

Директор ТКОУ "Валтская
школа №1"
А.В. Аваменко

Утверждаю:



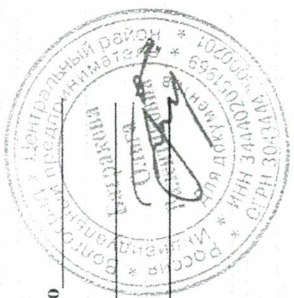
Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 7-11 лет

1 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	30/10	2,3	7,5	14,7	135,0
Яйцо вареное вкрутую	1шт	7,9	7,1	0,4	97,5
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:	564	21,4	24,2	85,0	607,0
Обед					
Закуска овощная	60	1,1	2,5	12,3	70,1
Рассольник Ленинградский	200	4,1	7,5	12,0	75,7
Плов из птицы	150	16,8	26,5	28,0	333,8
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 пеклепанный	50	3,2	0,4	20,6	98,9
Итого за прием пищи:	710	29,3	37,2	117,6	777,3
Всего за день:		50,7	61,4	202,6	1 384,3

Ответственное лицо

Директор
И.В. Савченко
12.09.2016



Утверждаю

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 пеклеварный	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 _____

* 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 ГБОУ Рамурская
школа №1
И.В. Иваненко

Утверждаю



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 соленый	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 пеклеваемый	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					

Директор ГКОУ "Вытесная школа №1" *И.В. Иваненко*

Утверждаю *Ватракова Ольга*

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

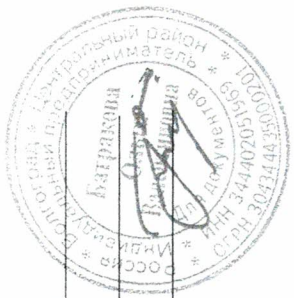
4 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша молочная пшеничная 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 пеклеваемый	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 _____

* 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 ТКОУ "Военская
школа №1"
И.В. Иваненко



Утверждаю

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 пеклеваемый	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 _____

Директор ГКОУ "Школа №1" *И.В. Иванченко*
21.09.2026

Утверждаю
[Подпись]
21.09.2026

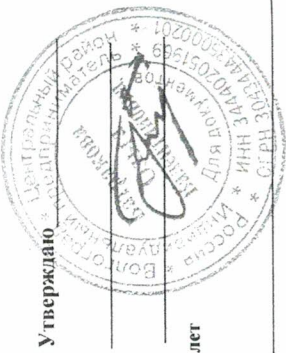
Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 7-11 лет

Приним пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
6 Вариант					
Завтрак					
Яйцо вареное вкрутую	1шт	7,9	7,1	0,4	97,5
Каша пшеница 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 пеклеваемый	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 _____					

* 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 КООП "Волтская школа №1" М.В. Иваненко

22.09.2026



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

7 Вариант					Энергетическая ценность, ккал
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша вязкая молочная из риса и пшена Дружба с маслом	200	8,7	13,7	28,4	220,6
Бутерброд с маслом и повидлом	40/10/50	4,7	7,3	51,1	277,3
Чай с сахаром каркаде	200	0,2	0,0	15,0	58,0
Итого за прием пищи:	500	13,6	21,0	94,5	555,9
Обед					
Огурец соленный	60	0,5	0,1	1,0	7,6
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
Гречка отварная с овощами	150	7,8	7,6	31,0	188,6
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:	820	31,1	26,3	129,0	841,0
Всего за день:		44,7	47,3	223,5	1 396,9
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
"Балтаская школа №1"
Иванченко
23.09.2026

Утверждаю
[Подпись]
[Печать]

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

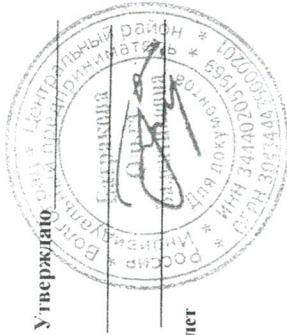
8 Вариант

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 пеклеванный	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 _____

* 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
"Воскресская школа №1"
Н.С. Иваненко



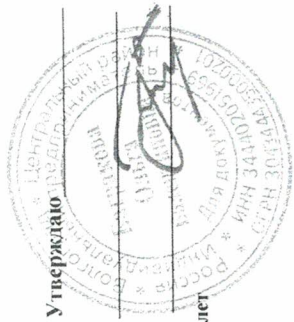
Ежедневное 10-ти дневное меню для обеспечения бесплатным двухразовым питанием обучающихся 7-11 лет

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	шт	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 пекленый	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
"Вытесская школа №1"
10.08.2025 г. Н.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 рубленные из птицы	90		12,6	14,6	14,4	232,6
Пюре гороховое	160		11,6	6,5	28,2	197,8
Сок фруктовый (яблочный)	180		0,9	0,2	17,7	80,3
Хлеб пшеничный	50		3,7	0,3	24,3	114,8
Хлеб пеклеваемый	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 _____