

Школа

МОБУ СОШ с. Новая Отрадовка им. А.В. Трошина

Утвердил: должность

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

фамилия

Возрастная категория

7-11 лет

дата

день

месяц

2026

год

| Неде<br>ля | День<br>недел<br>и | Прием<br>пищи  | Раздел меню | Блюда                                                     | Вес блюда,<br>г | Белки | Жиры | Углед<br>ы | Калорийн<br>ость | №<br>рецептуры | Цена  |
|------------|--------------------|----------------|-------------|-----------------------------------------------------------|-----------------|-------|------|------------|------------------|----------------|-------|
| 1          | 1                  | Завтрак        | гор.блюдо   | Каша "Дружба" молочная                                    | 150             | 10    | 12   | 34         | 280              | КП27004        | 76,96 |
|            |                    |                |             |                                                           |                 |       |      |            |                  |                |       |
|            |                    |                | гор.напиток | Чай с сахаром                                             | 200             | 0     | 0    | 6          | 27               | КП27011        |       |
|            |                    |                | хлеб        | Бутерброд с повидлом(40/10)                               | 50              | 6     | 4    | 19         | 136              | КП27117        |       |
|            |                    |                |             | Фрукты свеж.(шт.)яблоко                                   | 100             | 0     | 0    | 9          | 36               | КП27017        |       |
|            |                    |                |             |                                                           |                 |       |      |            |                  |                |       |
|            |                    |                |             |                                                           |                 |       |      |            |                  |                |       |
|            |                    |                | итого       |                                                           | 500             | 16    | 16   | 68         | 479              |                | 76,96 |
| 1          | 1                  | Обед           | закуска     |                                                           |                 |       |      |            |                  |                |       |
|            |                    |                | 1 блюдо     | Рассольник овощной                                        | 200             | 7     | 8    | 15         | 151              | КП27064        | 86,07 |
|            |                    |                | 2 блюдо     | Котлеты мясные с соусом томатным                          | 90              | 8     | 10   | 25         | 222              | КП27022        |       |
|            |                    |                | гарнир      | Макароны отварные с маслом                                | 150             | 4     | 6    | 13         | 155              | КП27021        |       |
|            |                    |                | напиток     | Компот из смеси сухофруктов                               | 200             | 1     | 0    | 28         | 116              | КП27075        |       |
|            |                    |                | хлеб бел.   | Хлеб пшеничный                                            | 40              | 3     | 0    | 19         | 95               | 1              |       |
|            |                    |                | хлеб черн.  | Хлеб ржаной                                               | 40              | 3     | 0    | 17         | 83               | 2              |       |
|            |                    |                |             |                                                           |                 |       |      |            |                  |                |       |
|            |                    |                | итого       |                                                           | 720             | 26    | 24   | 117        | 822              |                | 86,07 |
| 1          | 1                  | Итого за день: |             | 1220                                                      | 42              | 40    | 185  | 1301       |                  | 163,03         |       |
| 1          | 2                  | Завтрак        | гор.блюдо   | Картофельное пюре, Фрикадельки куриные с подливом овощным | 260             | 13    | 16   | 42         | 382              | КП27018        | 76,96 |
|            |                    |                |             |                                                           |                 |       |      |            |                  |                |       |
|            |                    |                | гор.напиток | Чай с сахаром                                             | 200             | 0     | 0    | 6          | 27               | КП27011        |       |
|            |                    |                | хлеб        | Хлеб пшеничный                                            | 40              | 3     | 0    | 19         | 95               | 1              |       |
|            |                    |                | фрукты      |                                                           |                 |       |      |            |                  |                |       |
|            |                    |                |             |                                                           |                 |       |      |            |                  |                |       |
|            |                    |                | итого       |                                                           | 500             | 16    | 16   | 67         | 504              |                | 76,96 |

