Директор МКОУ Баратаевская СОШ

Утверждаю.

Н.И. Рогачева

меню на 14.10.2026 г.

для детей

обучающихся 1-4 классов

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость блюда
белки	жиры	углеводы				
				ОБЕД		
8,46	5,73	18	157	Суп фасолевый	250	
12,5	6,67	5,65	133	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	90	
4,32	5,78	43,7	244	Рис отварной	180	
0,2	0,2	11	46,7	Компот из яблок с лимоном	200	
2,6	0,5	13,4	68,3	Хлеб пшеничный	40	
3	0,3	19,7	93,8	Хлеб ржаной	40	
31,0	19,2	111	743	итого		88

для детей из малообеспеченных и многодетных

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость блюда
белки	жиры	углеводы				
				ОБЕД		
4,32	5,78	43,7	244	Рис отварной	180	
12,5	6,67	5,65	133	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	90	
0,2	0,2	11	46,7	Компот из яблок с лимоном	200	
3	0,3	19,7	93,8	Хлеб пшеничный	40	
2,6	0,5	13,4	68,3	Хлеб ржаной	40	
22,6	13,5	93,5	586	итого		90,7

для обучающихся с ограниченными

возможностями здоровья 7-10 лет

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Прием пищи, наименование блюда	Масса г	Стоимость блюда
белки	жиры	углеводы				
				ЗАВТРАК		
30,5	14,4	20,5	334	Пудинг из творога с яблоками	200	
0,25	0,05	6,61	27,9	Чай с лимоном и сахаром	200	
2,6	0,5	13,4	68,3	Хлеб ржаной	40	
3	0,3	19,7	93,8	Хлеб пшеничный	40	
7	8,9	0	108	Сыр твердых сортов в нарезке	30	
				ОБЕД		
1,4	5,4	12,9	106	Салат из свеклы с черносливо	100	
8,46	5,73	18	157	Суп фасолевый	250	
12,5	6,67	5,65	133	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	90	
3,8	6,8	31,2	201	Рис с овощами	180	
0,2	0,2	11	46,7	Компот из яблок с лимоном	200	
3	0,3	19,7	93,8	Хлеб пшеничный	40	
2,6	0,5	13,4	68,3	Хлеб ржаной	40	
5,3	49,8	172,1	1438	Итого		192

для обучающехся с ограниченными

возможностями здоровья 11-18 лет

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Прием пищи, наименование блюда	Масса г	Стоимость
белки	жир	углев				
				ЗАВТРАК		
22,9	10,8	15,4	250,4	Пудинг из творога с яблоками	150	
0,25	0,05	6,61	27,9	Чай с лимоном и сахаром	200	
2,6	0,5	13,4	68,3	Хлеб пшеничный	40	
3	0,3	19,7	93,8	Хлеб ржаной	40	
				ОБЕД		
1,4	5,4	12,9	106,2	Салат из свеклы с черносливом	100	
8,46	5,73	18	157,4	Суп фасолевый	250	
4,32	5,78	43,74	244,2	Рис отварной	180	
12,46	6,67	5,65	132,5	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	90	
0,2	0,2	11	46,7	Компот из яблок с лимоном	200	
4,6	0,5	29,5	140,6	Хлеб пшеничный	60	
4	0,7	20	102,5	Хлеб ржаной	60	
64,19	36,6	195,9	1371	Итого		217

для обучающехся с11-18 лет с наследственными болезнями обмена (диета СД)

Пищевые			Энергетиче	Прием пищи, наименование блюда	Мас	Сто
белки	жир	углев			г	имо
				ЗАВТРАК		
4,09	4,72	18,61	135,0	Суп молочный с крупой гречневой	250	
0,20	14,5	0,30	132,2	Масло сливочное (порциями)	20	
0,06	0,01	0,21	2,00	Чай слимоном без сахара	200	
2,0	0,40	18,40	88,00	Хлеб ржаной	40	
				ОБЕД		
0,4	9,7	1,1	93,0	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	70	
2,19	3,6	11,52	88	Суп овсяный с мелко шинкованными овощами со	250	
14,50	1,64	6,79	101,0	Фрикадельки рыбные отварные	100/30	
8,70	8,50	52,10	321,0	Каша пшенная рассыпчатая	200	
0,76	0,12	20,03	79,26	Компот яблочно-лимонный	200	
2,0	0,40	18,40	88,00	Хлеб ржаной	40	
34,85	43,6	147,5	1127,5	Итого		217

Отв.за организацию питания: /Барышникова О .В./