

"УТВЕРЖДАЮ":

Директор ООО "Общественное питание"
города Татарска

Г.В. Ларионова

2026 г.

"СОГЛАСОВАНО":

Директор МБОУ "СОШ № 9 "

Демьяненко С.Ю.
2026 г.

Организация: ООО "Общественное питание" города Татарска
Перспективное меню и пищевая ценность блюд обучающихся 5-11 класс 2026-2027
Возрастная категория: от 12 до 18 лет
Характеристика питающихся: Без особенностей
Срок действия меню: 01.09.2026 - 31.05.2027

№ рецеп- туры	Название блюда	Масса, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углево- ды, г.	Эн. цен., ккал.	Сумма, руб.
	Понедельник, 1 неделя						
	Завтрак						
53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	13,00
54-2к	Каша вязкая молочная кукурузная	200	7,2	9,2	44	287,8	33,44
54-6о	Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	56,6	23,10
54-10гн	Чай с клюквой и сахаром	200	0,2	0,1	3,2	14,3	10,60
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	5,25
Пром.	Батон нарезной	40	3	1,2	20,6	104,7	5,31
	Итого за Завтрак	540	19,1	22,2	92,8	646,7	90,70
	Итого за день	540	19,1	22,2	92,8	646,7	90,70
	Вторник, 1 неделя						
	Завтрак						
54-6к	Каша вязкая молочная пшенная	160	6,2	7,6	28,2	206,2	23,64
54-2т	Запеканка из творога с морковью	130	13,5	7,9	19,6	203,7	56,35
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	2,8	12,3	1,63
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	3,15
Пром.	Повидло яблочное	30	0,1	0	19,5	78,5	5,93
	Итого за Завтрак	550	22,3	15,7	84,9	571	90,70
	Итого за день	550	22,3	15,7	84,9	571	90,70
	Среда, 1 неделя						
	Завтрак						
54-6г	Рис отварной	170	4,1	5,5	41,3	230,7	20,73
54-25м	Курица тушеная с морковью	90	12,7	5,2	4	113,2	57,99
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	3	13,4	5,37
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	6,61
	Итого за Завтрак	520	21,8	11,3	77,9	499,3	90,70
	Итого за день	520	21,8	11,3	77,9	499,3	90,70
	Четверг, 1 неделя						
	Завтрак						
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7	17,16
54-16к	Каша "Дружба"	200	5	5,9	24	168,9	23,14
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	5	36,4	7,83
Пром.	Батон нарезной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	2,70
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4	37,00
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	2,87
	Итого за Завтрак	565	14,3	12,6	63,9	426	90,70
	Итого за день	565	14,3	12,6	63,9	426	90,70