|   |   |                |             |                                                             |      |    |    |     |      |         |        |
|---|---|----------------|-------------|-------------------------------------------------------------|------|----|----|-----|------|---------|--------|
| 1 | 2 | Обед           | закуска     | Салат из белокачанной капусты с растительным маслом         | 60   | 2  | 7  | 9   | 103  | КП27108 |        |
|   |   |                | 1 блюдо     | Суп картофельный с горохом                                  | 200  | 10 | 8  | 15  | 171  | КП27015 | 86,07  |
|   |   |                | 2 блюдо     | Плов из рисовой крупы с куриным фаршем                      | 160  | 8  | 9  | 26  | 194  | КП27024 |        |
|   |   |                | гарнир      |                                                             |      |    |    |     |      |         |        |
|   |   |                | напиток     | Компот яблочный                                             | 200  | 0  | 0  | 18  | 72   | КП27076 |        |
|   |   |                | хлеб бел.   | Хлеб пшеничный                                              | 40   | 3  | 0  | 19  | 95   | 1       |        |
|   |   |                | хлеб черн.  | Хлеб ржаной                                                 | 40   | 3  | 0  | 17  | 83   | 2       |        |
|   |   |                |             |                                                             |      |    |    |     |      |         |        |
|   |   |                | итого       |                                                             | 700  | 26 | 24 | 104 | 718  |         | 86,07  |
| 1 | 2 | Итого за день: |             |                                                             | 1200 | 42 | 40 | 171 | 1222 |         | 163,03 |
| 1 | 3 | Завтрак        | гор.блюдо   | Каша рисовая молочная                                       | 200  | 8  | 8  | 29  | 234  | КП27020 | 76,96  |
|   |   |                |             | Слойка с творогом                                           | 60   | 5  | 10 | 24  | 210  | КП26129 |        |
|   |   |                | гор.напиток | Чай с сахаром                                               | 200  | 0  | 0  | 6   | 25   | КП27011 |        |
|   |   |                | хлеб        | Хлеб пшеничный                                              | 40   | 3  | 0  | 19  | 95   | 1       |        |
|   |   |                | фрукты      |                                                             |      |    |    |     |      |         |        |
|   |   |                |             |                                                             |      |    |    |     |      |         |        |
|   |   |                |             |                                                             |      |    |    |     |      |         |        |
|   |   |                | итого       |                                                             | 500  | 16 | 18 | 78  | 564  |         | 76,96  |
| 1 | 3 | Обед           | закуска     |                                                             |      |    |    |     |      |         | 86,07  |
|   |   |                | 1 блюдо     | Суп-лапша домашняя                                          | 200  | 7  | 8  | 18  | 208  | КП27065 |        |
|   |   |                | 2 блюдо     | Фрикадельки куриные с подливом овощным                      | 90   | 7  | 6  | 11  | 152  | КП27019 |        |
|   |   |                | гарнир      | Каша гречневая рассыпчатая                                  | 150  | 4  | 5  | 14  | 135  | КП27025 |        |
|   |   |                | напиток     | Компот из яблок и черноплодной рябины                       | 200  | 0  | 0  | 8   | 32   | ДГ27028 |        |
|   |   |                | хлеб бел.   | Хлеб пшеничный                                              | 40   | 3  | 0  | 19  | 95   | 1       |        |
|   |   |                | хлеб черн.  | Хлеб ржаной                                                 | 40   | 3  | 6  | 17  | 83   | 2       |        |
|   |   |                |             |                                                             |      |    |    |     |      |         |        |
|   |   |                | итого       |                                                             | 720  | 24 | 25 | 87  | 705  |         | 86,07  |
| 1 | 3 | Итого за день: |             |                                                             | 1220 | 40 | 43 | 165 | 1269 |         | 163,03 |
| 1 | 4 | Завтрак        | гор.блюдо   | Макароны отварные с маслом,котлеты мясные с соусом томатным | 260  | 13 | 17 | 41  | 397  | КП27021 | 76,96  |
|   |   |                |             |                                                             |      |    |    |     |      |         |        |
|   |   |                | гор.напиток | Чай витаминизированный "Витошка"                            | 200  | 0  | 0  | 10  | 40   | КП27023 |        |

