

Согласовано

Родительским комитетом

 М.В.Карпова



Утверждаю директор школы

З.В.Шинкеева

2026год

Меню на 3 октября, для 1-4 классов

| Наименование блюда                          | Выход, г | ККАЛ  | Стоимость, руб |
|---------------------------------------------|----------|-------|----------------|
| <b>Обед</b>                                 |          |       |                |
| Каша гречневая                              | 230      | 389,5 | 20             |
| Огурец в нарезке                            | 70       | 11    | 8              |
| Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай) | 100      | 278,6 | 20             |
| Чай с сахаром                               | 200      | 30,9  | 12             |
| Хлеб пшеничный                              | 50       | 117   | 5              |
| Хлеб ржаной                                 | 50       | 85    | 7              |
| Итого                                       |          |       | 72             |

Меню на 3 октября, для 5-9 классов ( льготное питание)

| Наименование блюда                          | Выход, г | ККАЛ  | Стоимость, руб |
|---------------------------------------------|----------|-------|----------------|
| <b>Обед</b>                                 |          |       |                |
| Каша гречневая                              | 300      | 467,4 | 27             |
| Огурец в нарезке                            | 100      | 14,4  | 12             |
| Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай) | 100      | 232,1 | 18             |
| Чай с сахаром                               | 200      | 30,9  | 12             |
| Хлеб пшеничный                              | 70       | 281,3 | 15             |
| Хлеб ржаной                                 | 50       | 85    | 7              |
| Итого                                       |          |       | 91             |

Меню на 3 октября, для ОВЗ

| Наименование блюда                          | Выход, (г) на возрастную категорию |                 | ККАЛ, на возрастную категорию |                 | Стоимость, (руб) на возрастную категорию |                 |
|---------------------------------------------|------------------------------------|-----------------|-------------------------------|-----------------|------------------------------------------|-----------------|
|                                             | От 7до 10 лет                      | 11 лет и старше | От 7до 10 лет                 | 11 лет и старше | От 7до 10 лет                            | 11 лет и старше |
| <b>Завтрак</b>                              |                                    |                 |                               |                 |                                          |                 |
| Каша вязкая молочная пшенная                | 250                                | 270             | 380,6                         | 406,5           | 15                                       | 17              |
| Бутерброд с маслом                          | 50+10                              | 20+60           | 122,2+130,6                   | 132,2+140,6     | 14                                       | 16              |
| Компот из сухофруктов                       | 200                                | 200             | 35,5                          | 35,5            | 12                                       | 12              |
| <b>Обед</b>                                 |                                    |                 |                               |                 |                                          |                 |
| Щи из свежей капусты с картофелем           | 200                                | 250             | 108                           | 116             | 20                                       | 22              |
| Каша гречневая                              | 150                                | 190             | 270                           | 296             | 20                                       | 24              |
| Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай) | 80                                 | 100             | 109,3                         | 232,1           | 16                                       | 18              |
| Чай с сахаром                               | 200                                | 200             | 30,9                          | 30,9            | 12                                       | 12              |
| Хлеб пшеничный                              | 40                                 | 60              | 120,6                         | 140,6           | 8                                        | 10              |
| Хлеб ржаной                                 | 20                                 | 20              | 34                            | 34              | 5                                        | 5               |
| Итого                                       |                                    |                 |                               |                 | 122                                      | 136             |

Повар  Н.А.Орлова