	Пятница, 1 неделя						
	Завтрак						
54-7з	Салат из белокочанной капусты	60	1,5	6,1	6,2	85,8	10,95
54-21г	Горошница	160	15,4	1,4	36	218,5	8,18
54-5м	Котлета из курицы	90	17,2	3,9	12,2	152,7	65,34
54-2соус	Соус белый основной	20	1,1	1,5	1	22,2	1,89
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	2,8	12,3	1,63
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	2,71
	Итого за Завтрак	550	36,9	13,1	68	538,4	90,70
	Итого за день	550	36,9	13,1	68	538,4	90,70
	Понедельник, 2 неделя						
	Завтрак						
53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	13,00
54-3г	Макароны отварные с сыром	250	13,2	11,4	47,8	346,2	48,17
54-14гн	Чай со смородиной и медом	200	0,4	0,1	8,2	35	18,05
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	4,73
Пром.	Батон нарезной	50	3,8	1,5	25,7	130,9	6,75
	Итого за Завтрак	550	20,5	20,6	101,5	672	90,70
	Итого за день	550	20,5	20,6	101,5	672	90,70
	Вторник, 2 неделя						
	Завтрак						
54-11г	Картофельное пюре	160	3,3	5,7	21,1	148,6	35,22
54-3м	Голубцы ленивые	90	7,6	6,9	5,8	115,5	42,84
54-2соус	Соус белый основной	40	2,3	3	2	44,3	3,78
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	2,8	12,3	1,63
Пром.	Хлеб пшеничный	70	5,3	0,6	34,4	164,1	7,23
	Итого за Завтрак	560	18,7	16,2	66,1	484,8	90,70
	Итого за день	560	18,7	16,2	66,1	484,8	90,70
	Среда, 2 неделя						
	Завтрак						
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7	16,55
54-18м	Печень говяжья по-строгановски	90	15,1	14,3	6	212,9	71,81
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	2,8	12,3	1,63
Пром.	Хлеб пшеничный	60	1,5	0,2	9,8	46,9	0,71
	Итого за Завтрак	500	25	20,8	54,5	505,8	90,70
	Итого за день	500	25	20,8	54,5	505,8	90,70
	Четверг, 2 неделя						
	Завтрак						
54-9к	Каша вязкая молочная овсяная	230	9,9	13	39,4	313,8	35,68
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	5	36,4	7,83
Пром.	Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	35	41,00
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	6,19
	Итого за Завтрак	590	16,9	14,8	81,4	525,8	90,70
	Итого за день	590	16,9	14,8	81,4	525,8	90,70
	Пятница, 2 неделя						
	Завтрак						
54-6г	Рис отварной	180	4,3	5,8	43,7	244,2	20,73
54-11р	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	90	12,5	6,7	5,6	132,4	62,55
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	2,8	12,3	1,63
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	5,79
	Итого за Завтрак	520	20,8	12,9	76,7	506,1	90,70
	Итого за день	520	20,8	12,9	76,7	506,1	90,70

2026 г.

Для документов

2026 г.

Срок действия меню: 01.09.2026 - 30.05.2027

Срок действия меню: 01.09.2026 - 30.05.2027							
№ рецеп- туры	Название блюда	Масса, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Угле- воды, г.	Эн. цен., ккал	Сумма, руб.
	Понедельник, 1 неделя						
	Завтрак						
53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	13,00
54-2к	Каша вязкая молочная кукурузная	200	7,2	9,2	44	287,8	33,44
54-6о	Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	56,6	23,10
54-10гн	Чай с клюквой и сахаром	200	0,2	0,1	3,2	14,3	10,60
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	3,99
Пром.	Батон нарезной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	2,70
	Итого за Завтрак	500	16,1	21,4	72,7	547,4	86,83
	Итого за день	500	16,1	21,4	72,7	547,4	86,83
	Вторник, 1 неделя						
	Завтрак						
54-6к	Каша вязкая молочная пшенная	100	4,2	5,1	18,8	137,5	15,76
54-2т	Запеканка из творога с морковью	140	14,5	8,5	21,1	219,4	60,68
54-1гн	Чай без сахара	200	0,2	0	0,1	1,4	1,18
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	4,20
Пром.	Повидло яблочное	20	0,1	0	13	52,3	5,01
	Итого за Завтрак	500	22	13,9	75,4	515,3	86,83
	Итого за день	500	22	13,9	75,4	515,3	86,83
	Среда, 1 неделя						
	Завтрак						
54-6г	Рис отварной	200	4,8	6,4	48,6	271,4	23,04
54-25м	Курица тушеная с морковью	90	12,7	5,2	4	113,2	57,99
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	2,8	12,3	1,63
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	4,17
	Итого за Завтрак	530	20,7	11,9	72,4	479,8	86,83
	Итого за день	530	20,7	11,9	72,4	479,8	86,83
	Четверг, 1 неделя						
	Завтрак						
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	10	2,3	3	0	35,8	11,44
54-16к	Каша "Дружба"	180	4,5	5,3	21,6	152	20,82
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	5	36,4	7,83
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	4,24
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4	37,00
Пром.	Батон нарезной	40	3	1,2	20,6	104,7	5,30
	Итого за Завтрак	575	15,2	11,4	79,1	478,8	86,63
	Итого за день	575	15,2	11,4	79,1	478,8	86,63
	Пятница, 1 неделя						
	Завтрак						