|   |   |                |             |                                             |      |      |    |     |      |         |        |
|---|---|----------------|-------------|---------------------------------------------|------|------|----|-----|------|---------|--------|
|   |   |                | хлеб        | Хлеб пшеничный                              | 40   | 3    | 0  | 19  | 95   | 1       |        |
|   |   |                | фрукты      |                                             |      |      |    |     |      |         |        |
|   |   |                |             |                                             |      |      |    |     |      |         |        |
|   |   |                |             |                                             |      |      |    |     |      |         |        |
|   |   |                | итого       |                                             | 500  | 16   | 17 | 70  | 532  |         | 76,96  |
| 1 | 4 | Обед           | закуска     |                                             |      |      |    |     |      |         |        |
|   |   |                | 1 блюдо     | Уха по-царски                               | 200  | 4    | 8  | 7   | 122  | КП27066 | 86,07  |
|   |   |                | 2 блюдо     |                                             |      |      |    |     |      |         |        |
|   |   |                | гарнир      | Рагу из овощей                              | 160  | 6    | 5  | 19  | 208  | КП27067 |        |
|   |   |                | напиток     | Компот яблочный                             | 200  | 0    | 0  | 18  | 72   | КП27076 |        |
|   |   |                | хлеб бел.   | Хлеб пшеничный                              | 40   | 3    | 0  | 19  | 95   | 1       |        |
|   |   |                | хлеб черн.  | Хлеб ржаной                                 | 40   | 3    | 0  | 17  | 83   | 2       |        |
|   |   |                |             | Самса детская                               | 60   | 10   | 14 | 27  | 242  | КП26125 |        |
|   |   |                |             |                                             |      |      |    |     |      |         |        |
|   |   |                | итого       |                                             | 700  | 26   | 27 | 107 | 822  |         | 86,07  |
| 1 | 4 | Итого за день: |             |                                             | 1200 | 42   | 44 | 177 | 1354 |         | 163,03 |
| 1 | 5 | Завтрак        | гор.блюдо   | Каша "Артек" молочная                       | 200  | 6    | 5  | 31  | 202  | КП27002 | 76,96  |
|   |   |                |             |                                             |      |      |    |     |      |         |        |
|   |   |                | гор.напиток | Чай с сахаром                               | 200  | 0    | 0  | 6   | 25   | КП27011 |        |
|   |   |                | хлеб        | Хлеб пшеничный                              | 40   | 3    | 0  | 19  | 95   | 1       |        |
|   |   |                | фрукты      |                                             |      |      |    |     |      |         |        |
|   |   |                |             | Самса детская                               | 60   | 10   | 14 | 27  | 242  | КП26125 |        |
|   |   |                |             |                                             |      |      |    |     |      |         |        |
|   |   |                | итого       |                                             | 500  | 19   | 19 | 83  | 564  |         | 76,96  |
| 1 | 5 | Обед           | закуска     |                                             |      |      |    |     |      |         |        |
|   |   |                | 1 блюдо     | Борщ с капустой и картофелем                | 200  | 3    | 4  | 15  | 108  | КП27114 | 86,07  |
|   |   |                | 2 блюдо     | Плов из перловой крупы с куриным фаршем     | 180  | 14,9 | 14 | 13  | 200  | КП27068 |        |
|   |   |                | гарнир      |                                             |      |      |    |     |      |         |        |
|   |   |                | напиток     | Компот из смеси сухофруктов                 | 200  | 1    | 0  | 28  | 116  | КП27075 |        |
|   |   |                | хлеб бел.   | Хлеб пшеничный                              | 40   | 3    | 0  | 19  | 95   | 1       |        |
|   |   |                | хлеб черн.  | Хлеб ржаной                                 | 40   | 3    | 0  | 17  | 83   | 2       |        |
|   |   |                |             | Печенье в ассортименте для детского питания | 40   | 2    | 7  | 25  | 171  | КП27056 |        |
|   |   |                |             |                                             |      |      |    |     |      |         |        |
|   |   |                | итого       |                                             | 700  | 26,9 | 25 | 117 | 773  |         | 86,07  |
| 1 | 5 | Итого за день: |             |                                             | 1200 | 45,9 | 44 | 200 | 1337 |         | 163,03 |

