

Утверждаю:

Директор Панин Н. Б.



**МЕНЮ ЗАВТРАКА**  
**для всех категорий обучающихся, включая детей с ОВЗ и инвалидов**  
**(возраст 7-11 лет)**

	Наименование блюда	выход, г	ценность
	<b>12 января 2026 г. Понедельник</b>		
19/7	Тефтели рыбные с рисом в соусе (минтай)	120	125,08
3/3	Картофельное пюре	150	132,59
пром.	Напиток с витаминами Витошка	200	70,71
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	63,16
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
	Итого:		430,22
	<b>13 января 2026 г. Вторник</b>		
9/8	Печень по-строгановски	100	191,04
40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	265,93
27/10	Чай	200	37,80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	63,16
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
	Итого:		596,61
	<b>14 января 2026 г. Среда</b>		
16/1	Салат из моркови с растительным маслом	60	59,01
8/5	Запеканка (сырники) из творога	150	313,88
-	Молоко сгущенное	30	95,22
27/10	Чай	200	37,80
пром.	Батон с каротином	45	115,89
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
	Итого:		660,48
	<b>15 января 2026 г. Четверг</b>		
17/4	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	150	137,12
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	63,16
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
6/10	Компот из изюма	200	88,91
	Итого:		327,87
	<b>16 января 2026 г. Пятница</b>		
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)	100	36,80
32/3	Рагу из овощей	150	8,66
37/10	Напиток из шиповника (вариант 2)	200	6,57
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	1,80
пром.	Хлеб ржаной	20	1,20
	Итого:		55,03

Утверждаю:

Директор Панина Л. Е.

# **МЕНЮ ЗАВТРАКА**

**для всех категорий обучающихся, включая детей с ОВЗ и инвалидов  
(возраст 12-18 лет)**



	Наименование блюда	выход, г	энергетическая ценность
	<b>12 января 2026 г. Понедельник</b>		
17/4	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	250	228,53
-	Какао с молоком и витаминами Витошка	200	96,54
пром.	Батон с каротином	65	167,39
пром.	Хлеб ржаной	30	58,01
		Итого:	550,48
	<b>13 января 2026 г. Вторник</b>		
36/8	Тефтели из мяса говядины с рисом	100	219,86
46/3	Макаронные изделия отварные	180	220,73
27/10	Чай	200	37,80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	30	58,01
		Итого:	620,63
	<b>14 января 2026 г. Среда</b>		
16/1	Салат из моркови с растительным маслом	100	98,35
8/5	Запеканка (сырники) из творога	200	418,51
-	Молоко сгущенное	40	126,96
27/10	Чай	200	37,80
пром.	Батон с каротином	60	154,52
пром.	Хлеб ржаной	30	58,01
		Итого:	894,15
	<b>15 января 2026 г. Четверг</b>		
6/7	Рыба, запеченная в молочном соусе (горбуша)	120	193,11
3/3	Картофельное пюре	180	176,78
29/10	Чай с лимоном	200/5	39,63
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	30	58,01
		Итого:	551,75
	<b>16 января 2026 г. Пятница</b>		
4/9	Плов из мяса кур (филе)	250	338,59
27/10	Чай	200	37,80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	30	58,01
		Итого:	518,62

**МЕНЮ ОБЕДА**  
**для детей с ОВЗ и инвалидов**  
**(возраст 7-11 лет)**

Утверждаю:  
Директор Панина Л. Б.



	Наименование блюда	выход, г	ценность
	<b>12 января 2026 г. Понедельник</b>		
41/1	Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом	60	60,58
11/2	Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2)	250	187,56
48/8	Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)	120	129,29
1/3	Картофель отварной	150	135,49
14/10	Компот из чернослива	200	88,57
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	73,69
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
	Итого:		723,51
	<b>13 января 2026 г. Вторник</b>		
47/1	Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом	60	63,74
19/2	Суп картофельный с рыбой (минтай)	250	157,97
36/8	Тефтели из мяса говядины с рисом	90	197,88
46/3	Макаронные изделия отварные	150	185,88
27/10	Чай	200	37,80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	73,69
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
	Итого:		765,30
	<b>14 января 2026 г. Среда</b>		
20/1	Салат из свежих томатов с растительным маслом	60	46,05
28/2	Суп-пюре гороховый	250	134,13
40/2	Гренки (сухарики)	20	50,40
39/8	Фрикадельки из мяса говядины припущенные	90	177,57
43/3	Каша рисовая рассыпчатая	150	196,75
пром.	Напиток с витаминами Витошка	200	70,71
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	73,69
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
	Итого:		797,65
	<b>15 января 2026 г. Четверг</b>		
6/1	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	60	55,62
14/2	Суп картофельный с крупой	250	151,27
41/2	Фрикадельки мясные	20	43,64
6/7	Рыба, запеченная в молочном соусе (горбуша)	120	143,11
3/3	Картофельное пюре	150	132,59
29/10	Чай с лимоном	200	38,66
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	73,69
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
	Итого:		686,92
	<b>16 января 2026 г. Пятница</b>		
40/1	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	60	63,06
22/2	Суп-лапша на курином бульоне	250	148,00
4/9	Плов из мяса кур (филе)	250	338,59
27/10	Чай	200	37,80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	73,69
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
	Итого:		709,48

Утверждаю:

Директор Панина Л. Б.

**МЕНЮ ОБЕДА  
для детей с ОВЗ и инвалидов  
(возраст 12-18 лет)**



	<b>Наименование блюда</b>	<b>выход, г</b>	<b>ценно-сть</b>
	<b>12 января 2026 г. Понедельник</b>		
41/1	Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом	100	100,96
22/2	Суп-лапша на курином бульоне	250	148,02
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)	100	137,99
32/3	Рагу из овощей	180	184,00
37/10	Напиток из шиповника (вариант 2)	200	74,32
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	40	77,35
	Итого:		806,86
	<b>13 января 2026 г. Вторник</b>		
47/1	Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом	100	106,23
19/2	Суп картофельный с рыбой (минтай)	250	157,97
9/8	Печень по-строгановски	120	229,25
40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180	319,11
пром.	Напиток с витаминами Витошка	200	70,71
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	40	77,35
	Итого:		1044,84
	<b>14 января 2026 г. Среда</b>		
20/1	Салат из свежих томатов с растительным маслом	100	76,75
28/2	Суп-пюре гороховый	250	134,13
40/2	Гренки (сухарики)	20	50,40
39/8	Фрикадельки из мяса говядины припущенные	100	197,30
43/3	Каша рисовая рассыпчатая	180	236,10
27/10	Чай	200	37,80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	40	77,35
	Итого:		894,06
	<b>15 января 2026 г. Четверг</b>		
6/1	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	100	92,69
14/2	Суп картофельный с крупой	250	151,27
41/2	Фрикадельки мясные	20	43,64
42/8	Тефтели из мяса говядины	100	235,66
47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	180	223,05
6/10	Компот из изюма	200	88,91
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	30	58,01
	Итого:		977,46
	<b>16 января 2026 г. Пятница</b>		
40/1	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	105,10
22/2	Суп-лапша на курином бульоне	250	148,02
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)	100	137,99
32/3	Рагу из овощей	180	184,00
37/10	Напиток из шиповника (вариант 2)	200	74,32
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	40	77,35
	Итого:		811,00