54-7з	Салат из белокочанной капусты	60	1,5	6,1	6,2	85,8	10,95
54-21г	Горошница	150	14,5	1,3	33,8	204,8	7,67
54-5м	Котлета из курицы	80	15,3	3,5	10,9	135,7	58,08
54-2соус	Соус белый основной	20	1,1	1,5	1	22,2	1,89
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	200	0,2	0,1	3,9	17,1	6,63
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	1,61
	Итого за Завтрак	530	34,1	12,7	65,6	512,5	86,83
	Итого за день	530	34,1	12,7	65,6	512,5	86,83
	Понедельник, 2 неделя						
	Завтрак						
53-19з	Масло сливочное (порциями)	15	0,1	10,9	0,2	99,1	19,50
54-3г	Макароны отварные с сыром	200	10,5	9,1	38,2	277	38,54
54-14гн	Чай со смородиной и медом	200	0,4	0,1	8,2	35	18,05
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	5,34
Пром.	Батон нарезной	40	3	1,2	20,6	104,7	5,40
	Итого за Завтрак	500	17,4	21,7	89,3	621,3	86,83
	Итого за день	500	17,4	21,7	89,3	621,3	86,83
	Вторник, 2 неделя						
	Завтрак						
54-11г	Картофельное пюре	160	3,3	5,7	21,1	148,6	35,22
54-3м	Голубцы ленивые	80	6,8	6,1	5,1	102,6	38,08
54-2соус	Соус белый основной	40	2,3	3	2	44,3	3,78
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	3	13,4	5,37
Пром.	Хлеб пшеничный	70	5,3	0,6	34,4	164,1	4,38
	Итого за Завтрак	550	17,9	15,5	65,6	473	86,83
	Итого за день	550	17,9	15,5	65,6	473	86,83
	Среда, 2 неделя						
	Завтрак						
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7	16,55
54-18м	Печень говяжья по-строгановски	80	13,4	12,7	5,4	189,2	63,83
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	2,8	12,3	1,63
Пром.	Хлеб пшеничный	70	5,3	0,6	34,4	164,1	4,82
	Итого за Завтрак	500	27,1	19,6	78,5	599,3	86,83
	Итого за день	500	27,1	19,6	78,5	599,3	86,83
	Четверг, 2 неделя						
	Завтрак						
54-9к	Каша вязкая молочная овсяная	200	8,6	11,3	34,3	272,8	31,03
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	5	36,4	7,83
Пром.	Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	35	41,00
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	6,97
	Итого за Завтрак	560	15,6	13,1	76,3	484,8	86,83
	Итого за день	560	15,6	13,1	76,3	484,8	86,83
	Пятница, 2 неделя						
	Завтрак						
54-6г	Рис отварной	170	4,1	5,5	41,3	230,7	19,58
54-11р	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	80	11,1	5,9	5	117,7	55,60
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	200	0,2	0,1	3,9	17,1	6,63
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	5,02
	Итого за Завтрак	500	19,2	11,9	74,8	482,7	86,83
	Итого за день	500	19,2	11,9	74,8	482,7	86,83

"УТВЕРЖДАЮ":

Директор ООО "Общественное питание"
города Татарска



"СОГЛАСОВАНО"
Директор МБОУ "СОШ № 9 "

Директор МБОУ "СОШ № 9 "

2026 г.

