

Утверждаю.
Директор МКОУ Баратаевская СОШ
И.И. Тогачева
меню на 16.09.2026 г.



для детей
обучающихся 1-4 классов

Пищевые вещества, г			Эне ргет ичес	Прием пищи, наименование блюда	Масс	Сто
белк	жир	углев			а	имо
ОБЕД					г	сть
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	
1,63	1,22	4,45	35,1	Соус красный основной	50	
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	
32,7	20,4	116	778	итого		88

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

Пищевые вещества, г			Эне ргет ичес кая	Прием пищи, наименование блюда	Масс а г	Сто имо сти блю
белк н	жир ы	углев оды				
				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	
1,63	1,22	4,45	35,1	Соус красный основной	50	
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	
24,2	14,7	97,9	621	итого		90,7

для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья 7-10 лет

Пищевые вещества, г			Эне ргет ичес кая	Прием пищи, наименование блюда	масс а	Сто имо
белк и	жир ы	углев оды			г	сть блю
				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 черносливом	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	
75,3	49,8	172,1	1438	Итого		192

для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья 11-18 лет

Пищевые вещества, г			Энергетическая	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 обучающихся с 11-18 лет с наследственными болезнями обмена (диета СД)

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	Масса сырья, г	Стоимость продукта, руб.
белки	жир	углев				
				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 сметаной	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:

Б

/Барышникова О.В./