

Использовать для заполнения на сайтах школ
ежедневных форм в XL с указанием цены
к меню с 01.09.2026 г
(утверждено 17.08.2026г)



Утверждаю.
Индивидуальный предприниматель
Юмагулова Я.С.
17.08.2026 г.

Основное двухнедельное меню для обеспечения горячим питанием
обучающихся с ОВЗ возрастных групп 7-11 и 12-18 лет с 01.09.2026 года
с учётом режима занятий – пять дней в неделю, суббота и воскресенье выходные дни

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда грамм	Пищевые вещества, г			Энергетич ценность, Ккал	№ Рецептуры	Цена блюда, руб.
			белки	жиры	углеводы			
1	2	3	4	5	6	7	8	
Неделя 1 день 1 Понедельник								
Завтрак	Салат из белокочанной капусты	100	1.5	5.1	7.1	80	40	20,00
	Котлета куриная Приоскольская	100	15.0	19,6	21,8	323	138	70,00
	Макаронные изделия отварные	180	5,9	6.5	35,8	225	30	25,00
	Чай с сахаром и лимоном	200	0	0	15,1	61	39	7,00
	Хлеб пшеничный в/с	60	4.9	0.8	21.7	114	183	10,00
	Всего	640	27.3	32.0	101,5	803		132,00
Доп. питание	Яблоко свежее	100	0.4	0.4	9,8	44	36	10,00
	Всего	100	0.4	0.4	9,8	44		10,00
	Итого за день	740	27.7	32.4	111,3	847		142,00
Неделя 1 день 2 Вторник								
Завтрак	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,9	6,4	20,4	151	369	40,00
	Какао на молоке	200	2,8	3	20,7	121	239	30,00
	Сдоба с творогом	100	15,8	13.2	18,6	256	87	50,00
	Хлеб пшеничный в/с	60	4.9	0.8	21.7	114	183	10,00
	Всего	610	26,4	23,5	81,4	642		130,00
Доп. питание	Яблоко свежее	100	0.4	0.4	9,8	44	36	10,00
	Всего	100	0.4	0.4	9,8	44		10,00
	Итого за день	710	26,8	23,9	91,2	686		140,00

Неделя 1 день 3 Среда								
Завтрак	Салат овощной Свежесть	100	1.5	7.1	5.2	91	56	25,00
	Гуляш из свинины/курицы	120	15.8	28	4.9	334	80/90	80,00
	Каша гречневая рассыпчатая	180	8,7	7,3	41,4	266	43	25,00
	Чай с сахаром	200	0	0	15.0	60	38	5,00
	Хлеб пшеничный в/с	60	4.9	0.8	21.7	114	183	10,00
	Всего	660	30,9	43,2	88,2	865		145,00
Доп. питание	Яблоко свежее	100	0.4	0.4	9,8	44	36	10,00
	Всего	100	0.4	0.4	9,8	44		10,00
	Итого за день	760	31,3	43,6	98	909		155,00
Неделя 1 день 4 Четверг								
Завтрак	Салат из квашеной капусты	100	1,6	5.0	5.4	73	97	25,00
	Биточек куриный	100	14,8	24,4	4,7	298	184	70,00
	Макаронные изделия отварные	180	5,9	6.5	35,8	225	30	25,00
	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0	15.0	60	32	12,00
	Хлеб пшеничный в/с	60	4.9	0.8	21.7	114	183	10,00
	Всего	640	27,2	36,7	82,6	770		142,00
Доп. питание	Яблоко свежее	100	0.4	0.4	9,8	44	36	10,00
	Всего	100	0.4	0.4	9,8	44		10,00
	Итого за день	740	27,6	37,1	92,4	814		152,00
Неделя 1 день 5 Пятница								
Завтрак	Салат из свежих помидоров	100	1	13,2	3,5	136	371	25,00
	Плов из мяса кур	200	16,5	11,3	35,9	311	41	80,00
	Кисель плодово-ягодный	200	0	0	18,2	73	372	12,00
	Хлеб пшеничный в/с	60	4.9	0.8	21.7	114	183	10,00
	Всего	560	22,4	25,3	79,3	634		127,00
Доп. питание	Яблоко свежее	100	0.4	0.4	9,8	44	36	10,00
	Всего	100	0.4	0.4	9,8	44		10,00
	Итого за день	660	23,8	25,7	89,1	678		137,00
Неделя 1 день 6 Суббота – выходной день в образовательном учреждении								
Неделя 1 день 7 Воскресенье – выходной день в образовательном учреждении								