Организация: ООО "Общественное питание" города Татарска

Перспективное меню и пищевая ценность блюд обучающихся ОВЗ 1-4 класс 2026-2027

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

Характеристика питающихся: Дети с ОВЗ

Срок действия меню: 01.09.2026 - 31.05.2027

№ рецеп- туры	Название блюда	Масса, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Угле- воды, г.	Эн.цен. ккал	Сумма, руб.
	Понедельник, 1 неделя						
	Завтрак						
53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	13,00
54-2к	Каша вязкая молочная кукурузная	200	7,2	9,2	44	287,8	33,44
54-6о	Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	56,6	23,10
54-10гн	Чай с клюквой и сахаром	200	0,2	0,1	3,2	14,3	10,60
Пром.	Батон нарезной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	2,70
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	3,99
	Итого за Завтрак	500	16,1	21,4	72,7	547,4	86,83
	Обед						
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	8,9	11,2	11,2	180,8	19,68
54-1г	Макароны отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8	16,81
54-5м	Котлета из курицы	80	15,3	3,5	10,9	135,7	58,05
54-2соус	Соус белый основной	20	1,1	1,5	1	22,2	1,89
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	200	0,2	0,1	3,9	17,1	6,63
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	1,61
	Итого за Обед	670	32,3	21,4	69,6	599,5	104,67
	Итого за день	1170	48,4	42,8	142,3	1146,9	191,50
	Вторник, 1 неделя						
	Завтрак						
54-6к	Каша вязкая молочная пшеничная	100	4,2	5,1	18,8	137,5	15,76
54-2т	Запеканка из творога с морковью	140	14,5	8,5	21,1	219,4	60,68
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	2,8	12,3	1,63
Пром.	Повидло яблочное	20	0,1	0	13	52,3	4,56
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	4,20
	Итого за Завтрак	500	22	13,9	75,4	515,3	86,83
	Обед						
54-8с	Суп гороховый	170	8,6	7,7	14,5	161,8	12,22
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7	16,55
54-24м	Шницель из курицы	80	15,3	2,9	10,7	130,3	60,40
54-3соус	Соус красный основной	20	1,2	1,2	1,9	22,9	2,94
54-35хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0	19,8	80,8	11,43
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	1,13
	Итого за Обед	640	35,2	18,3	92,6	676,4	104,67
	Итого за день	1140	57,2	32,2	168	1191,7	191,50

	Среда, 1 неделя						
	Завтрак						
54-22к	Каша жидкая молочная овсяная	130	4,4	4,8	16	125,2	16,15
54-1о	Омлет натуральный	120	10,1	14,4	2,6	180,4	60,43
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	3	13,4	5,37
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	4,88
	Итого за Завтрак	490	17,7	19,6	41,3	412,8	86,83
	Обед						
54-18с	Свекольник (со сметаной)	230	2,1	4,9	12,3	101,5	21,23
54-6г	Рис отварной	170	4,1	5,5	41,3	230,7	19,58
54-25м	Курица тушеная с морковью	90	12,7	5,2	4	113,2	57,99
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	2,8	12,3	1,63
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	4,24
	Итого за Обед	730	22,1	15,9	80,1	551,5	104,67
	Итого за день	1220	39,8	35,5	121,4	964,3	191,50
	Четверг, 1 неделя						
	Завтрак						
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	10	2,3	3	0	35,8	11,44
54-16к	Каша "Дружба"	180	4,5	5,3	21,6	152	20,82
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	5	36,4	7,83
Пром.	Батон нарезной	40	3	1,2	20,6	104,7	5,54
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4	37,00
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	4,20
	Итого за Завтрак	570	14,8	11,3	76,7	467,1	86,83
	Обед						
54-10с	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)	200	9,6	11,6	11,9	190,3	14,94
54-11г	Картофельное пюре	150	3,1	5,3	19,8	139,4	33,02
54-3м	Голубцы ленивые	90	7,6	6,9	5,8	115,5	42,84
54-35хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,4	0	19,8	80,8	11,43
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	2,44
	Итого за Обед	660	22,2	24	67,1	572,9	104,67
	Итого за день	1230	37	35,3	143,8	1040	191,50
	Пятница, 1 неделя						
	Завтрак						
54-6к	Каша вязкая молочная пшенная	200	8,3	10,1	37,6	274,9	31,52
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	200	0,2	0,1	3,9	17,1	6,63
Пром.	Корж молочный	75	4,5	16,3	40,3	326,1	45,00
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	3,68
	Итого за Завтрак	505	15,3	26,7	96,6	688,4	86,83
	Обед						
54-7з	Салат из белокочанной капусты	60	1,5	6,1	6,2	85,8	10,95
54-3с	Рассольник Ленинградский	170	7,4	9,3	12,4	162,8	20,49
54-21г	Горошница	150	14,5	1,3	33,8	204,8	7,67
54-23м	Биточек из курицы	80	15,3	2,9	10,7	130,2	60,38
54-2соус	Соус белый основной	20	1,1	1,5	1	22,2	1,89
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	2,8	12,3	1,63
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	1,66
	Итого за Обед	700	41,5	21,3	76,7	665	104,67
	Итого за день	1205	56,8	48	173,3	1353,4	191,50