|   |   |                |             |                                                               |      |    |    |     |      |         |        |
|---|---|----------------|-------------|---------------------------------------------------------------|------|----|----|-----|------|---------|--------|
| 2 | 1 | Завтрак        | гор.блюдо   | Плов из рисовой крупы с куриным фаршем                        | 180  | 9  | 8  | 30  | 219  | КП27024 | 76,96  |
|   |   |                |             | Салат из белокачанной капусты с растительным маслом           | 90   | 4  | 10 | 14  | 154  | КП27108 |        |
|   |   |                | гор.напиток | Чай с сахаром                                                 | 200  | 0  | 0  | 6   | 25   | КП27011 |        |
|   |   |                | хлеб        | Хлеб пшеничный                                                | 40   | 3  | 0  | 19  | 95   | 1       |        |
|   |   |                | фрукты      |                                                               |      |    |    |     |      |         |        |
|   |   |                |             |                                                               |      |    |    |     |      |         |        |
|   |   |                |             |                                                               |      |    |    |     |      |         |        |
|   |   |                | итого       |                                                               | 510  | 16 | 18 | 69  | 493  |         | 76,96  |
| 2 | 1 | Обед           | закуска     |                                                               |      |    |    |     |      |         |        |
|   |   |                | 1 блюдо     | Суп картофельный с бобовыми и гречками                        | 200  | 8  | 8  | 15  | 163  | КП27069 | 86,07  |
|   |   |                | 2 блюдо     | Котлеты мясные с соусом томатным                              | 90   | 8  | 10 | 25  | 222  | КП27022 |        |
|   |   |                | гарнир      | Макароны отварные с маслом                                    | 150  | 4  | 6  | 13  | 155  | КП27021 |        |
|   |   |                | напиток     | Компот яблочный                                               | 200  | 0  | 0  | 18  | 72   | КП27076 |        |
|   |   |                | хлеб бел.   | Хлеб пшеничный                                                | 40   | 3  | 0  | 19  | 95   | 1       |        |
|   |   |                | хлеб черн.  | Хлеб ржаной                                                   | 40   | 3  | 0  | 17  | 83   | 2       |        |
|   |   |                |             |                                                               |      |    |    |     |      |         |        |
|   |   |                | итого       |                                                               | 720  | 26 | 24 | 107 | 790  |         | 86,07  |
| 2 | 1 | Итого за день: |             |                                                               | 1230 | 42 | 42 | 176 | 1283 |         | 163,03 |
| 2 | 2 | Завтрак        | гор.блюдо   | Каша гречневая рассыпчатая, Котлеты куриные с соусом томатным | 240  | 14 | 14 | 33  | 269  | КП27025 | 76,96  |
|   |   |                |             |                                                               |      |    |    |     |      |         |        |
|   |   |                | гор.напиток | Чай с сахаром                                                 | 200  | 0  | 0  | 6   | 25   | КП27011 |        |
|   |   |                | хлеб        | Хлеб пшеничный                                                | 40   | 3  | 0  | 19  | 95   | 1       |        |
|   |   |                | фрукты      |                                                               |      |    |    |     |      |         |        |
|   |   |                |             | Печенье в ассортименте для детского питания                   | 40   | 2  | 5  | 25  | 171  | КП27056 |        |
|   |   |                | итого       |                                                               | 520  | 19 | 19 | 83  | 560  |         | 76,96  |
| 2 | 2 | Обед           | закуска     | Салат из моркови на растительном масле(морковь,сахар)         | 60   | 2  | 4  | 14  | 98   | КП27077 |        |
|   |   |                | 1 блюдо     | Щи из свежей капусты с картофелем                             | 200  | 3  | 8  | 23  | 171  | КП27115 | 86,07  |
|   |   |                | 2 блюдо     | Плов из перловой крупы с куриным фаршем                       | 160  | 14 | 12 | 12  | 178  | КП27068 |        |
|   |   |                | гарнир      |                                                               |      |    |    |     |      |         |        |
|   |   |                | напиток     | Компот из смеси сухофруктов                                   | 200  | 1  | 0  | 28  | 116  | КП27075 |        |
|   |   |                | хлеб бел.   | Хлеб пшеничный                                                | 40   | 3  | 0  | 19  | 95   | 1       |        |

