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

Меню
на 16 октября 2026 года

Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 1-4 класс								
гор.блюдо	54-1о	Омлет натуральный	150	58,4	225,5	12,7	18	3,2
гор.напиток	54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	7,39	81	0,5	0	19,8
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
гор.напиток	54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	7,39	81	0,5	0	19,8
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
гор.напиток	54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	7,39	81	0,5	0	19,8
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
гор.блюдо	54-6г/54-7г	Рис отварной/рыба припущенная в молоке(минтай)	240	48,7	308,8	15,4	10,1	39,1
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	197,61	1232,8	45,9	46	159
				293,12	1757,2	63,4	70,8	216,8
ОВЗ 12-18 лет лет								
Завтрак								
гор.блюдо	54-1о	Омлет натуральный	180	65,43	270,6	15,2	21,6	3,9
гор.напиток	54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	7,39	81	0,5	0	19,8
фрукты	пром.	Яблоко	100	19,5	44,4	0,4	0,4	9,8
салат	2845	Салат 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
кисломол								
			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
гор.блюдо	54-2г/54-7г	Рис отварной/рыба припущенная в молоке(минтай)	280	54,02	361,2	17,4	11,6	47,7
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
				215,24	1442,6	52,7	57,4	179,9