	Понедельник, 2 неделя						
	Завтрак						
53-19з	Масло сливочное (порциями)	15	0,1	10,9	0,2	99,1	19,50
54-3г	Макароны отварные с сыром	200	10,5	9,1	38,2	277	38,54
54-14гн	Чай со смородиной и медом	200	0,4	0,1	8,2	35	18,05
Пром.	Батон нарезной	40	3	1,2	20,6	104,7	5,40
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	5,34
	Итого за Завтрак	500	17,4	21,7	89,3	621,3	86,83
	Обед						
54-24с	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	8,5	7	16,4	162,4	15,11
54-6г	Рис отварной	170	4,1	5,5	41,3	230,7	19,58
54-25м	Курица тушеная с морковью	80	11,3	4,6	3,5	100,7	51,55
54-4хн	Компот из изюма	200	0,4	0,1	18,3	75,9	13,83
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	4,60
	Итого за Обед	700	28,1	17,6	104,1	686,9	104,67
	Итого за день	1200	45,5	39,3	193,4	1308,2	191,50
	Вторник, 2 неделя						
	Завтрак						
54-2к	Каша вязкая молочная кукурузная	190	6,9	8,7	41,8	273,4	34,36
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	3	13,4	5,37
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	2,10
Пром.	Булочка с повидлом	100	8	14	56	382	45,00
	Итого за Завтрак	510	16,6	23	110,6	715,7	86,83
	Обед						
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	8,9	11,2	11,2	180,8	17,63
54-11г	Картофельное пюре	150	3,1	5,3	19,8	139,4	33,02
54-3м	Голубцы ленивые	80	6,8	6,1	5,1	102,6	38,08
54-2соус	Соус белый основной	20	1,1	1,5	1	22,2	1,89
54-31хн	Компот из клубники	200	0,1	0	7,2	29,3	11,95
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	2,10
	Итого за Обед	670	21,5	24,3	54,1	521,2	104,67
	Итого за день	1180	38,1	47,3	164,7	1236,9	191,50
	Среда, 2 неделя						
	Завтрак						
54-6к	Каша вязкая молочная пшенная	220	9,1	11,1	41,4	302,4	34,67
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	5	36,4	7,83
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4	37,00
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	7,33
	Итого за Завтрак	580	15,7	13,1	85,7	523,8	86,83
	Обед						
54-11с	Суп крестьянский с крупой (крупя рисовая)	180	8,5	9,6	11,2	164,9	17,58
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7	16,55
54-18м	Печень говяжья по-строгановски	80	13,4	12,7	5,4	189,2	63,83
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	3	13,4	5,37
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	1,34
	Итого за Обед	630	31,8	28,9	65,3	648,1	104,67
	Итого за день	1210	47,5	42	151	1171,9	191,50
	Четверг, 2 неделя						
	Завтрак						

