

Согласовано

МБОУ «Никола-интернат»

Саушкина Н.Г.

«01» сентября 2026 г.

Утверждаю

Руководитель ИП Арзютов Ю. Н.

Арзютов Ю. Д.

2026 г.



Утвержденное 10-дневное меню

для организации питания

Муниципальных бюджетных образовательных учреждений

на осенне-зимний период

в возрасте с 7 до 11 лет (ОВЗ)

г. Оса, 2026 г.

[illegible]

ЗАВТРАК						
268	Каша рисовая молочная жидкая	250	6,93	8,62	40,5	286,75
108	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141
495	Чай с молоком	200	1,5	1,3	15,9	81
	Итого завтрак	510	12,99	10,4	125,13	508,75
ОБЕД						
2	Салат витаминный	60	0,66	6,06	6,36	82,8
134	Рассольник Ленинградский	200	1,64	4,2	13	97
411	Кнели куриные с рисом и соусом (70/30)	100	15,56	15,81	6,69	230,14
291	Макаронные изделия отварные	150	5,66	0,68	29,04	144,9
494	Чай с лимоном	200	0,1	0	15,2	61
109	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6
108	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141
	Итого обед	810	30,82	27,71	113,17	826,44
	ИТОГО день	1320	43,81	38,11	238,3	1335,19
4 день						
ЗАВТРАК						
262	Каша манная жидкая	250	7,74	9,33	38,58	269,25
108	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141
493	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60
	Итого завтрак	510	12,4	9,81	125,13	470,25
ОБЕД						
76	Винегет овощной	60	0,78	6,48	4,08	78
158	Суп с макаронными изделиями и картофелем	200	2,06	2,22	14,84	87,6
371	Шницель рубленный паровой с соусом (70/30)	100	20,4	12,7	2,1	204
237	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,55	7,8	37,06	252,92
494	Чай с лимоном	200	0,1	0	15,2	61
109	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6
108	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141
	Итого обед	810	39,09	30,16	116,16	894,12
	ИТОГО день	1320	51,49	39,97	241,29	1364,37
5 день						
ЗАВТРАК						
165	Суп молочный с макаронными изделиями	250	7,14	6,63	17,75	182,5
108	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141
493	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60
	Итого завтрак	510	11,8	7,11	62,27	383,5
ОБЕД						

2	Салат витаминный	60	0,66	6,06	6,36	82,8
128	Борщ из свежей капусты	200	1,46	4	8,52	76
412	Борщ куриные с соусом (70/30)	100	15,77	16,46	18,17	283,13
291	Биточки куриные с соусом (70/30)	150	5,66	0,68	29,04	144,9
507	Макаронные изделия отварные	200	0,5	0,2	23,1	96
109	Компот из яблок	40	2,64	0,48	13,36	69,6
108	Хлеб ржаной	60	4,56	0,48	29,52	141
	Хлеб пшеничный	810	31,25	28,36	128,07	893,43
	Итого обед	1320	43,05	35,47	190,34	1276,93
	ИТОГО день					
6 день						
ЗАВТРАК						
248	Каша гречневая молочная вязкая	250	11,45	16,1	40,75	353,75
108	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141
493	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60
	Итого завтрак	510	16,11	16,58	125,13	554,75
ОБЕД						
107	Овощи натуральные соленные (огурцы соленные)	60	16,68	1,08	41,52	238,02
154	Суп крестьянский с крупой	200	1,7	4,08	11,64	90
389	Тфтели мясные с соусом (70/30)	100	10,3	10,7	8	170
243	Каша пшеничная рассыпчатая	150	6,49	6,96	38,5	242,6
494	Чай с лимоном	200	0,1	0	15,2	61
109	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6
108	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141
	Итого обед	810	42,47	23,78	157,74	1012,22
	ИТОГО день	1320	58,58	40,36	282,87	1566,97
7 день						
ЗАВТРАК						
262	Каша манная жидкая	250	21,54	33,46	5,77	407,69
111	Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,71	131
494	Чай с лимоном	200	0,1	0	15,2	61
	Итого завтрак	500	25,39	34,91	125,13	599,69
ОБЕД						
69	Салат овощной с зеленым горошком	60	1,68	4,26	5,46	66,6
153	Суп с рыбными консервами	200	9,23	5,78	12,84	133
411	Кнели куриные с рисом с соусом (70/30)	100	15,56	15,81	6,69	230,14
429	Картофельное пюре	150	3,15	6,6	16,35	138
493	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60
109	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6

108	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141
	Итого обед	810	36,92	33,41	99,22	838,34
	ИТОГО день	1310	62,31	68,32	224,35	1438,03
8 день						
ЗАВТРАК						
268	Каша рисовая молочная жидкая	250	34,67	34,17	47	645
108	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141
493	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60
	Итого завтрак	510	39,33	34,65	125,13	846
ОБЕД						
4	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,96	6,06	5,76	81,6
149	Суп картофельный с фрикадельками мясными	200	1,76	2,36	11,76	75,4
371	Шницель рубленный паровой с соусом (70/30)	100	20,4	12,7	2,1	204
240	Рис припущенный	150	3,7	6,1	37,3	219
507	Компот из яблок	200	0,5	0,2	23,1	96
109	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6
108	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141
	Итого обед	810	34,52	28,38	122,9	886,6
	ИТОГО день	1320	73,85	63,03	248,03	1732,6
9 день						
ЗАВТРАК						
260	Каша "Дружба"	250	6,58	14,63	31,38	282,75
108	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141
493	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60
	Итого завтрак	510	11,24	15,11	75,9	483,75
ОБЕД						
2	Салат витаминный	60	0,66	6,06	6,36	82,8
131	Свекольник	200	1,74	3,56	9,6	77,6
412	Котлета куриная с соусом (70/30)	100	13,5	9,64	8,36	169,71
237	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,55	7,8	37,06	252,92
508	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	27	110
109	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6
108	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141
	Итого обед	810	32,15	28,02	131,26	903,63
	ИТОГО день	1320	43,39	43,13	207,16	1387,38
10 день						
ЗАВТРАК						
256	Каша пшеничная вязкая	250	10,8	14,9	47,55	367,25

108	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141
493	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60
	Итого завтрак	510	15,46	15,38	125,13	568,25
ОБЕД						
107	Овощи натуральные соленые (огурцы соленые)	60	16,68	1,08	41,52	238,02
158	Суп с макаронными изделиями и картофелем	200	2,06	2,22	14,84	87,6
377	Картофель тушеный с мясом	210	24,4	24,68	19,85	399
494	Чай с лимоном	200	0,1	0	15,2	61
109	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6
108	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141
	Итого обед	770	50,44	28,94	134,29	996,22
	ИТОГО день	1280	65,9	44,32	259,42	1564,47
	Итого за весь период:	13140	521,03	450,3	2367,67	14276,29
	Среднее значение за период:	1314	52,103	45,03	236,767	1427,629

