



МКОУ СОШ с. Кленовское

Меню на 2025 - 2026 учебный год

Возрастная категория: Учащиеся 1-4 классов Дети инвалиды, дети с ограниченными возможностями здоровья завтрак, обед

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	
			Б	Ж	У			
День 1 завтрак	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0,0	53,8	54-1з	
	Каша вязкая молочная кукурузная	200	7,2	9,2	44,0	287,8	54-2к	
	Кисель с витаминами	200	0,00	0,00	16,1	64,0	82	
	Хлеб пшеничный	45	3,48	0,38	22,82	110,7	Пром.	
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,28	10,25	51,5	Пром.	
	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	11,0	45,0	Пром.	
	Итого за завтрак		685	15,83	14,26	104,17	612,8	
обед	Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы, с репчатым луком, соевым соусом и растительным маслом	100	1,4	6,08	8,92	96,7	48/1	
	Пи из свежей капусты со сметаной на курдюном бульоне	250	10,0	10,2	6,5	161,0	6/2	
	Каша рисовая рассыпчатая с томатным соусом	210	4,8	4,2	49,0	262,0	43/3	
	Биточки (котлеты) из мяса говядины с крупой (рис)	100	14,8	12,4	5,7	194,0	18/8	
	Компот из кураги и изюма с витамином С	200	0,7	0,0	21,1	88,0	11/10	
	Хлеб пшеничный	45	3,48	0,38	22,82	110,7	Пром.	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,33	12,3	61,8	Пром.	
	Итого за обед		935	37,16	33,59	126,34	974,2	
	Итого за день		1620	52,99	47,85	230,51	1587,0	



Быков В.В

Утверждено:
Руководитель по пищевой безопасности



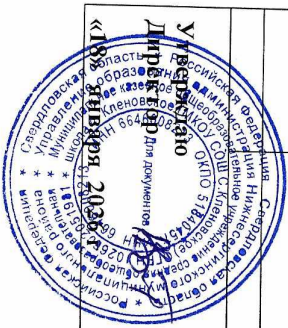
Мелехина Е.А

Возрастная категория: Учащиеся 1-4 классов Дети инвалиды, Дети с ограниченными возможностями здоровья завтрак, обед

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 2 завтрак	Хлеб с маслом	60	3,9	7,7	23,5	179,0	1/13
	Запеканка из творога	180	35,64	12,84	26,0	361,44	54-1г
	Джем фруктовый	15	0,15	0,0	10,8	43,5	Пром
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0,00	6,7	27,9	54-3гн
	Хлеб пшеничный	45	3,48	0,38	22,82	110,7	Пром.
	Итого за завтрак	500	43,47	20,92	89,82	722,54	
обед	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом	100	1,8	6,2	12,0	114,0	44/1
	Суп-лапша домашний на курином бульоне	250	9,2	9,7	14,3	163,0	22/2
	Каша вязкая молочная пшеница	200	8,1	9,7	41,5	285,8	54-6к
	Йогурт питьевой	200	5,8	6,4	8	116,0	Пром.
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,25	15,2	73,8	Пром.
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,33	12,3	61,8	Пром.
	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	11,0	45,0	Пром.
Итого за обед	1010	29,18	32,58	114,3	859,4		
Итого за день	1510	72,65	53,5	204,12	1581,94		

Быков В.В

 Утверждаю:
 Руководитель по пищевой безопасности

 Мелехина Е.А




МКОУ СОШ с. Кленовское

Меню на 2025 - 2026 учебный год

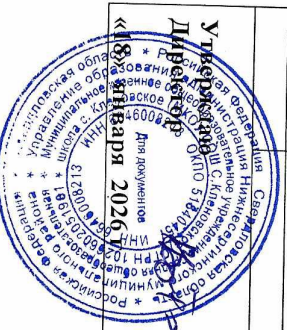
Возрастная категория: Учащиеся 1-4 классов Дети инвалиды, дети с ограниченными возможностями здоровья завтрак, обед