54-9к	Каша вязкая молочная овсяная	200	8,6	11,3	34,3	272,8	31,03
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	5	36,4	7,83
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	6,97
Пром.	Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	35	41,00
	Итого за Завтрак	560	15,6	13,1	76,3	484,8	86,83
	Обед						
54-18с	Свекольник (со сметаной)	200	1,8	4,3	10,7	88,3	17,07
54-21г	Горошница	150	14,5	1,3	33,8	204,8	7,67
54-5м	Котлета из курицы	90	17,2	3,9	12,2	152,7	65,34
54-2соус	Соус белый основной	20	1,1	1,5	1	22,2	1,89
54-10гн	Чай с клюквой и сахаром	200	0,2	0,1	3,2	14,3	10,60
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	2,10
	Итого за Обед	680	36,3	11,3	70,7	529,2	104,67
	Итого за день	1240	51,9	24,4	147	1014	191,50
	Пятница, 2 неделя						
	Завтрак						
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	10	2,3	3	0	35,8	11,44
54-13к	Каша вязкая молочная пшеничная	100	4,1	4,6	19,3	135,1	16,88
54-1о	Омлет натуральный	100	8,5	12	2,2	150,3	50,34
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	2,8	12,3	1,69
Пром.	Батон нарезной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	2,70
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	3,78
	Итого за Завтрак	450	18,1	20,4	44,4	432,7	86,83
	Обед						
54-8с	Суп гороховый	200	10,1	9	17,1	190,3	14,38
54-6г	Рис отварной	150	3,6	4,8	36,4	203,5	17,28
54-11р	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	90	12,5	6,7	5,6	132,4	62,55
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	200	0,2	0,1	3,9	17,1	6,63
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	3,83
	Итого за Обед	690	30,2	21	87,6	660,5	104,67
	Итого за день	1140	48,3	41,4	132	1093,2	191,50

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор ООО "Общественное питание"
города Татарска

Г.В. Дарионова
2026 г.

"СОГЛАСОВАНО"
Директор МБОУ СОШ № 9 "

Для
Директор МБОУ СОШ № 9
2026 г.

Организация: ООО "Общественное питание" города Татарска
Перспективное меню и пищевая ценность блюд обучающихся ОВЗ 5-11 класс 2026-2027
Возрастная категория: от 12 до 18 лет
Характеристика питающихся: Дети с ОВЗ
Срок действия меню: 01.09.2026 - 31.05.2027

№ рецеп-туры	Название блюда	Масса, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Угле-воды, г.	Эн.цен. ккал.	Сумма, руб.
	Понедельник, 1 неделя						
	Завтрак						
53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	66,1	13
54-2к	Каша вязкая молочная кукурузная	200	7,2	9,2	44	287,8	33,44
54-6о	Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	56,6	23,1
54-10гн	Чай с клюквой и сахаром	200	0,2	0,1	3,2	14,3	10,5
Пром.	Батон нарезной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	2,7
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	2,1
	Итого за Завтрак	490	15,3	21,4	67,7	524	84,84
	Обед						
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	11,2	13,9	13,9	225,9	24,59
54-1г	Макароны отварные	200	7,1	6,6	43,7	262,4	22,41
54-5м	Котлета из курицы	100	19,1	4,3	13,6	169,7	72,61
54-2соус	Соус белый основной	30	1,7	2,3	1,5	33,2	2,84
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	200	0,2	0,1	3,9	17,1	6,63
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	3,28
	Итого за Обед	810	41,6	27,4	91,4	778,6	132,36
	Итого за день	1300	56,9	48,8	159,1	1302,6	217,2
	Вторник, 1 неделя						
	Завтрак						
54-6к	Каша вязкая молочная пшеничная	100	4,2	5,1	18,8	137,5	15,76
54-2т	Запеканка из творога с морковью	140	14,5	8,5	21,1	219,4	60,68
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	2,8	12,3	1,63
Пром.	Повидло яблочное	20	0,1	0	13	52,3	4
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	3,15
	Итого за Завтрак	490	21,3	13,8	70,5	491,8	85,22
	Обед						
54-8с	Суп гороховый	250	12,7	11,3	21,4	237,9	17,97
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,9	7,6	43,1	280,4	19,86
54-24м	Шницель из курицы	100	19,1	3,6	13,4	162,9	75,5
54-3соус	Соус красный основной	20	1,2	1,2	1,9	22,9	2,94
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	13,41
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	2,3
	Итого за Обед	770	44,9	23,9	109,4	832	131,98
	Итого за день	1260	66,2	37,7	179,9	1323,8	217,2
	Среда, 1 неделя						
	Завтрак						
54-22к	Каша жидкая молочная овсяная	150	5,1	5,6	18,5	144,5	18,64
54-1о	Омлет натуральный	140	11,8	16,8	3	210,5	70,51