|   |   |                |             |                                            |      |    |    |     |      |         |        |
|---|---|----------------|-------------|--------------------------------------------|------|----|----|-----|------|---------|--------|
|   |   |                | хлеб черн.  | Хлеб ржаной                                | 40   | 3  | 0  | 17  | 83   | 2       |        |
|   |   |                |             |                                            |      |    |    |     |      |         |        |
|   |   |                |             |                                            |      |    |    |     |      |         |        |
|   |   |                | итого       |                                            | 700  | 26 | 24 | 113 | 741  |         | 86,07  |
| 2 | 2 | Итого за день: |             |                                            | 1220 | 45 | 43 | 196 | 1301 |         | 163,03 |
| 2 | 3 | Завтрак        | гор.блюдо   | Каша "Дружба" молочная                     | 170  | 11 | 14 | 39  | 318  | КП27004 | 76,96  |
|   |   |                |             | Сырники из творога с яблочным соусом       | 90   | 5  | 3  | 17  | 136  | КП27028 |        |
|   |   |                | гор.напиток | Чай с сахаром                              | 200  | 0  | 0  | 6   | 25   | КП27011 |        |
|   |   |                | хлеб        | хлеб пшеничный                             | 40   | 3  | 0  | 19  | 95   | 1       |        |
|   |   |                | фрукты      |                                            |      |    |    |     |      |         |        |
|   |   |                |             |                                            |      |    |    |     |      |         |        |
|   |   |                |             |                                            |      |    |    |     |      |         |        |
|   |   |                | итого       |                                            | 500  | 19 | 17 | 81  | 574  |         | 76,96  |
| 2 | 3 | Обед           | закуска     |                                            |      |    |    |     |      |         |        |
|   |   |                | 1 блюдо     | Суп-лапша домашняя                         | 200  | 5  | 8  | 18  | 208  | КП27065 | 86,07  |
|   |   |                | 2 блюдо     | Котлеты куриные с соусом томатным          | 90   | 10 | 9  | 19  | 134  | КП27026 |        |
|   |   |                | гарнир      | Картофельное пюре                          | 150  | 5  | 10 | 26  | 230  | КП27018 |        |
|   |   |                | напиток     | Компот яблочный                            | 200  | 0  | 0  | 18  | 72   | КП27076 |        |
|   |   |                | хлеб бел.   | Хлеб пшеничный                             | 40   | 3  | 0  | 19  | 95   | 1       |        |
|   |   |                | хлеб черн.  | Хлеб ржаной                                | 40   | 3  | 0  | 17  | 83   | 2       |        |
|   |   |                |             |                                            |      |    |    |     |      |         |        |
|   |   |                | итого       |                                            | 720  | 26 | 27 | 117 | 822  |         | 86,07  |
| 2 | 3 | Итого за день: |             |                                            | 1220 | 45 | 44 | 198 | 1396 |         | 163,03 |
| 2 | 4 | Завтрак        | гор.блюдо   | Борщ с капустой и картофелем               | 200  | 3  | 4  | 15  | 108  | КП27114 | 76,96  |
|   |   |                |             |                                            |      |    |    |     |      |         |        |
|   |   |                | гор.напиток | Чай с сахаром                              | 200  | 0  | 0  | 6   | 25   | КП27011 |        |
|   |   |                | хлеб        | Хлеб пшеничный                             | 40   | 3  | 0  | 19  | 95   | 1       |        |
|   |   |                | фрукты      |                                            |      |    |    |     |      |         |        |
|   |   |                |             | Самса детская                              | 60   | 10 | 14 | 27  | 242  | КП26125 |        |
|   |   |                | итого       |                                            | 500  | 16 | 18 | 67  | 470  |         | 76,96  |
| 2 | 4 | Обед           | закуска     |                                            |      |    |    |     |      |         |        |
|   |   |                | 1 блюдо     | Рассольник ленинградский с крупой перловой | 200  | 8  | 13 | 32  | 239  | КП27071 | 86,07  |

