

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ПРОГИМНАЗИЯ №66/1»



«Утверждаю»

Директор МКОУ
«Прогимназия №66/1»

З.А. Сарахова

Приказ №24 от 20.08.2026г.

*Менюготавливаемых блюд для детей
обучающихся с ОВЗ
(завтрак и обед)*

на 2026 – 2027 учебный год.

Возрастная категория: от 7 – 11 лет.

День первый.
Школьники от 7 до 11 лет.

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность				№ Рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
Завтрак						
Яйцо варенное	1/1	5,08	4,60	0,28	63	№209
Бутерброд с маслом и сыром	35/10/10	4,3	8,36	6,82	202	№3
Чай с сахаром	200	0	0	7	56	№411
Обед						
Борщ с капустой и картофелем	200	6,15	10,03	10,55	195	№57
Сметана к борщу	10	0,21	1,20	0,29	25,92	№488
Гуляш с подливой	90	22,4	8,6	27,4	204	№55
Макароны отварные с маслом сливочным	150	4,3	2,9	25,4	109	№309
Компот из свежих плодов	200	0	0	23,8	113	№372
Хлеб пшеничный	50	7,6	3,0	29,3	228	№701
Хлеб ржаной	30	2	0	17	71	№95
Печенье ювелирное	20	1,6	3,6	13	92	ПР

День второй.
Школьники от 7 до 11 лет.

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность				№ Рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
Завтрак						
Каша рисовая	200	5,28	9,35	27,6	204	№330
Бутерброд с маслом	35/10	2,3	4,36	14,62	150	№1
Чай с сахаром	200	0	0	12,2	72	№411
Обед						
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	3,31	2,21	18,14	182	№82
Сметана к супу	10	0,21	1,20	0,29	25,92	№488
Котлеты из говядины	90	9,36	9,54	11,7	192	№282
Икра свекольная	150	8,1	13,9	7,2	190	№55
Кисель из ягод	200	0,2	0	19,8	80,8	№383
Хлеб пшеничный	50	7,6	3,0	29,3	228	№701
Хлеб ржаной	30	2	0	17	71	№95
Яблоки	100	0,4	0,4	9,8	47	№ 368

День третий.
Школьники от 7 до 11 лет.

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность				№ Рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
Завтрак						
Каша пшенная	200	5,67	5,28	32,55	200	№331
Бутерброд с маслом	35/10	2,3	4,36	14,62	150	№1
Чай с сахаром	200	0	0	16	72	№411
Обед						
Суп фасолевый	200	5,12	5,35	27,95	128	№87
Сметана к супу	10	0,21	1,20	0,29	25,92	№488
Мясо птицы тушеное с овощами	240	32	16,8	4,8	411	№322
Компот из свежих плодов	200	0	0	23,8	113	№372
Хлеб пшеничный	50	7,6	3,0	29,3	228	№701
Хлеб ржаной	30	2	0	17	71	№95

День четвертый.
Школьники от 7 до 11 лет.

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность				№ Рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
Завтрак						
Каша манная	200	6,21	7,47	25,09	192	№331
Бутерброд с маслом	35/10	2,3	4,36	14,62	150	№1
Чай с сахаром	200	0	0	7	56	№411
Обед						
Суп свекольник	200	1,2	4,3	9,7	93	№58
Сметана к супу	10	0,21	1,20	0,29	25,92	№488
Котлеты рыбные на пару	90	10	4,1	5,2	80	№273
Макароны отварные	150	5,1	6,2	35	175	№309
Компот из свежих плодов	200	0	0	23,8	113	№372
Хлеб пшеничный	50	7,6	3,0	29,3	228	№701
Хлеб ржаной	30	2	0	17	71	№95
Печенье «Ювелирное»	20	1,6	3,6	13	92	ПР

День пятый.
Школьники от 7 до 11 лет.

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность				№ Рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
Завтрак						
Каша ячневая	200	6,9	8,1	39	264	№ 331
Бутерброд с маслом	35/10	2,3	4,36	14,62	150	№1
Чай с сахаром	200	0	0	16	72	№411
Обед						
Суп гороховый	200	3,8	4	11,5	186	№87
Тефтели из говядины с рисом	90	9,36	9,54	11,7	174	№282
Гречка рассыпчатая с маслом	200	7,21	4,1	35,93	176	№218
Кисель ягодный	200	0,2	0	19,8	80,8	№383
Хлеб пшеничный	50	7,6	3,0	29,3	228	№701
Хлеб ржаной	30	2	0	17	71	№95

День шестой.
Школьники от 7 до 11 лет.