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	
			Б	Ж	У			
День 3 завтрак	Йогурт питьевой	40	5,1	4,6	0,3	63,0		
	Каша жидкая молочная гречневая	200	7,1	5,8	26,6	187,3	54-20к	
	Йогурт питьевой	200	5,8	6,4	8,0	116,0	Пром	
	Хлеб пшеничный	45	3,48	0,38	22,82	110,7	Пром.	
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,28	10,25	51,5	Пром.	
	Фрукт (яблоко)	180	0,72	0,72	17,64	87,6	Пром	
	Итого за завтрак		690	23,85	18,18	85,61		
	обед	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	120	3,1	8,7	7,8	126,0	40/1
		Борщ со сметаной на курином бульоне	250	10,6	13,1	11,0	209,0	2/2
		Картофельное пюре	200	3,41	5,4	26,2	174,4	44/3
Тефтели рыбные с рисом в соусе		120	11,0	3,8	10,3	121,0	19/7	
Напиток с витаминами		200	0,00	0,00	7,5	30,0	82	
Хлеб пшеничный		45	3,48	0,38	22,82	110,7	Пром.	
Хлеб ржаной		30	1,98	0,33	12,3	61,8	Пром.	
Яблоко		150	1,0	0,6	14,7	73,5	Пром.	
Итого за обед			1115	34,57	32,31	112,62		
Итого за день			1805	58,42	50,49	198,23		

Быков В.В

Утверждаю:
Руководитель по пищевой безопасности

Мелехина Е.А



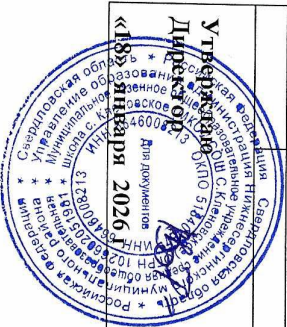
Возрастная категория: Учащиеся 1-4 классов Дети инвалиды, Дети с ограниченными возможностями здоровья завтрак, обед

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	
			Б	Ж	У			
День 4 завтрак	Картофель отварной в молоке	150	4,5	5,6	26,6	173,7	54-10г	
	Котлета из курицы	90	17,33	3,84	12,2	151,65	54-5м	
	Напиток с витаминами	200	0,00	0,00	7,5	30,0	80	
	Хлеб пшеничный	45	3,48	0,38	22,82	110,7	Пром.	
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,28	10,25	51,5	Пром.	
	Рожок молочный	80	5,4	8,7	50	154,0	Пром	
	Итого за завтрак	590	32,36	18,8	129,37	671,55		
	обед	Хлеб с маслом и сыром	45	5,0	6,6	14,1	137,0	3/13
		Суп овощной с мясными фрикадельками со сметаной	250	6,4	15,1	17,1	235,0	21/2
		Макаронные изделия отварные	180	6,7	4,8	40,4	238,6	46/3
	Виточки (котлеты) из мяса кур	120	17,8	14,9	11,0	249,6	5/9	
	Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100,4	36/10	
	Хлеб пшеничный	45	3,48	0,38	22,82	110,7	Пром.	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,33	12,3	61,8	Пром.	
	Итого за обед	870	45,96	45,71	130,32	1133,1		
	Итого за день	1460	78,32	65,51	259,69	1804,65		

Былков В.В

Утверждаю:
Руководитель по пищевой безопасности

Мелехина Е.А.



Возрастная категория: Учащиеся 1-4 классов Дети инвалиды, Дети с ограниченными возможностями здоровья завтрак, обед

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	
			Б	Ж	У			
День 5 завтрак	Каша жидкая молочная рисовая	200	5,3	5,4	28,7	184,5	54-25,1к	
	Свекла отварная дольками	80	1,2	0,13	6,9	33,6	54-28з	
	Кофейный напиток	200	3,8	2,9	11,3	86,0	54-23гн	
	Хлеб пшеничный	45	3,48	0,38	22,82	110,7	Пром.	
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,28	10,25	51,5	Пром.	
	Йогурт	125	3,63	3,12	21,25	127,5	Пром.	
	Итого за завтрак		675	19,06	12,21	101,22	593,8	
обед	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растительным маслом	120	3,7	8,7	12,5	144,0	42/1	
	Суп-пюре из картофеля с трюнками	250	4,9	3,9	26,2	165,0	29/2	
	Каша гречневая рассыпчатая	200	8,53	1,13	36,83	210,73	39/3	
	Фрикадельки из мяса говядины тушеные в соусе	100	14,2	15,1	7,1	222,0	5/1	
	Чай с сахаром	200	0,2	0,00	6,5	26,8	54-2гн	
	Хлеб пшеничный	45	3,48	0,38	22,82	110,7	Пром.	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,33	12,3	61,8	Пром.	
	Итого за обед		975	36,99	29,54	124,25	941,03	
	Итого за день		1650	56,05	41,75	225,47	1534,83	

