

Утверждаю:   
/ Директор школы Бучнева Л.Н.

## Меню

на 4 сентября 2026 года

| Наименование блюд                             | Ед. изм. | Вес | Цена   | Белки | Жиры  | Углеводы | Энергетическая ценность |
|-----------------------------------------------|----------|-----|--------|-------|-------|----------|-------------------------|
| <b>завтрак 1-4 классы</b>                     |          |     |        |       |       |          |                         |
| Макароны отварные                             | г        | 200 | 9,31   | 7,10  | 6,56  | 43,74    | 262,4                   |
| Тефтели из говядины с рисом                   | г        | 100 | 68,18  | 12,39 | 13,07 | 12,15    | 215,7                   |
| какао с молоком                               | г        | 200 | 17,40  | 4,68  | 3,52  | 8,86     | 85,9                    |
| хлеб                                          | г        | 30  | 4,00   | 1,98  | 0,36  | 11,88    | 58,7                    |
| ИТОГО                                         |          | 530 | 98,89  | 26,15 | 23,51 | 76,63    | 622,70                  |
| <b>завтрак 5-11 классы (льготное питание)</b> |          |     |        |       |       |          |                         |
| Макароны отварные                             | г        | 200 | 9,31   | 7,10  | 6,56  | 43,74    | 262,4                   |
| Тефтели из говядины с рисом                   | г        | 100 | 68,18  | 12,39 | 13,07 | 12,15    | 215,7                   |
| какао с молоком                               | г        | 200 | 17,40  | 4,68  | 3,52  | 8,86     | 85,9                    |
| хлеб                                          | г        | 30  | 4,00   | 1,98  | 0,36  | 11,88    | 58,7                    |
| ИТОГО                                         |          | 530 | 98,89  | 26,15 | 23,51 | 76,63    | 622,7                   |
| <b>ОВЗ завтрак (1-4 классы)</b>               |          |     |        |       |       |          |                         |
| каша жидкая молочная кукурузная               | г        | 200 | 12,47  | 5,89  | 5,81  | 32,99    | 207,8                   |
| чай с лимоном и сахаром                       | г        | 200 | 4,79   | 0,25  | 0,05  | 2,97     | 13,4                    |
| Банан                                         | г        | 150 | 28,35  | 2,25  | 0,75  | 31,5     | 141,8                   |
| Сыр твердых сортов в нарезке                  | г        | 30  | 16,09  | 6,96  | 8,85  | 0        | 107,5                   |
| хлеб                                          | г        | 30  | 4,00   | 1,98  | 0,36  | 11,88    | 58,7                    |
| ИТОГО                                         |          | 610 | 65,70  | 17,33 | 15,82 | 79,34    | 529,20                  |
| <b>ОВЗ обед (1-4 классы)</b>                  |          |     |        |       |       |          |                         |
| рассольник Ленинградский                      | г        | 250 | 14,57  | 3,82  | 6,88  | 16,53    | 143,4                   |
| Макароны отварные                             | г        | 200 | 9,31   | 7,10  | 6,60  | 43,74    | 262,4                   |
| какао с молоком                               | г        | 200 | 17,40  | 4,68  | 3,52  | 8,86     | 85,9                    |
| Тефтели из говядины с рисом                   | г        | 100 | 68,18  | 12,39 | 13,07 | 12,15    | 215,7                   |
| хлеб                                          | г        | 60  | 8,00   | 3,96  | 0,72  | 23,76    | 117,4                   |
| ИТОГО                                         |          | 810 | 117,46 | 31,95 | 30,79 | 105,04   | 824,8                   |
| <b>ОВЗ завтрак (5-11 классы)</b>              |          |     |        |       |       |          |                         |
| каша жидкая молочная кукурузная               | г        | 200 | 12,47  | 5,89  | 5,81  | 32,99    | 207,8                   |
| чай с лимоном и сахаром                       | г        | 200 | 4,79   | 0,25  | 0,05  | 2,97     | 13,4                    |
| Банан                                         | г        | 170 | 32,13  | 2,55  | 0,85  | 35,7     | 160,7                   |
| Сыр твердых сортов в нарезке                  | г        | 30  | 16,09  | 6,96  | 8,85  | 0        | 107,5                   |
| хлеб                                          | г        | 30  | 4,00   | 1,98  | 0,36  | 11,88    | 58,7                    |
| ИТОГО                                         |          | 630 | 69,48  | 17,63 | 15,92 | 83,54    | 548,1                   |
| <b>ОВЗ обед (5-11 классы)</b>                 |          |     |        |       |       |          |                         |
| рассольник Ленинградский                      | г        | 250 | 14,57  | 3,82  | 6,88  | 16,53    | 143,4                   |
| Макароны отварные                             | г        | 200 | 9,31   | 7,10  | 6,60  | 43,74    | 262,4                   |
| какао с молоком                               | г        | 200 | 17,40  | 4,68  | 3,52  | 8,86     | 85,9                    |
| Тефтели из говядины с рисом                   | г        | 100 | 68,18  | 12,39 | 13,07 | 12,15    | 215,7                   |
| хлеб                                          | г        | 60  | 8,00   | 3,96  | 0,72  | 23,76    | 117,4                   |
| ИТОГО                                         |          | 810 | 117,46 | 31,95 | 30,79 | 105,04   | 824,8                   |
| <b>Обед 5-11 классы (платное питание)</b>     |          |     |        |       |       |          |                         |
| рассольник Ленинградский                      | г        | 250 | 14,57  | 3,82  | 6,88  | 16,53    | 143,4                   |
| Макароны отварные                             | г        | 200 | 9,31   | 7,10  | 6,60  | 43,74    | 262,4                   |
| какао с молоком                               | г        | 200 | 17,40  | 4,68  | 3,52  | 8,86     | 85,9                    |
| Тефтели из говядины с рисом                   | г        | 100 | 68,18  | 12,39 | 13,07 | 12,15    | 215,7                   |
| хлеб                                          | г        | 90  | 12,00  | 5,94  | 1,08  | 35,64    | 176                     |
| ИТОГО                                         |          | 840 | 121,46 | 33,93 | 31,15 | 116,92   | 883,4                   |
| <b>ДОПОЛНИТЕЛЬНО:</b>                         |          |     |        |       |       |          |                         |
| Апельсин                                      | г        |     |        | 1,62  | 0,36  | 14,58    | 68                      |
| Сдоба                                         | г        | 60  | 35     | 4,86  | 3,18  | 32,94    | 179,80                  |
| биточек из говядины                           | г        | 100 | 81,47  | 18,25 | 17,40 | 16,43    | 295,23                  |
| каша жидкая молочная кукурузная               | г        | 200 | 12,47  | 5,89  | 5,81  | 32,99    | 207,8                   |