

# МЕНЮ

## на 01 октября 2026 г.



### 1-4 классы

| Прием пищи,<br>наименование блюда | Масса<br>порции,<br>г. | Пищевые вещества, г. |      |          | Энергет.<br>ценность,<br>ккал | Цена,<br>руб. |
|-----------------------------------|------------------------|----------------------|------|----------|-------------------------------|---------------|
|                                   |                        | белки                | жиры | углеводы |                               |               |
| Обед                              |                        |                      |      |          |                               |               |
| Салат из моркови и яблок          | 100                    | 6                    | 5    | 6        | 80                            | 10,04         |
| Котлета «Рубленая»                | 100                    | 11                   | 13   | 5        | 175                           | 28,00         |
| Рис отварной                      | 200                    | 9                    | 12   | 43       | 236                           | 24,86         |
| Хлеб пшеничный                    | 60                     | 5                    | 1    | 35       | 140                           | 7,70          |
| Компот из сухофруктов             | 200                    | 0                    | 1    | 23       | 108                           | 5,63          |
| Бананы                            | 100                    | 2                    | 0    | 18       | 90                            | 12,28         |
| Итого за обед                     | 760                    | 33                   | 32   | 130      | 829                           | 88.51         |

### 5-9 классы (льгота)

| Прием пищи,<br>наименование блюда | Масса<br>порции,<br>г. | Пищевые вещества, г. |      |          | Энергет.<br>ценность,<br>ккал | Цена,<br>руб. |
|-----------------------------------|------------------------|----------------------|------|----------|-------------------------------|---------------|
|                                   |                        | белки                | жиры | углеводы |                               |               |
| Обед                              |                        |                      |      |          |                               |               |
| Салат из моркови и яблок          | 100                    | 6                    | 5    | 6        | 80                            | 10,04         |
| Котлета «Рубленая»                | 100                    | 11                   | 13   | 5        | 175                           | 28,00         |
| Рис отварной                      | 200                    | 9                    | 12   | 43       | 236                           | 24,86         |
| Хлеб пшеничный                    | 60                     | 5                    | 1    | 35       | 140                           | 7,70          |
| Компот из сухофруктов             | 200                    | 0                    | 1    | 23       | 108                           | 5,63          |
| Бананы                            | 120                    | 2                    | 0    | 21       | 108                           | 14,73         |
| Итого за обед                     | 780                    | 33                   | 32   | 133      | 847                           | 90,96         |

### Обучающиеся с ОВЗ

| Прием пищи,<br>наименование блюда | Масса<br>порции,<br>г. | Пищевые вещества, г. |           |            | Энергет.<br>ценность,<br>ккал | Цена,<br>руб. |
|-----------------------------------|------------------------|----------------------|-----------|------------|-------------------------------|---------------|
|                                   |                        | белки                | жиры      | углеводы   |                               |               |
| Завтрак                           |                        |                      |           |            |                               |               |
| Суп молочный с макарон. издел.    | 200                    | 7                    | 6         | 23         | 191                           | 30,34         |
| Бутерброд с маслом                | 60/9                   | 5                    | 9         | 29         | 216                           | 22,12         |
| Какао с молоком                   | 200                    | 4                    | 3         | 26         | 143                           | 26,18         |
| <b>Итого за завтрак</b>           | <b>469</b>             | <b>16</b>            | <b>18</b> | <b>78</b>  | <b>550</b>                    | <b>78,64</b>  |
| Обед                              |                        |                      |           |            |                               |               |
| Салат из моркови и яблок          | 150                    | 9                    | 7         | 9          | 120                           | 15,06         |
| Котлета «Рубленая»                | 120                    | 13                   | 15        | 6          | 146                           | 33,60         |
| Рис отварной                      | 200                    | 9                    | 12        | 43         | 236                           | 24,86         |
| Хлеб пшеничный                    | 60                     | 5                    | 1         | 35         | 140                           | 7,70          |
| Компот из сухофруктов             | 200                    | 0                    | 1         | 23         | 108                           | 5,63          |
| Бананы                            | 250                    | 4                    | 0         | 53         | 227                           | 38,70         |
| <b>Итого за обед</b>              | <b>980</b>             | <b>40</b>            | <b>36</b> | <b>169</b> | <b>977</b>                    | <b>125,55</b> |
| <b>Итого за день</b>              | <b>1449</b>            | <b>56</b>            | <b>54</b> | <b>247</b> | <b>1527</b>                   | <b>204,19</b> |