Неделя 2 день 1 Понедельник								
Завтрак	Салат из квашеной капусты	100	1,6	5.0	5.4	73	97	25,00
	Котлета куриная Приоскольская	100	15.0	19,6	21,8	323	138	70,00
	Каша гречневая рассыпчатая	180	8,7	7,3	41,4	266	43	25,00
	Чай с сахаром и лимоном	200	0	0	15.1	61	39	7,00
	Хлеб пшеничный в/с	60	4.9	0.8	21.7	114	183	10,00
	Всего	640	30.2	32,7	105,4	837		137,00
Доп. питание	Яблоко свежее	100	0.4	0.4	9.8	44	36	10,00
	Всего	100	0.4	0.4	9.8	44		10,00
	Итого за день	740	30.6	33,1	114,9	881		147,00
Неделя 2 день 2 Вторник								
Завтрак	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,9	6,4	20,4	151	369	40,00
	Кисель плодово-ягодный	200	0	0	18,2	73	372	12,00
	Сдоба с творогом	100	15,8	13.2	18,6	256	87	50,00
	Хлеб пшеничный в/с	60	4.9	0.8	21.7	114	183	10,00
	Всего	610	23,6	20,4	78,9	594		112,00
Доп. питание	Яблоко свежее	100	0.4	0.4	9,8	44	36	10,00
	Всего	100	0.4	0.4	9,8	44		10,00
	Итого за день	710	24	20,8	88,7	638		122,00
Неделя 2 день 3 Среда								
Завтрак	Салат овощной Свежесть	100	1.5	7.1	5.2	91	56	25,00
	Филе кур, тушенное в соусе	110	18,8	10	2,9	177	27	80,00
	Макаронные изделия отварные	180	5,9	6.5	35,8	225	30	25,00
	Компот из вишни сушеной	200	0	0	16,0	64	281	12,00
	Хлеб пшеничный в/с	60	4.9	0.8	21.7	114	183	10,00
	Всего	650	31,1	24,4	81,6	671		152,00
Доп. питание	Яблоко свежее	100	0.4	0.4	9.8	44	36	10,00
	Всего	100	0.4	0.4	9.8	44		10,00
	Итого за день	750	33,9	24,3	97,5	745		162,00

Неделя 2 день 4 Четверг								
Завтрак	Салат из белокочанной капусты	100	1.5	5.1	7.1	80	40	20,00
	Гречка по-купечески	200	16,9	17,2	33,1	355	370	80,00
	Чай с сахаром	200	0	0	15.0	60	38	5,00
	Хлеб пшеничный в/с	60	4.9	0.8	21.7	114	183	10,00
	Всего	560	23,3	23,1	76,9	609		115,00
Доп. питание	Яблоко свежее	100	0.4	0.4	9.8	44	36	10,00
	Всего	100	0.4	0.4	9.8	44		10,00
	Итого за день	660	23,7	23,5	86,7	653		125,00
Неделя 2 день 5 Пятница								
Завтрак	Салат из свежих помидоров	100	1	13,2	3,5	136	371	25,00
	Филе рыбы запечённое	100	17.4	8.4	6.1	169	13	62,00
	Рис отварной со сливочным маслом	180	5,9	9,3	41,5	273	190	25,00
	Чай с сахаром и лимоном	200	0	0	15,1	61	39	7,00
	Хлеб пшеничный в/с	60	4.9	0.8	21.7	114	183	10,00
	Всего	640	29,2	31,7	87,9	753		129,00
Доп. питание	Яблоко свежее	100	0,4	0.4	9.8	44	36	10,00
	Всего	100	0.4	0.4	9.8	44		10,00
	Итого за день	740	29,6	32,1	97,7	797		139,00
Неделя 2 день 6 Суббота – выходной день в образовательном учреждении								
Неделя 2 день 7 Воскресенье – выходной день в образовательном учреждении								