«14» октября 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор школы О.В. Спеченко

Питание учащихся 1-4 класс

Наименование блюда	Вес порции	Питательные в-ва			Эн.ценность ккал	Цена руб.
		Белки	Жиры	Уг-ды		
Обед						
Салат из свеж. помидор	100	0,6	3	2,9	43	
Рыба тушк. в том. с овощ. соусе	150	9,9	6,2	6,4	212	
Рис отварной	200	4,4	4,7	45	248	
Кисель из концентрата	200	0	0	20	76	
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	73,8	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	57,9	
Итого						87

Питание учащихся 5-11 класс

Наименование блюда	Вес порции	Питательные в-ва			Эн.ценность ккал	Цена руб.
		Белки	Жиры	Уг-ды		
Обед						
Салат из свеж. помидор	100	0,9	5,0	4,8	71	
Рыба тушк. в том. с овощ. соус	150	11,4	5,9	5,5	134,7	
Рис отварной	230	5,4	8,9	55,0	331	
Кисель из концентрата	200	0	0	20	76	
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	73,8	
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	57,9	
Итого						90

Группа продленного дня

Наименование блюда	Вес порции	Питательные в-ва			Эн.ценность ккал	Цена руб.
		Белки	Жиры	Уг-ды		
Обед						
Яйцо отварное	60	7,2	6,6	0,3	88	
Макароны, запеченные с сыр.	180/5	8,7	13,4	29,4	279	
Компот из апельсин	200	0,5	0,1	18,0	76	
Хлеб пшеничный	50	3,9	0,5	24,1	132	
Хлеб ржаной	30	2,2	0,4	11,1	64,3	
Корж молочный	75	4,9	8,0	46,1	277	
Итого						90

Питание учащихся ОЗВ с 7-11 лет

Наименование блюда	Вес порции	Питательные в-ва			Эн.ценность ккал	Цена руб.
		Белки	Жиры	Уг-ды		
Завтрак						
Бутерброд с повидлом	60	2,4	7,5	31,0	202	
Какао натуральное молоч.	230	5,6	12,0	33,8	268	
Чай с сахаром	200	1,6	1,5	11,3	62	
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	77,2	
Обед						
Салат из свеж. помид.	60	0,6	3,0	2,9	43	
Суп карт. с макар. изд.	250	5,5	5,0	20,2	153	
Рис отварной	185	4,4	4,7	45,0	248	
Рыба тушк. в том. с овощ. соус	100	9,5	4,9	4,7	101	
Кисель из концентрата	200	0,5	0,1	18,0	76	
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	73,8	
Итого						190

Питание учащихся ОВЗ с 11 лет и старше

Наименование блюда	Вес порции	Питательные в-ва			Эн.ценность ккал	Цена руб.
		Белки	Жиры	Уг-ды		
Завтрак						
Бутерброд с повидлом	60	2,4	7,5	31,0	202	
Какао натуральное молоч.	230	5,6	12,0	33,8	268	
Чай с сахаром	200	1,6	1,5	11,3	62	
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	77,2	
Обед						
Салат из свеж. помид.	100	0,9	5,0	4,8	71	
Суп карт. с макар. изд.	300	6,6	6,0	24,8	184	
Рис отварной	210	5,4	8,9	55,0	331	
Рыба тушк. в том. с овощ. соус	120	11,4	5,9	5,5	121	
Кисель из концентрата	200	0,5	0	18,0	76	
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	73,6	
Итого						217