 Утверждено: _____
 Директор: _____
 «18» января 2026 г.

Быков В.В.

 Утверждено: _____
 Руководитель по пищевой безопасности

Мелехина Е.А.



Возрастная категория: Учащиеся 1-4 классов Дети инвалиды, Дети с ограниченными возможностями здоровья завтрак, обед

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 6 завтрак	Рагу из овощей	150	2,3	3,7	13,5	97,0	32/3
	Котлета из говядины	90	16,44	15,75	14,9	265,61	54-4м
	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	6,5	26,8	54-3гн
	Хлеб пшеничный	45	3,48	0,38	22,82	110,7	Пром.
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,28	10,25	51,5	Пром.
	Итого за завтрак		510	26,27	22,01	81,07	628,31
обед	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соевым маслом и растительным маслом	120	1,68	7,3	10,9	121,2	48/1
	Суп картофельный с рыбой	250	10,3	7,5	17,8	186,0	19/2
	Плов из мяса кур	200	18,3	14,9	36,2	359,0	4/9
	Кофейный напиток с молоком	200	3,1	3,2	14,4	96,0	32/10
	Хлеб пшеничный	45	3,48	0,38	22,82	110,7	Пром.
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,33	12,3	61,8	Пром.
Итого за обед		845	38,84	33,61	114,42	934,7	
Итого за день		1355	65,11	55,62	195,49	1563,01	

Утверждаю:
Директор МКОУ СОШ с. Кленовское
Быков В.В.

Утверждаю:
Руководитель по пищевой безопасности

Мелехина Е.А.
Мелехина Е.А.



Возрастная категория: Учащиеся 1-4 классов Дети инвалиды, Дети с ограниченными возможностями здоровья завтрак, обед

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 7 завтрак	Каша вязкая молочная пшеничная	200	8,1	9,7	41,5	285,8	54-6к
	Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100,4	54-21гн
	Хлеб пшеничный	45	3,48	0,38	22,82	110,7	Пром.
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,28	10,25	51,5	Пром.
	Фрукт (банан)	150	2,2	0,75	31,5	141,9	Пром.
	Итого за завтрак	620	20,03	14,71	118,67	690,3	
обед	Салат из отварного картофеля, морской капусты и репчатого лука с растительным маслом	100	1,8	10,6	13,0	157,0	45/1
	Суп-лапша домашний на курином бульоне	250	9,2	9,7	14,3	163,0	22/2
	Картофель отварной в молоке	150	4,5	5,6	26,6	173,7	54-10г
	Котлета из курицы	100	19,2	4,27	13,47	168,53	54-5м
	Компот из сухофруктов с витамином С	200	1,0	0,1	19,8	88,0	6/10
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,25	15,2	73,8	Пром.
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,33	12,3	61,8	Пром.
	Итого за обед	860	39,98	30,85	114,67	885,83	
	Итого за день	1480	60,01	45,56	233,34	1576,13	

Быков В.В.

 Утверждаю:
 Руководитель по пищевой безопасности

 Мелехина Е.А.