54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	3	13,4	5,37
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	4,2
	Итого за Завтрак	530	20,1	22,8	44,2	462,2	98,72
	Обед						
54-18с	Свекольник (со сметаной)	270	2,4	5,8	14,4	119,2	24,92
54-6г	Рис отварной	200	4,8	6,4	48,6	271,4	23,04
54-25м	Курица тушеная с морковью	100	14,1	5,7	4,4	125,8	64,43
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	2,8	12,3	1,69
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	4,4
	Итого за Обед	810	24,5	18,2	89,9	622,5	118,48
	Итого за день	1340	44,6	41	134,1	1084,7	217,2
	Четверг, 1 неделя						
	Завтрак						
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	10	2,3	3	0	35,8	11,44
54-16к	Каша "Дружба"	200	5	5,9	24	168,9	23,14
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	5	36,4	7,83
Пром.	Батон нарезной	40	3	1,2	20,6	104,7	5,4
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4	37
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	4,2
	Итого за Завтрак	590	15,3	11,9	79,1	484	89,01
	Обед						
54-10с	Суп крестьянский с крупой (крупка перловая)	250	12	14,5	14,8	237,9	18,67
54-11г	Картофельное пюре	200	4,1	7,1	26,4	185,8	44,03
54-3м	Голубцы ленивые	100	8,4	7,7	6,4	128,3	47,6
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	13,41
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	4,48
	Итого за Обед	790	28	29,6	87,1	726,8	128,19
	Итого за день	1380	43,3	41,5	166,2	1210,8	217,2
	Пятница, 1 неделя						
	Завтрак						
54-6к	Каша вязкая молочная пшенная	200	8,3	10,1	37,6	274,9	31,52
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	200	0,2	0,1	3,9	17,1	6,63
Пром.	Корж молочный	75	4,5	16,3	40,3	326,1	45
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	2,1
	Итого за Завтрак	495	14,5	26,7	91,6	665	85,25
	Обед						
54-7з	Салат из белокочанной капусты	60	1,5	6,1	6,2	85,8	10,95
54-3с	Рассольник Ленинградский	250	10,9	13,7	18,2	239,4	30,13
54-21г	Горошница	180	17,3	1,6	40,5	245,8	9,2
54-23м	Биточек из курицы	100	19,1	3,6	13,4	162,8	75,47
54-2соус	Соус белый основной	20	1,1	1,5	1	22,2	1,89
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	2,8	12,3	1,63
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	2,68
	Итого за Обед	840	52,4	26,7	96,9	838,6	131,95
	Итого за день	1335	66,9	53,4	188,5	1503,6	217,2
	Понедельник, 2 неделя						
	Завтрак						
53-19з	Масло сливочное (порциями)	15	0,1	10,9	0,2	99,1	19,3
54-3г	Макароны отварные с сыром	230	12,1	10,5	43,9	318,5	44,33
54-14гн	Чай со смородиной и медом	200	0,4	0,1	8,2	35	18,03
Пром.	Батон нарезной	40	3	1,2	20,6	104,7	4,2
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	5,2
	Итого за Завтрак	525	18,6	23	92,6	651,1	91,47

