

Утверждаю.
Директор МКОУ Баратаевская СОШ

Н.И. Рогачева

меню на 22.09.2026 г.

для детей

обучающихся 1-4 классов

Пищевые вещества, г			Энер гетич еска	Прием пищи, наименование блюда	Мае	Сто
белки	жиры	угле воды			са	имо
					г	сть
				ОБЕД		
2,2	5,3	13,4	110,4	Свекольник (со сметаной)	250	
16,3	11,3	6,3	191,9	Рыба тушеная в томате с овощами Горбуша)	100	
4,1	7,07	26,4	185,8	Картофельное пюре	200	
1	0,1	15,6	66,9	Компот из кураги	200	
3	0,3	19,7	93,8	Хлеб пшеничный	40	
2,6	0,5	13,4	68,3	Хлеб ржаной	40	
29,20	24,57	94,8	717,1	Итого		88

для детей из малообеспеченных и многодетных семей, детей мобилизованных и ушедших служить по контракту

Пищевые вещества, г			Энергетическая	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость блюда
белки	жиры	углеводы				
				ОБЕД		
3,70	6,40	23,8	167,2	Рыба тушеная в томате с овощами Горбуша)	100	
16,30	11,30	6,3	191,9	Картофельное пюре	180	
1,00	0,10	15,6	66,9	Компот из кураги	200	
4,60	0,50	29,5	140,6	Хлеб пшеничный	60	
2,60	0,50	13,4	68,3	Хлеб ржаной	60	
28,20	18,80	88,6	634,9	Итого		91

для обучающихся с ограниченными

возможностями здоровья 7-10 лет

Возможностями здоровья 7-10 лет						
Пищевые вещества, г			Энергетическая	Прием пищи, наименование блюда	Масса	Стоимость блюда
белки	жиры	углеводы				
					г	
ЗАВТРАК						
7	8,9	0	107,5	Сыр твердых сортов в нарезке	30	
15	7	17,7	194,2	Творожно-пшеничная запеканка	200	
3,9	2,9	11,2	86	Кофейный напиток с молоком	200	
3	0,3	19,7	93,8	Хлеб пшеничный	40	
2,6	0,5	13,4	68,3	Хлеб ржаной	40	
ОБЕД						
1	5,1	3,1	62,4	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	
2,2	5,3	13,4	110,4	Свекольник (со сметаной)	250	
16,3	11,3	6,3	191,9	Рыба тушеная в томате с овощами Горбуша)	100	
3,1	5,3	19,8	139,4	Картофельное пюре	150	
1	0,1	15,6	66,9	Компот из кураги	200	
3	0,3	19,7	93,8	Хлеб пшеничный	40	
2,6	0,5	13,4	68,3	Хлеб ржаной	40	
60,70	47,50	153	1283	Итого		192

для обучающихся с ограниченными

возможностями здоровья 11-18 лет

Пищевые вещества, г			Энергетическое значение	Прием пищи, наименование блюда	Масса, г	Стоимость, руб.
белки	жиры	углеводы				
ЗАВТРАК						
7	8,9	0	108	Сыр твердых сортов в нарезке	30	
18,8	8,8	22,2	243	Творожно-пшеничная запеканка	250	
3,9	2,9	11,2	86	Кофейный напиток с молоком	200	
4,6	0,5	29,5	141	Хлеб пшеничный	60	
2,6	0,5	13,4	68,3	Хлеб ржаной	40	
ОБЕД						
1	5,1	3,1	62,4	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	
1,96	6,34	10,05	104	Свекольник (со сметаной)	250	
3,70	6,40	23,80	167	Рыба тушеная в томате с овощами Горбуша)	100	
16,3	11,3	6,30	192	Картофельное пюре	180	
1,00	0,10	15,60	67	Компот из кураги	200	
4,60	0,50	29,50	141	Хлеб пшеничный	60	
2,6	0,5	13,4	68	Хлеб ржаной	60	
68,1	51,8	178,1	1447	Итого		217

для обучающихся с 11-18 лет с наследственными болезнями обмена (диета СД)

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Прием пищи, наименование блюда	Масса	Стоимость блюда
белки	жиры	углеводы			г	
ЗАВТРАК						
7,60	7,22	30,25	216	Каша гречневая молочная жидкая	200	
3,90	4,00	0,50	53	Сыр (порциями)	15	
0,20	—	20,01	77	Чай без сахара	200	
2,0	0,40	18,40	88	Хлеб ржаной	40	
ОБЕД						
0,42	0,06	1,14	7,00	Огурцы свежие	100	
2,33	4,58	17,40	117	Свекольник вегетарианский со сметаной	250	
20,5	6,50		140	Рыба (горбуша) припущенная	100	
4,39	5,76	30,29	197	Картофельное пюре	200	
2,00	0,20	5,80	36	Сок томатный	200	
2,0	0,40	18,40	88	Хлеб ржаной	40	
45,3	29,1	142,2	1019	Итого		217

Отв. за организацию питания:

/Барышникова О.В./