Утверждаю.

Директор МКОУ Баратаевская СОШ

Н.И. Рогачева

меню на 16.10.2026 г.

для детей

обучающихся 1-4 классов

Пищевые вещества, г			Энергетическая цен	Прием пищи, наименование блюда	Масса порц г	Стоимость
белки	жиры	углеводы				
				ОБЕД		
4,66	5,63	5,73	92,20	Щи со свежей капусты со сметаной	200	
12	11	7,5	176	Тефтели из говядины паровые	90	
8,2	6,3	35,9	234	Каша гречневая рассыпчатая	150	
0,9	4,9	2	55,8	Соус сметанный натуральный	30	
0,47	0,00	19,8	81,00	Компот из смеси сухофруктов	200	
3	0,3	19,7	93,8	Хлеб пшеничный	40	
2	0,4	10	51,2	Хлеб ржаной	30	
				Итого		86,83

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

Пищевые вещества, г			Энергетическая цен	Прием пищи, наименование блюда	Масса г	Стоимость
белки	жиры	углеводы				
				ОБЕД		
14	12	8,3	195	Тефтели из говядины паровые	100	
11	8,5	47,9	312	Каша гречневая рассыпчатая	200	
0,9	4,9	2	55,8	Соус сметанный натуральный	30	
0,47	0,00	19,8	81,00	Компот из смеси сухофруктов	200	
3	0,3	19,7	93,8	Хлеб пшеничный	40	
2	0,4	10	51,2	Хлеб ржаной	30	
				Итого		90,7

для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья 7-10 лет

Пищевые вещества, г			Энергетическая	Прием пищи, наименование блюда	Масса г	Стоимость
белки	жиры	углевод				
				ЗАВТРАК		
7	8,9	0	108	Сыр твердых сортов в нарезке	30	
1,2	3	6,2	56,4	Морковь отварная дольками	90	
30	11	21,6	301	Запеканка из творога	150	
0,1	0,03	5,2	21,4	Чай с сахаром	200	
2,3	0,2	14,8	70,3	Хлеб пшеничный	30	
				ОБЕД		
1,1	2,4	10	65,1	Огурец в нарезке	60	
5,81	7,05	7,15	115,2	Щи со свежей капусты со сметаной	250	
8,2	6,3	35,9	234	Каша гречневая рассыпчатая	150	
12	11	7,5	176	Тефтели из говядины паровые	90	
0,9	4,9	2	55,8	Соус сметанный натуральный	30	
0,47	0,00	19,8	81,00	Компот из смеси сухофруктов	200	
3	0,3	19,7	93,8	Хлеб пшеничный	40	
2	0,4	10	51,2	Хлеб ржаной	30	
74	55	160	1428	Итого		192

для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья 11-18 лет

Пищевые вещества, г			Энергетическая цен	Прием пищи, наименование блюда	Масса по г	
белки	жиры	углеводы				
				ЗАВТРАК		
7	8,9	0	108	Морковь отварная дольками	30	
1,2	3	6,2	56,4	Сыр твердых сортов в нарезке	90	
39,5	14,2	28,9	402	Запеканка из творога	200	
0,1	0,03	5,2	21,4	Чай с сахаром	200	
2,3	0,2	14,8	70,3	Хлеб пшеничный	30	
1,3	0,2	6,7	34,2	Хлеб ржаной	20	
				ОБЕД		
1,08	2,39	10	65,1	Огурец в нарезке	60	
5,8	7	7,1	115	Щи из свежей капусты со сметан	250	
13,6	11,9	8,3	195	Тефтели из говядины паровые	100	
11	8,5	47,9	312	Каша гречневая рассыпчатая	200	
0,9	4,9	2	55,8	Соус сметанный натуральный	30	
0,47	0,00	19,8	81,0	Компот из смеси сухофруктов	200	
3	0,3	19,7	93,8	Хлеб пшеничный	40	
2	0,4	10	51,2	Хлеб ржаной	30	
89,3	61,9	187	1660	итого		217

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

Пищевые			Энергет	Прием пищи,	Ма г	Сто
белк	жир	углев				
				ЗАВТРАК		
7,09	7,22	27,9	220	Каша пшенная молочная жидкая	200	
3,9	4	0,5	53,3	Сыр(порциями)	15	
0,2	-	20,0	77	Чай без сахара	200	
2,0	0,40	18,4	88,0	Хлеб ржаной	40	
				ОБЕД		
1,6	5,26	12,7	103	Салат картофельный с огурцами солеными	100	
1,92	2,66	8,45	66	Щи из свеж.капусты	250	
14,5	13,5	9,29	217	Тефтели говяжьи паровые	100	
11,5	10,3	52,1	346	Каша гречневая рассыпчатая	200	
0	0	15,4	60	Компот из смеси сухофруктов	200	
2,0	0,40	18,4	88,0	Хлеб ржаной	40	
44,7	43,7	183	1318	Итого		217

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