеватый	70	4,5	0,6	28,8	138,5
Итого за прием пищи:	730	30,4	39,1	118,4	827,1
Всего за день:		45,8	55,0	196,5	1 328,1
Ответственное лицо _____					

Ответственное лицо _____

Директор ГКОУ
"Воскресская школа №1"
И.И. Иваненко



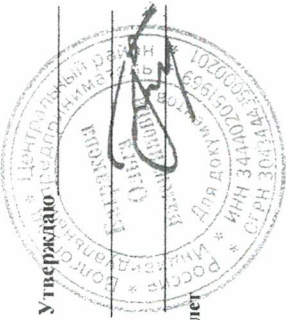
Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 7-11 лет

9 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша овсяная молочная вязкая	200	10,5	9,9	37,8	267,4
Бутерброд с маслом и повидлом	40/10/50	4,7	7,3	51,1	277,3
Яйцо вареное вкрутую	1шт	7,9	7,1	0,4	97,5
Какао с молоком с сахаром	200	4,6	4,2	17,6	120,0
Итого за прием пищи:	564	27,7	28,5	106,9	762,2
Обед					
Закуска овощная	60	1,1	2,5	12,3	70,1
Суп с клецками	200	1,9	4,6	11,5	94,2
Гречка по-купечески с филе куриным	150	17,8	27,0	33,5	376,7
Компот из изюма	200	0,4	0,1	21,5	88,5
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пеклеваный	70	4,5	0,6	28,8	138,5
Итого за прием пищи:	730	29,4	35,1	131,9	882,8
Всего за день:		57,1	63,6	238,8	1 645,0

Ответственное лицо _____

Директор ГКОУ
"Военно-спортивной школы №1"
Ю.В. Иваненко



Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 7-11 лет

10 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша молочная гречневая вязкая	200	8,6	8,8	35,8	229,9
Бутерброд с маслом и сыром	30/10/10	4,7	5,1	17,1	149,9
Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,0	15,2	60,0
Фрукты свежие (яблоко)	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Итого за прием пищи:	650	14,4	14,7	87,1	531,0
Обед					
Свекла с маслом	60	0,9	4,2	4,9	60,3
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,6	3,0	8,0	70,4
Котлеты рубленые из птицы	90	12,6	14,6	14,4	232,6
Пюре гороховое	160	11,6	6,5	28,2	197,8
Сок фруктовый (абсолютный)	180	0,9	0,2	17,7	80,3
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пеклепанный	70	4,5	0,6	28,8	138,5
Итого за прием пищи:	810	35,8	29,4	126,3	894,7
Всего за день:		50,2	44,1	213,4	1 425,7

Ответственное лицо _____

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.2892-26 раздел VIII: пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.