

Утверждаю:
Директор МБУ «Комбинат Юность» НМО
Матвеева Е.В.
16 февраля 2026 год

Согласовано:
Директор школы МБОУ СОШ №1
Каюмова Л.В.
16 февраля 2026 год

ПРИМЕРНОЕ 10 дневное МЕНЮ

Для учащихся 5-11 класс суббота завтраки 125 рублей и обеды 167 рублей /зима/

Рацион: 5-11 класс ОВЗ суббота		Неделя: 1			День: суббота		
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углевод		
Завтрак							
	Жаркое по-домашнему со свиной	300	15	35	35	521	13 059,02
	Чай с сахаром	215			15	63	13 022
	Хлеб пшеничный витаминизирован	30	2		14	71	13 016
Итого за Завтрак		545	17	35	64	655	
Обед							
	Суп картофельный с макаронными	250	3	3	21	126	
	Говядина отварная в суп	10	3	3		35	13 179
	Котлета из свинины	100	13	26	14	335	13 062,01
	Каша гречневая	180	6	6	26	180	13 165,01
	Компот из кураги	200	1		30	126	13 235
	Хлеб ржаной	30	2		10	52	13 017
	Хлеб пшеничный витаминизирован	30	2		14	71	13 016
Итого за Обед		800	30	38	115	925	
Итого за день		1 345	47	73	179	1580	

Рацион: 5-11 класс ОВЗ суббота		Неделя: 2			День: суббота		
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углевод		
Завтрак							
	Жаркое по-домашнему со свиной	300	15	35	35	521	13 059,02
	Чай с сахаром	215			15	63	13 022
	Хлеб пшеничный витаминизирован	30	2		14	71	13 016
Итого за Завтрак		545	17	35	64	655	
Обед							
	Суп картофельный с макаронными	250	3	3	21	126	
	Говядина отварная в суп	10	3	3		35	13 179
	Котлета из свинины	100	13	26	14	335	13 062,01
	Каша гречневая	180	6	6	26	180	13 165,01
	Компот из кураги	200	1		30	126	13 235
	Хлеб ржаной	30	2		10	52	13 017
	Хлеб пшеничный витаминизирован	30	2		14	71	13 016
Итого за Обед		800	30	38	115	925	
Итого за день		1 345	47	73	179	1580	

Итого за период	2 690	94	146	358	3160	
Среднее значение за период		7,8	12,2	29,8	263,3	