Возрастная категория: Учащиеся 5-11 классов Дети инвалиды, Дети с ограниченными возможностями здоровья завтрак, обед

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 8 завтрак	Огурец в нарезке	60	0,48	0,12	1,6	8,5	54-23
	Картофельное пюре	150	3,1	5,3	19,8	139,4	54-11г
	Коллета из курицы	90	17,33	3,84	12,2	151,65	54-5м
	Кисель с витаминами	200	0,00	0,00	16,1	64,0	82
	Хлеб пшеничный	45	3,48	0,38	22,82	110,7	Пром.
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,28	10,25	51,5	Пром.
	Итого за завтрак	570	26,04	9,92	82,77	525,75	
обед	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом	100	1,8	6,2	12,0	114,0	44/1
	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	250	10,6	9,2	22,1	219,0	18/2
	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	200	6,5	6,6	31,2	214,0	11/4
	Оладьи из пшена	100	18,0	10,2	6,8	191,0	52/8
	Чай с сахаром	200	0,2	0,00	6,5	26,8	27/10
	Хлеб пшеничный	45	3,48	0,38	22,82	110,7	Пром.
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,33	12,3	61,8	Пром.
	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	73,0	Пром.
	Итого за обед	1075	43,16	33,51	128,42	1010,3	
	Итого за день	1645	69,2	43,43	211,19	1536,05	

Утверждаю:
Директор
«18» января 2026 г.

Быков В.В.

Утверждаю:
Руководитель по пищевой безопасности

Мелехина Е.А.



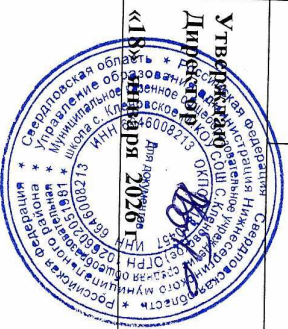
Возрастная категория: Учащиеся 5-11 классов Дети инвалиды, Дети с ограниченными возможностями здоровья завтрак, обед

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	
			Б	Ж	У			
День 9 завтрак	Хлеб с маслом	60	3,9	7,7	23,5	179,0	1/13	
	Суп молочный с лапшой	200	3,4	3,7	12,0	95,0	23/2	
	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	86,0	54-23гн	
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,28	10,25	51,5	Пром.	
	Апельсин	180	1,39	0,23	12,3	56,9	Пром.	
	Итого за завтрак	665	14,14	14,81	69,35	468,4		
	обед	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	63,0	Пром
		Рассольник с крупой и сметаной на курином бульоне	250	9,9	12,2	17,0	223,0	11/2
		Макаронные изделия отварные	180	6,7	4,8	40,4	238,6	46/3
		Рыба, запеченная с сыром	100	22,2	9,1	0,00	171,0	7/7
Чай с лимоном		200	0,1	0,0	9,9	40,0	27/10	
Хлеб пшеничный		30	2,3	0,25	15,2	73,8	Пром.	
Хлеб ржаной		30	1,98	0,33	12,3	61,8	Пром.	
Итого за обед		830	48,28	31,28	95,1	871,2		
Итого за день		1495	62,42	46,09	164,45	1339,6		

Утверждаю:
Директор
Быков В.В.

Утверждаю:
Руководитель по пищевой безопасности

Мелехина Е.А.



Возрастная категория: Учащиеся 5-11 классов Дети инвалиды, Дети с ограниченными возможностями здоровья завтрак, обед

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 10 завтрак	Макаронны отварные	150	5,4	4,9	32,8	196,8	54-1г
	Рыба запеченная в сметанном соусе	90	17,0	19,8	4,9	266,2	54-9р
	Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100,4	54-21гн
	Хлеб пшеничный	45	3,48	0,38	22,82	110,7	Пром.
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,28	10,25	51,5	Пром.
	Итого за завтрак	510	32,13	28,96	83,37	725,6	
обед	Салат из отварной свеклы с соевым маслом и растительным маслом	120	1,6	7,2	7,2	103,2	35/1
	Суп картофельный с бобовыми и грибами	250	5,5	5,6	20,8	164,0	16/2
	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины	180	13,3	15,1	24,6	295,0	54/8
	Напиток с витаминами	200	0,00	0,00	7,5	30,0	82
	Хлеб пшеничный	45	3,48	0,38	22,82	110,7	Пром.
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,33	12,3	61,8	Пром.
	Итого за обед	825	25,86	28,61	95,22	764,7	
	Итого за день	1335	57,99	57,57	178,59	1490,3	

Быков В.В

Утверждаю:
Руководитель по пищевой безопасности

Мелехина Е.А

