Утверждаю:
Директор МКОУ Садовской СОШ
Кронцева Е.Ю._____

Меню ОВЗ
на " 14._09.__2026г.

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г	
белки	жиры	углеводы				
				Завтрак		
5,61	10,17	30,69	242,84	Каша жидкая молочная рисовая	200	
3,25	0,35	25,15	120	Хлеб пшеничный	50	
0,14	0,04	9,53	39,99	Чай с сахаром	200	
2,6	0,5	13,4	68,3	Хлеб ржаной	60	
4,6	5,9	0	71,7	Сыр твердых сортов в нарезке	30	
0,1	7,3	0,1	66,1	Масло сливочное (порциями)	10	
25,65	**43,09**	**102,92**	**608,93**		**550**	
				Обед		
4,29	8,39	11,17	139,48	Суп с макаронными изделиями	250	
8,38	8,25	41,14	276,58	Рис припущенный	150	
4,76	5,21	0	80,65	Биточек из говядины	80	
0,3	0,68	1,73	14,34	Соус томатный	60	
1,68	0,43	32,48	133	Йогурт 2,0%	100	
1	0	20,2	92	Сок фруктовый	200	
3,35	0,35	25,15	120	Хлеб	50	
25,83	**28,78**	**136,84**	**931,6**		**890**	

_____

МКОУ Садовская СОШ

Меню ОВЗ с 12 до 18 лет
на " 15._09.__2026г.

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г	
белки	жиры	углеводы				
				Завтрак		
5,3	4,9	32,8	196,8	Макароны отварные	150	
15,3	14,8	3,5	208	Гуляш из говядины	90	
0,2	0,1	3	13,4	Чай с лимоном и сахаром	200	
3	0,3	19,7	93,8	Хлеб пшеничный	40	
2,6	0,5	13,4	51,2	Хлеб ржаной	30	
1,5	6,1	16,2	85,8	Салат из белокачанной капусты	60	
27,3	**26,6**	**75,2**	**649,6**		**570**	
				Обед		
5,28	8,9	11,48	150,15	Борщ с капустой и картофелем	250	
12,03	12,28	29,02	280,83	Плов из отварной курицей	200	
2,3	0,8	31,5	141,8	Банан	150	
4,6	0,5	29,5	140,6	Хлеб пшеничный	60	
0,9	10,2	7,1	123,8	Салат из моркови и яблок	100	
2,6	0,5	13,4	68,3	Хлеб ржаной	40	
40,8	**22,5**	**123,6**	**858,4**		**800**	
68,1	**49,1**	**198,8**	**1508**			

_____

_____

Меню ОВЗ

на "_ 16. _09.__2026г.

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г	
белки	жиры	углеводы				
				Завтрак		
11	8,5	47,9	311,6	Каша гречневая рассыпчатая	200	
9,92	8,61	13,83	174,45	Шницель из говядины	100	
1,1	0,1	17,2	73,6	Компот из смеси сухофруктов	180	
3,8	0,4	24,6	117,2	Хлеб пшеничный	50	
1,5	6,1	6,2	85,8	Салат из капусты с овощами	100	
0,9	4,9	2	55,8	Соус сметанный	30	
2,6	0,5	13,4	68,3	Хлеб ржаной	40	
31,5	**18,4**	**111,8**	**738,1**		**600**	
				Обед		
6,96	11,43	10,83	179,22	Суп с рыбными консервами	250	
6,25	1,55	51,38	231,66	Вареники с картофелем	200	
0,52	0	38,4	150,63	Кампот из кураги	220	
3,35	0,35	25,15	120	Хлеб пшеничный	50	
2,3	5	17	132	Апельсин	180	
2,9	0,2	5,9	36,9	Горошек зеленый	100	
42	**21,3**	**120,9**	**841,9**		**1040**	
73,5	**39,7**	**232,7**	**1580**		**1640**	

Меню ОВЗ

на "_17. _09.__2026г.

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г	
белки	жиры	углеводы				
				Завтрак		
15,3	14,7	38,6	348,2	Плов с отварной говядины	200	
1,1	3,2	10	73,4	Салат из свеклы с курагой и изюмом	60	
4,7	3,5	8,9	85,9	Какао с молоком	200	
3,8	0,4	24,6	117,2	Хлеб пшеничный	50	
2,6	0,5	13,4	68,3	Хлеб ржаной	40	
27,5	**22,3**	**95,5**	**693**		**550**	
				Обед		
2,05	3,1	12,58	86,5	Суп картофельный с клецками	250	
28,4	28,86	36,23	266,66	Курица тушеная с морковью сметанной соусе	100	
4,4	5,3	30,5	187,1	Каша перловая рассыпчат.	180	
3,35	0,35	25,15	120	Хлеб пшеничный	50	
4,5	2	6,5	62	Йогурт 2,0%	100	
1,28	0	23,76	98,9	Сок персиковый	200	
0	0	0	0	Хлеб ржаной	40	
34,6	**18,7**	**132,2**	**835,7**		**920**	
62,1	**41**	**227,7**	**1528,7**		**1470**	

Меню ОВЗ

на _18.__09.___2026г.

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г	
белки	жиры	углеводы				
				Завтрак		
3,05	10,05	19,32	179,45	Картофельное пюре	150	
13,4	8,28	5,06	147,6	Рыба запеченая в сметанном соусе(минтай)	80	
0,14	0,04	9,53	39,99	Чай с сахаром	180	
3,35	0,35	25,15	120	Хлеб пшеничный	50	
1,5	6,1	6,2	85,5	Салат винегрет с растительным маслрм	60	
21,44	**24,82**	**65,26**	**572,54**		**520**	
				Обед		
3,98	6,22	6,96	100,91	Щи из свежей капусты со сметаной	250	
17,02	8,11	44,59	318,22	Пельмени мясные	200	
1,28	0	23,76	98,9	Сок яблочный	200	
3,35	0,35	25,15	120	Хлеб пшеничный	50	
0,6	0,6	14,7	70,5	яблоко	150	
26,23	**15,28**	**115,16**	**708,53**		850	
46,04	**55,7**	**191,56**	**1464,04**		0	