

**МЕНЮ**  
16 марта 2026 г.



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			
			Б	Ж	С	У
<b>1-4 классы</b>						
Усиленный Завтрак	Салат из капусты белокочанной	60	0,87	3,6	5,04	56,4
	Котлета припущенная из птицы	80	14,17	16,01	9,67	239,26
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	5,43	45	263,8
	Чай с сахаром	200/15	0,12	-	14,98	60
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3,0	0,44	19,8	90,62
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>575</b>	<b>30,07</b>	<b>25,78</b>	<b>114,56</b>	<b>804,16</b>
<b>1-4 классы (ОВЗ, ШПД)</b>						
Завтрак:	Каша овсяная из «Геркулеса» молочная жидкая с маслом	205	6,33	8,09	25,49	207,38
	Чай с сахаром	215	0,12	-	12,04	48,64
	Бутерброд с сыром	50	6,67	13,08	10,11	185
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,8	90,62
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>500</b>	<b>16,12</b>	<b>21,61</b>	<b>67,44</b>	<b>531,64</b>
Обед:	Салат из капусты белокочанной	60	0,87	3,6	5,04	56,4
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,67	5,3	8,51	86,26
	Котлета припущенная из птицы	80	14,17	16,01	9,67	239,26
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,73	5,43	45	263,8
	Напиток из шиповника	200	0,68	0	21,01	46,87
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3,0	0,44	19,8	90,62
<b>Итого за обед:</b>	<b>760</b>	<b>32,3</b>	<b>31,08</b>	<b>129,1</b>	<b>877,29</b>	
<b>5-11 классы (ОВЗ)</b>						
Завтрак	Каша овсяная из «Геркулеса» молочная жидкая с маслом	255	7,9	11,13	31,86	259,23
	Чай с сахаром	200/15	0,12	-	12,04	48,64
	Бутерброд с сыром	50	6,67	13,08	10,11	185,0
	Хлеб пшеничный	30	3,00	0,44	19,8	90,62
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>550</b>	<b>17,69</b>	<b>24,65</b>	<b>73,81</b>	<b>583,49</b>
Обед:	Салат из капусты белокочанной	100	1,45	6	8,4	94
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	2,09	6,33	10,64	107,83
	Котлета припущенная из птицы	90	15,74	17,79	10,74	265,84
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,48	6,52	54	316,57
	Напиток из шиповника	200	0,68	0	21,01	46,87
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3,0	0,44	19,8	90,62
<b>Итого за обед:</b>	<b>890</b>	<b>36,62</b>	<b>37,38</b>	<b>144,66</b>	<b>1015,81</b>	
<b>5-11 классы</b>						
Усиленный Завтрак	Салат из капусты белокочанной	100	1,45	6	8,4	94
	Котлета припущенная из птицы	90	15,74	17,79	10,74	265,84
	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,48	6,52	54	316,57
	Чай с сахаром	215	0,12	-	12,04	48,64
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,18	0,3	20,07	94,08
	Хлеб пшеничный	30	3,0	0,44	19,8	90,62
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>660</b>	<b>33,85</b>	<b>31,05</b>	<b>127,99</b>	<b>921,11</b>

ИИ Раджабов С.Н. (Подпись)