|   |   |         |                             |                                                     |      |       |      |       |        |         |        |
|---|---|---------|-----------------------------|-----------------------------------------------------|------|-------|------|-------|--------|---------|--------|
|   |   |         | 2 блюдо                     | Фрикадельки куриные с подливом овощным              | 90   | 6     | 6    | 11    | 122    | КП27019 |        |
|   |   |         | гарнир                      | Каша гречневая рассыпчатая                          | 150  | 4     | 5    | 14    | 135    | КП27025 |        |
|   |   |         | напиток                     | Компот из яблок и черноплодной рябины               | 200  | 0     | 0    | 8     | 32     | ДГ27028 |        |
|   |   |         | хлеб бел.                   | Хлеб пшеничный                                      | 40   | 3     | 0    | 19    | 95     | 1       |        |
|   |   |         | хлеб черн.                  | Хлеб ржаной                                         | 40   | 3     | 0    | 17    | 83     | 2       |        |
|   |   |         |                             |                                                     |      |       |      |       |        |         |        |
|   |   |         |                             |                                                     |      |       |      |       |        |         |        |
|   |   |         | итого                       |                                                     | 720  | 24    | 24   | 101   | 706    |         | 86,07  |
| 2 | 4 |         | Итого за день:              |                                                     | 1220 | 40    | 42   | 168   | 1176   |         | 163,03 |
| 2 | 5 | Завтрак | гор.блюдо                   | Каша пшенная молочная жидкая                        | 200  | 8     | 8    | 28    | 225    | КП27031 | 76,96  |
|   |   |         |                             | Слойка с фруктовой начинкой                         | 60   | 5     | 9    | 30    | 225    | КП26124 |        |
|   |   |         | гор.напиток                 | Чай с сахаром                                       | 200  | 0     | 0    | 6     | 25     | КП27011 |        |
|   |   |         | хлеб                        | Хлеб пшеничный                                      | 40   | 3     | 0    | 19    | 95     | 1       |        |
|   |   |         | фрукты                      |                                                     |      |       |      |       |        |         |        |
|   |   |         |                             |                                                     |      |       |      |       |        |         |        |
|   |   |         |                             |                                                     |      |       |      |       |        |         |        |
|   |   |         | итого                       |                                                     | 500  | 16    | 17   | 83    | 570    |         | 76,96  |
| 2 | 5 | Обед    | закуска                     | Салат из белокачанной капусты с растительным маслом | 60   | 2     | 7    | 9     | 103    | КП27108 | 86,07  |
|   |   |         | 1 блюдо                     | Суп картофельный с вермишелью                       | 200  | 8     | 8    | 23    | 159    | КП27072 |        |
|   |   |         | 2 блюдо                     | Плов из рисовой крупы с куриным фаршем              | 160  | 8     | 9    | 26    | 194    | КП27024 |        |
|   |   |         | гарнир                      |                                                     |      |       |      |       |        |         |        |
|   |   |         | напиток                     | Компот яблочный                                     | 200  | 0     | 0    | 18    | 72     | КП27076 |        |
|   |   |         | хлеб бел.                   | Хлеб пшеничный                                      | 40   | 3     | 0    | 19    | 95     | 1       |        |
|   |   |         | хлеб черн.                  | Хлеб ржаной                                         | 40   | 3     | 0    | 17    | 83     | 2       |        |
|   |   |         |                             |                                                     |      |       |      |       |        |         |        |
|   |   |         |                             |                                                     |      |       |      |       |        |         |        |
|   |   |         | итого                       |                                                     | 700  | 24    | 24   | 112   | 706    |         | 86,07  |
| 2 | 5 |         | Итого за день:              |                                                     | 1200 | 40    | 41   | 195   | 1276   |         | 163,03 |
|   |   |         | Среднее значение за период: |                                                     | 1213 | 42,39 | 42,3 | 183,1 | 1291,5 |         | 163,03 |