Составил:
кладовщик
Волгина Г.В.
Проверил:
бухгалтер-калькулятор
Парахина А.В.
СанПин 2.3/2.4.4282-26
сезон:осень-зима

Утвердил:
Директор МАОУ СОШ №4
Толстоусова О.П.
№ 127 от 09.01.2026г.



МЕНЮ

Завтрак ОВЗ нач. шк.

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб	Вложенный сахар, г	Вложенная соль, г
	1 день								
	Завтрак								
17/4	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	200	4,99	6,51	26,42	182,8	0,00	5	0,5
27/10	Чай (вариант 2)	200	0,08	0,02	4,95	19,22	0,00	5	0
-	Батон	80	6,16	2,4	42,64	215,6	0,00	0	0
-	Масло сливочное	20	0,16	14,5	0,26	132,1	0,00	0	0
	Итого за 'Завтрак'		**11,39**	**23,43**	**74,26**	**549,8**	**0,00**	**0**	**0**
	2 день								
	Завтрак								
	Суфле творожное школьное.	200	29,29	19,65	28,46	409,3	0,00	14	0,5
-	Сметана	15	0,37	1,98	0,49	21,51	0,00	0	0
-	Какао с молоком и витаминами Витошка	200	3,78	3,72	13,14	96,54	5,20	7	0
-	Батон	40	3,08	1,2	21,32	107,8	0,00	0	0
-	Сок (яблочный)	200	1	0,2	20,6	86,48	22,00	0	0
	Итого за 'Завтрак'		**37,52**	**26,76**	**84,01**	**721,7**	**27,20**	**0**	**0**
	3 день								
	Завтрак								
47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	200	8,89	6,24	39,02	247,8	0,00	0	0,5
32/10	Кофейный напиток с молоком (вариант 2)	200	3,14	3,21	9,5	77,79	0,00	5	0
-	Батон	80	6,16	2,4	42,64	215,6	0,00	0	0
	Джем	20	0,1	0	14,52	55,58	0,00	0	0
	Итого за 'Завтрак'		**18,29**	**11,84**	**105,7**	**596,8**	**0,00**	**0**	**0**
	4 день								
	Завтрак								
4/6	Омлет запеченный или паровой с сыром	200	21,84	23,55	3,11	312,2	71,57	0	1
29/10	Чай с лимоном (вариант 2)	200	0,12	0,02	5,06	20,53	0,00	4,88	0
-	Батон	40	3,08	1,2	21,32	107,8	0,00	0	0

-	Яблоки	150	0,6	0,6	17,4	73,02	25,50	0	0
	Итого за 'Завтрак'		**25,64**	**25,38**	**46,9**	**513,6**	**97,07**	**0**	**0**
	5 день								
	Завтрак								
9/4	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	200	5,19	6,34	40,44	238,5	0,00	5	0,5
	Джем	20	0,1	0	14,52	55,58	0,00	0	0
31/10	Чай с молоком (вариант 2)	200	1,5	1,59	12,14	66,5	0,00	10	0
-	Батон	80	6,16	2,4	42,64	215,6	0,00	0	0
	Итого за 'Завтрак'		**12,95**	**10,32**	**109,7**	**576,2**	**0,00**	**0**	**0**
	6 день								
	Завтрак								
5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	200	5,54	5,66	31,05	195,6	0,00	5	0,5
-	Масло сливочное	20	0,16	14,5	0,26	132,1	0,00	0	0
27/10	Чай (вариант 2)	200	0,08	0,02	4,95	19,22	0,00	5	0
-	Батон	60	4,62	1,8	31,98	161,7	0,00	0	0
4/13	Сыр (порциями)	20	5,26	5,32	0	70,12	15,76	0	0
	Итого за 'Завтрак'		**15,65**	**27,3**	**68,23**	**578,8**	**15,76**	**0**	**0**
	7 день								
	Завтрак								
8/5	Запеканка (сырники) из творога	200	33,8	19,2	26,86	418,5	90,33	13	0,5
-	Молоко сгущенное	15	1,08	1,28	8,33	47,61	0,00	0	0
-	Какао с молоком и витаминами Витошка	200	3,78	3,72	13,14	96,54	5,20	7	0
-	Батон	40	3,08	1,2	21,32	107,8	0,00	0	0
-	Масло сливочное	15	0,12	10,88	0,2	99,1	13,29	0	0
-	Сок (яблочный)	200	1	0,2	20,6	86,48	22,00	0	0
	Итого за 'Завтрак'		**42,86**	**36,47**	**90,44**	**856**	**130,81**	**0**	**0**
	8 день								
	Завтрак								
2/6	Омлет запеченный или паровой	200	19,46	21,19	3,39	281,6	63,73	0	1
	Джем	20	0,1	0	14,52	55,58	0,00	0	0
32/10	Кофейный напиток с молоком (вариант 2)	200	3,14	3,21	9,5	77,79	0,00	5	0
-	Батон	80	6,16	2,4	42,64	215,6	0,00	0	0
	Итого за 'Завтрак'		**28,85**	**26,8**	**70,05**	**630,6**	**63,73**	**0**	**0**
	9 день								
	Завтрак								
8/4	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	200	6,65	8,25	30,69	220,2	0,00	4	0,5
-	Масло сливочное	20	0,16	14,5	0,26	132,1	0,00	0	0
29/10	Чай с лимоном (вариант 2)	200	0,12	0,02	5,06	20,53	0,00	4,88	0
-	Батон	60	4,62	1,8	31,98	161,7	0,00	0	0

4/13	Сыр (порциями)	20	5,26	5,32	0	70,12	15,76	0	0
	Итого за 'Завтрак'		**16,81**	**29,89**	**67,99**	**604,7**	**15,76**	**0**	**0**
	10 день								
	Завтрак								
24/2	Суп молочный с лапшой	200	5,29	5,96	16,02	137,7	0,00	1,2	0,4
31/10	Чай с молоком (вариант 2)	200	1,5	1,59	12,14	66,5	0,00	10	0
-	Батон	80	6,16	2,4	42,64	215,6	0,00	0	0
-	Масло сливочное	20	0,16	14,5	0,26	132,1	0,00	0	0
	Итого за 'Завтрак'		**13,11**	**24,45**	**71,06**	**551,9**	**0,00**	**0**	**0**