УТВЕРЖДАЮ
и.о.директора МБОУ Киргинцевская СОШ
Маер Е.В.

**Меню**
**на 19 октября 2026 года**

| Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Завтрак 1-4 класс** | | | | | | | | |
| гор.блюдо | 54-27с | Суп с рыбными консервами(сайра) | 250 | 43,9 | 168,3 | 7,4 | 8,4 | 15,7 |
| гор.напиток | №300 | Чай с сахаром | 200 | 1,43 | 26,8 | 0,2 | 0 | 6,4 |
| кисломол. | 53-19з | Масло сливочное(порциями) | 10 | 12,87 | 66,1 | 0,1 | 7,3 | 0,1 |
| сладкое | пром. | Повидло яблочное | 35 | 6,9 | 91,6 | 0,1 | 0 | 22,8 |
| хлеб | пром | хлеб ржаной/хлеб пшеничный йодированный | 60 | 5,9 | 124,7 | 4,4 | 0,6 | 124,7 |
| | | | | | | | | |
| | | | 555 | 71 | 477,5 | 12,2 | 16,3 | 169,7 |
| **Завтрак 5-11 класс** | | | | | | | | |
| гор.блюдо | 54-27с | Суп с рыбными консервами(сайра) | 270 | 44,86 | 181,7 | 8 | 9,1 | 16,9 |
| гор.напиток | №300 | Чай с сахаром | 200 | 1,43 | 26,8 | 0,2 | 0 | 6,4 |
| кисломол. | 53-19з | Масло сливочное(порциями) | 15 | 12,87 | 99,1 | 0,1 | 10,9 | 0,2 |
| сладкое | пром. | Повидло яблочное | 35 | 6,9 | 91,6 | 0,1 | 0 | 22,8 |
| хлеб | пром | хлеб.ржаной/хлеб пшеничный йодированный | 70 | 6,4 | 145 | 5 | 0,7 | 29,7 |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | | | 590 | 72,46 | 544,2 | 13,4 | 20,7 | 76 |
| **ОВЗ 7-11 лет** | | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | |
| гор.блюдо | 54-27с | Суп с рыбными консервами(сайра) | 250 | 43,88 | 168,3 | 7,4 | 8,4 | 15,7 |
| гор.напиток | 54-2гн | Чай с сахаром | 200 | 0,69 | 26,8 | 0,2 | 0 | 6,4 |
| кисломол. | 53-19з | Масло сливочное(порциями) | 10 | 12,87 | 66,1 | 0,1 | 7,3 | 0,1 |
| сладкое | пром. | Повидло яблочное | 35 | 6,9 | 91,6 | 0,1 | 0 | 22,8 |
| хлеб | пром | хлеб ржаной/хлеб пшеничный йодированный | 60 | 5,9 | 124,7 | 4,4 | 0,6 | 25,6 |
| кисломол | | | | | | | | |
| | | | 555 | 70,24 | 477,5 | 12,2 | 16,3 | 70,6 |
| **Обед** | | | | | | | | |
| гор.блюдо | 1-7с | Суп с макаронными изделиями | 200 | 22,2 | 191,8 | 8,6 | 8,4 | 20,4 |
| гор.блюдо | 54-12м | Плов с курицей | 200 | 82,96 | 300,6 | 27,3 | 6,5 | 33,3 |
| | | | | | | | | |
| кисломол | пром. | Молоко 2.5% | 200 | 19,78 | 106,6 | 5,8 | 5 | 9,6 |
| фрукты | пром. | Яблоко | 100 | 19,5 | 44,4 | 0,4 | 0,4 | 9,8 |
| хлеб | пром. | Хлеб пшеничный йодированный/хлеб ржаной | 70 | 7,4 | 145 | 5 | 0,7 | 29,7 |
| | | | 770 | 151,84 | 788,4 | 47,1 | 21 | 102,8 |
| | | | | 222,08 | 1265,9 | 59,3 | 37,3 | 173,4 |
| **ОВЗ 12-18 лет лет** | | | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | | | |
| гор.блюдо | 54-27с | Суп с рыбными консервами(сайра) | 270 | 44,87 | 181,7 | 8 | 9,1 | 16,9 |
| гор.напиток | №300 | Чай с сахаром | 200 | 1,43 | 26,8 | 0,2 | 0 | 6,4 |
| кисломол. | 53-19з | Масло сливочное(порциями) | 15 | 12,87 | 99,1 | 0,1 | 10,9 | 0,2 |
| сладкое | пром. | Повидло яблочное | 35 | 6,9 | 91,6 | 0,1 | 0 | 22,8 |
| хлеб | пром | хлеб ржаной/хлеб пшеничный йодированный | 70 | 6,4 | 145 | 5 | 0,7 | 29,7 |
| кисломол | | | | | | | | |
| | | | 590 | 72,47 | 544,2 | 13,4 | 20,7 | 76 |
| **Обед** | | | | | | | | |
| гор.блюдо | 1-7с | Суп с макаронными изделиями | 250 | 25,54 | 239,7 | 10,8 | 10,6 | 25,4 |
| гор.блюдо | 54-12м | Плов с курицей | 220 | 83,82 | 330,7 | 30 | 7,1 | 36,6 |
| кисломол. | пром | Молоко 2.5% | 200 | 19,78 | 106,6 | 5,8 | 5 | 9,6 |
| фрукты | пром | Яблоко | 100 | 19,5 | 44,4 | 0,4 | 0,4 | 9,8 |
| гор.напиток | | | | | | | | |
| хлеб | пром. | Хлеб пшеничный йодированный/хлеб ржаной | 85 | 8,6 | 177 | 6,1 | 0,8 | 36,3 |
| | | | 855 | 157,24 | 898,4 | 53,1 | 23,9 | 117,7 |
| | | | | 229,71 | 1442,6 | 66,5 | 44,6 | 193,7 |