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность				№ Рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
Завтрак						
Каша пшениная	200	6,21	7,47	25,09	215	№331
Бутерброд с маслом	35/10	2,3	4,36	14,62	150	№1
Чай с сахаром	200	0	0	16	72	№411
Обед						
Щи из свежей капусты	200	4,2	5,6	4,2	179	№73
Сметана к супу	10	0,21	1,20	0,29	25,92	№488
Биточки из говядины	90	8,36	8,52	12,7	180	№282
Макароны отварные с маслом сл.	150	5,1	6,2	35	175	№309
Компот из свежих плодов	200	0	0	23,8	113	№372
Хлеб пшеничный	50	7,6	3,0	29,3	228	№701
Хлеб ржаной	30	2	0	17	71	№95

День седьмой.
Школьники от 7 до 11 лет.

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность				№ Рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
Завтрак						
Каша рисовая	200	5,28	9,35	22,2	199	№330
Бутерброд с маслом	35/10	2,3	4,36	14,62	150	№1
Чай с сахаром	200	0	0	7	56	№411
Обед						
Суп перловый	200	8	3,2	14,4	181	№86
Сметана к супу	10	0,21	1,20	0,29	25,92	№488
Котлеты из говядины	90	13,5	17,2	1,4	208	№282
Тушенная капуста с овощами	150	2,1	1,5	7,35	153	№354
Компот из свежих плодов	200	0	0	23,8	113	№372
Хлеб пшеничный	50	7,6	3,0	29,3	228	№701
Хлеб ржаной	30	2	0	17	71	№95

День восьмой.
Школьники от 7 до 11 лет.

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность				№ Рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
Завтрак						
Каша ячневая	200	8,1	7,5	21,1	178	№331
Бутерброд с маслом	35/10	2,3	4,36	14,62	150	№1
Чай с сахаром	200	0	0	16	72	№411
Обед						
Борщ из свежих овощей	200	4,92	3,82	20,71	164	№57
Сметана к борщу	10	0,21	1,20	0,29	25,92	№488
Плов из мяса птицы	240	32	16,8	4,8	411	№322
Компот из свежих плодов	200	0	0	23,8	113	№372
Хлеб пшеничный	50	7,6	3,0	29,3	228	№701
Хлеб ржаной	30	2	0	17	71	№95

День девятый.
Школьники от 7 до 11 лет.

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность				№ Рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
Завтрак						
Каша геркулесовая	200	9,16	10,24	41,6	235	№331
Бутерброд с маслом	35/10	2,3	4,36	14,62	150	№1
Чай с сахаром	200	0	0	16	72	№411
Обед						
Суп фасолевый	200	3,12	4,35	21,95	178	№78
Сметана к супу	10	0,21	1,20	0,29	25,92	№488
Биточки рыбные	90	17,1	3,6	7,2	142	№230
Картофельное пюре	150	2,4	4,8	18,45	189	№128
Компот из свежих плодов	200	0	0	23,8	113	№372
Хлеб пшеничный	50	7,6	3,0	29,3	228	№701
Хлеб ржаной	30	2	0	17	71	№95
Яблоки	100	0,4	0,4	9,8	47	№368

День десятый.
Школьники от 7 до 11 лет.

Наименование блюда	Выход, г	Пищевая ценность				№ Рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	
Завтрак						
Каша манная	200	6,21	7,47	25,09	192	№331
Бутерброд с маслом	35/10	2,3	4,36	14,62	150	№1
Чай с сахаром	200	0	0	16	72	№411
Обед						
Суп крестьянский	200	3,9	3,85	11	186	№81
Сметана к супу	10	0,21	1,20	0,29	25,92	№488
Тефтели из говядины	90	9,36	9,54	11,7	174	№282
Пюре из бобовых (гороховое)	150	2,2	6,5	8,0	165	№354
Компот из свежих плодов	200	0	0	23,8	113	№372
Хлеб пшеничный	50	7,6	3,0	29,3	228	№701
Хлеб ржаной	30	2	0	17	71	№95
Печенье «Ювелирное»	20	1,6	3,6	13	92	ПР