	Обед						
54-24с	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	10,6	8,7	20,5	203	18,88
54-6г	Рис отварной	200	4,8	6,4	48,6	271,4	23,04
54-25м	Курица тушеная с морковью	100	14,1	5,7	4,4	125,8	64,43
54-4хн	Компот из изюма	200	0,4	0,1	18,3	75,9	13,83
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	5,55
	Итого за Обед	800	33,7	21,3	116,4	793,3	125,73
	Итого за день	1325	52,3	44,3	209	1444,4	217,2
	Вторник, 2 неделя						
	Завтрак						
54-2к	Каша вязкая молочная кукурузная	200	7,2	9,2	44	287,8	33,44
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	3	13,4	5,17
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	3,15
Пром.	Булочка с повидлом	100	8	14	56	382	45
	Итого за Завтрак	530	17,7	23,5	117,8	753,5	86,76
	Обед						
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	11,2	13,9	13,9	225,9	24,59
54-11г	Картофельное пюре	180	3,7	6,4	23,8	167,2	39,63
54-3м	Голубцы ленивые	100	8,4	7,7	6,4	128,3	47,6
54-2соус	Соус белый основной	30	1,7	2,3	1,5	33,2	2,84
54-31хн	Компот из клубники	200	0,1	0	7,2	29,3	11,95
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	3,83
	Итого за Обед	790	27,4	30,5	67,6	654,2	130,44
	Итого за день	1320	45,1	54	185,4	1407,7	217,2
	Среда, 2 неделя						
	Завтрак						
54-6к	Каша вязкая молочная пшеничная	200	8,3	10,1	37,6	274,9	31,52
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	5	36,4	7,83
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4	37
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	6,3
	Итого за Завтрак	560	14,9	12,1	81,9	496,3	82,65
	Обед						
54-11с	Суп крестьянский с крупой (крупя рисовая)	270	12,8	14,4	16,8	247,4	26,37
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,9	7,6	43,1	280,4	19,86
54-18м	Печень говяжья по-строгановски	100	16,8	15,9	6,7	236,5	79,79
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	3	13,4	5,37
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	3,16
	Итого за Обед	780	42	38,2	84,4	848	134,55
	Итого за день	1340	56,9	50,3	166,3	1344,3	217,2
	Четверг, 2 неделя						
	Завтрак						
54-9к	Каша вязкая молочная овсяная	250	10,7	14,1	42,9	341	38,78
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	5	36,4	7,83
Пром.	Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	35	41
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	5,25
	Итого за Завтрак	600	16,9	15,8	80	529,6	92,86
	Обед						
54-18с	Свекольник (со сметаной)	250	2,2	5,3	13,4	110,4	23,08
54-21г	Горошница	200	19,3	1,8	45	273,1	10,23
54-5м	Котлета из курицы	100	19,1	4,3	13,6	169,7	72,61
54-2соус	Соус белый основной	40	2,3	3	2	44,3	3,78

54-10гн	Чай с клюквой и сахаром	200	0,2	0,1	3,2	14,3	10,6
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	4,04
	Итого за Обед	830	46,1	14,8	96,9	705,6	124,34
	Итого за день	1430	63	30,6	176,9	1235,2	217,2
	Пятница, 2 неделя						
	Завтрак						
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	10	2,3	3	0	35,8	11,44
54-13к	Каша вязкая молочная пшеничная	120	4,9	5,5	23,2	162,2	20,26
54-1о	Омлет натуральный	120	10,1	14,4	2,6	180,4	60,43
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	2,8	12,3	1,6
Пром.	Батон нарезной	20	1,5	0,6	10,3	52,3	2,7
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	2,1
	Итого за Завтрак	490	20,5	23,7	48,7	489,9	98,53
	Обед						
54-8с	Суп гороховый	250	12,7	11,3	21,4	237,9	17,97
54-6г	Рис отварной	200	4,8	6,4	48,6	271,4	23,04
54-11р	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	100	13,9	7,4	6,3	147,1	69,5
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	200	0,2	0,1	3,9	17,1	6,03
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	46,9	2,13
	Итого за Обед	770	33,1	25,4	90	720,4	118,6
	Итого за день	1260	53,6	49,1	138,7	1210,3	217,2