

# МЕНЮ

Дата документа: 14 сентября 2026 г.  
Директор МБОУ СОШ № 8  
Н.Г. Бардакова

| Прием пищи           | Наименование блюда                               | Вес | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая<br>ценность |
|----------------------|--------------------------------------------------|-----|----------------------|-------|--------|----------------------------|
|                      |                                                  |     | Б                    | Ж     | У      |                            |
| 1-4 класс            |                                                  |     |                      |       |        |                            |
| Усиленный<br>завтрак | Огурцы маринованные с лимонной кислотой          | 60  | 0,48                 | 0,06  | 1,02   | 3,6                        |
|                      | Котлета из говядины                              | 90  | 13,7                 | 15    | 7,3    | 227,2                      |
|                      | Макароны отварные со сливочным маслом            | 150 | 5,52                 | 5,29  | 35,23  | 211,09                     |
|                      | Сок фруктовый                                    | 200 | 1                    | 0,2   | 22     | 88                         |
|                      | Хлеб ржано-пшеничный                             | 30  | 3,18                 | 0,3   | 20,07  | 94,08                      |
|                      | Хлеб пшеничный                                   | 30  | 3                    | 0,44  | 19,8   | 90,62                      |
| Итого:               |                                                  | 560 | 26,88                | 21,29 | 105,42 | 714,59                     |
| 1-4 класс (ОВЗ), ГПД |                                                  |     |                      |       |        |                            |
| Завтрак              | Каша овсяная "Геркулес" молочная жидкая с маслом | 205 | 6,33                 | 8,09  | 25,49  | 207,38                     |
|                      | Чай с сахаром                                    | 200 | 0                    | 0     | 14,98  | 60                         |
|                      | Хлеб пшеничный                                   | 30  | 3                    | 0,44  | 19,8   | 90,62                      |
|                      | Бутербод с сыром                                 | 45  | 6,62                 | 9,48  | 10,06  | 152                        |
| Итого:               |                                                  | 480 | 15,95                | 18,01 | 70,33  | 510                        |
| Обед                 | Огурцы маринованные с лимонной кислотой          | 60  | 0,48                 | 0,06  | 1,02   | 3,6                        |
|                      | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной     | 200 | 1,67                 | 5,3   | 8,51   | 86,26                      |
|                      | Котлета из говядины                              | 90  | 13,7                 | 15    | 7,3    | 227,2                      |
|                      | Макароны отварные со сливочным маслом            | 150 | 5,52                 | 5,29  | 35,23  | 211,09                     |
|                      | Сок фруктовый                                    | 200 | 1                    | 0,2   | 22     | 88                         |
|                      | Хлеб ржано-пшеничный                             | 30  | 3,18                 | 0,3   | 20,07  | 94,08                      |
|                      | Хлеб пшеничный                                   | 30  | 3                    | 0,44  | 19,8   | 90,62                      |
| Итого:               |                                                  | 760 | 28,55                | 26,59 | 113,93 | 800,85                     |
| 5-11 классы          |                                                  |     |                      |       |        |                            |
| Обед                 | Огурцы маринованные с лимонной кислотой          | 60  | 0,48                 | 0,06  | 1,02   | 3,6                        |
|                      | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной     | 250 | 2,09                 | 6,33  | 10,64  | 107,83                     |
|                      | Котлета из говядины                              | 120 | 18,31                | 20,09 | 9,84   | 303                        |
|                      | Макароны отварные со сливочным маслом            | 200 | 7,36                 | 7,06  | 47,1   | 281,46                     |
|                      | Сок фруктовый                                    | 200 | 1                    | 0,2   | 22     | 88                         |
|                      | Хлеб ржано-пшеничный                             | 30  | 3,18                 | 0,3   | 20,07  | 94,08                      |
|                      | Хлеб пшеничный                                   | 30  | 3                    | 0,44  | 19,8   | 90,62                      |
| Итого:               |                                                  | 890 | 35,42                | 34,48 | 130,47 | 968,59                     |
| 5-11 класс (ОВЗ)     |                                                  |     |                      |       |        |                            |
| Завтрак              | Каша овсяная "Геркулес" молочная жидкая с маслом | 255 | 7,8                  | 10    | 31,7   | 257,48                     |
|                      | Чай с сахаром                                    | 215 | 0                    | 0     | 14,98  | 60                         |
|                      | Хлеб пшеничный                                   | 30  | 3                    | 0,44  | 19,8   | 90,62                      |
|                      | Бутербод с сыром                                 | 50  | 6,67                 | 13,08 | 10,11  | 185                        |
|                      | Итого:                                           |     | 550                  | 17,47 | 23,52  | 76,59                      |
| Обед                 | Огурцы маринованные с лимонной кислотой          | 60  | 0,48                 | 0,06  | 1,02   | 3,6                        |
|                      | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной     | 250 | 2,09                 | 6,33  | 10,64  | 107,83                     |
|                      | Котлета из говядины                              | 120 | 18,31                | 20,09 | 9,84   | 303                        |
|                      | Макароны отварные со сливочным маслом            | 200 | 7,36                 | 7,06  | 47,1   | 281,46                     |
|                      | Сок фруктовый                                    | 200 | 1                    | 0,2   | 22     | 88                         |
|                      | Хлеб ржано-пшеничный                             | 30  | 3,18                 | 0,3   | 20,07  | 94,08                      |
|                      | Хлеб пшеничный                                   | 30  | 3                    | 0,44  | 19,8   | 90,62                      |
| Итого:               |                                                  | 890 | 35,42                | 34,48 | 130,47 | 968,59                     |

ИП Боковой Е.И. *Бор*