

и.о.директора МБОУ Киргинцевская СОШ

УТВЕРЖДАЮ

Маер Е.В.

Меню
на 03 сентября 2026 года

Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийн ость	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1-4 класс								
гор.блюдо	54-1о	Омлет натуральный	150	58,4	225,5	12,7	18	3,2
		Компот из смеси сухофруктов	200	7,39	81	0,5	0	19,8
гор.напиток	54-1хн							
фрукты	пром.	Яблоко	100	19,5	44,4	0,4	0,4	9,8
салат	2845	Винегрет	60	6,22	79,7	0,9	6,1	5,3
хлеб	пром.	Хлеб пшеничный йодированный	40	4	93,8	3	0,3	19,7
			550	95,51	524,4	17,5	24,8	57,8
Завтрак 5-11 класс								
гор.блюдо	54-1о	Омлет натуральный	180	65,43	270,6	15,2	21,6	3,9
		Компот из смеси сухофруктов	200	7,39	81	0,5	0	19,8
гор.напиток	54-1хн							
фрукты	пром.	Яблоко	100	19,5	44,4	0,4	0,4	9,8
салат	2845	Винегрет	100	8,02	132,8	1,5	10,2	8,8
хлеб	пром.	Хлеб пшеничный йодированный	45	4,5	105,5	3,4	0,4	22,1
			625	104,84	634,3	21	32,6	64,4
ОВЗ 7-11 лет								
Завтрак								
гор.блюдо	54-1о	Омлет натуральный	150	58,4	225,5	12,7	18	3,2
		Компот из смеси сухофруктов	200	7,39	81	0,5	0	19,8
гор.напиток	54-1хн							
фрукты	пром.	Яблоко	100	19,5	44,4	0,4	0,4	9,8
салат	2845	Винегрет	60	6,22	79,7	0,9	6,1	5,3
хлеб	пром.	Хлеб пшеничный йодированный	40	4	93,8	3	0,3	19,7
кисломол								
			550	95,51	524,4	17,5	24,8	57,8
Обед								
салат	2826	Салат Веснушка	60	11,16	45,6	1	3,1	3,5
гор.блюдо	54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	14,96	138	5,9	7,1	12,7
		Рис отварной/рыба припущенная в молоке(минтай)	240	48,7	308,8	15,4	10,1	39,1
гор.блюдо	54-6г/54-7г							
кисломол								
гор.напиток	ДП-11н	Компот из яблок и апельсинов	200	19,28	47,6	0,3	0,1	11,3
хлеб	пром.	Хлеб пшеничный йодированный/хлеб ржаной	80	8	168,4	5,8	0,8	34,6
			830	102,1	708,4	28,4	21,2	101,2
			1380	197,61	1232,8	45,9	46	159
ОВЗ 12-18 лет лет								
Завтрак								
гор.блюдо	54-1о	Омлет натуральный	180	65,43	270,6	15,2	21,6	3,9
		Компот из смеси сухофруктов	200	7,39	81	0,5	0	19,8
гор.напиток	54-1хн							
фрукты	пром.	Яблоко	100	19,5	44,4	0,4	0,4	9,8
салат	2845	Винегрет	100	8,02	132,8	1,5	10,2	8,8
хлеб	пром.	Хлеб пшеничный йодированный	45	4,5	105,5	3,4	0,4	22,1
			625	104,84	634,3	21	32,6	64,4
Обед								
салат	2826	Салат Веснушка	100	12,89	76	1,7	5,1	5,8
гор.блюдо	54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	14,96	138	5,9	7,1	12,7
		Рис отварной/рыба припущенная в молоке(минтай)	280	54,02	361,2	17,4	11,6	47,7
гор.блюдо	54-6г/54-7г							
кисломол								
гор.напиток	ДП-11н	Компот из яблок и апельсинов	200	19,28	47,6	0,3	0,1	11,3
хлеб	пром.	Хлеб пшеничный йодированный/хлеб ржаной	90	9,25	185,5	6,4	0,9	38
			920	110,4	808,3	31,7	24,8	115,5
			1545	215,24	1442,6	52,7	57,4	179,9