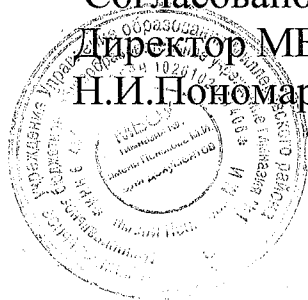


Согласовано:

Директор МБОУ гимназия №1  
Н.И. Пономарёв



Утверждаю:

ИП Фрей А.А.



**Примерное меню на 10 дней.  
Горячее питание обучающихся для детей-  
инвалидов и детей с ограниченными  
возможностями здоровья.**

**МБОУ Гимназия №1  
Возрастная категория 7-12 лет.  
В 2025-2026 учебном году.**

**При составлении меню использовался  
Сборник рецептов на продукцию для  
обучающихся во всех образовательных  
учреждениях**

**Под общей редакцией  
М.П. Могильный; В.А. Тутельян**

**2025 г.**

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

(должность)

(ФИО)

(дата)

(должность)

(ФИО)

(дата)

## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная  
я дети от 11 суп  
категория:

| Прием<br>пищи               | Наименование блюда                       | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность | № рецептуры |
|-----------------------------|------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------------------|-------------|
|                             |                                          |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |             |
| День 1                      |                                          |           |                  |       |          |                            |             |
| ОБЕД                        | Суп картофельный с крупой рисовой        | 250       | 1,88             | 2,50  | 15,28    | 87,15                      | 61          |
|                             | Хлеб пшеничный                           | 50        | 3,95             | 0,50  | 24,15    | 106,8                      | Н           |
|                             | Компот из смеси сухофруктов              | 200       | 1,96             | 0,40  | 46,72    | 194,84                     | 278         |
| ИТОГО ЗА ОБЕД               |                                          | 500       | 7,79             | 3,40  | 86,15    | 388,79                     |             |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:              |                                          | 500       | 7,79             | 3,40  | 86,15    | 388,79                     |             |
| День 2                      |                                          |           |                  |       |          |                            |             |
| ОБЕД                        | Борщ с капустой и картофелем             | 250/5     | 2,22             | 6,23  | 14,03    | 122,1                      | 54          |
|                             | Хлеб пшеничный                           | 50        | 3,95             | 0,50  | 24,15    | 106,8                      | Н           |
|                             | Компот из смеси сухофруктов              | 200       | 1,96             | 0,40  | 46,72    | 194,84                     | 278         |
| ИТОГО ЗА ОБЕД               |                                          | 500       | 8,13             | 7,13  | 84,90    | 423,74                     |             |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:              |                                          | 500       | 8,13             | 7,13  | 84,90    | 423,74                     |             |
| День 3                      |                                          |           |                  |       |          |                            |             |
| ОБЕД                        | Суп картофельный с макаронными изделиями | 250       | 2,60             | 3,65  | 18,60    | 118,75                     | 59          |
|                             | Хлеб пшеничный                           | 50        | 3,95             | 0,50  | 24,15    | 106,8                      | Н           |
|                             | Компот из смеси сухофруктов              | 200       | 1,96             | 0,40  | 46,72    | 194,84                     | 278         |
| ИТОГО ЗА ОБЕД               |                                          | 500       | 8,51             | 4,55  | 89,47    | 420,39                     |             |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:              |                                          | 500       | 8,51             | 4,55  | 89,47    | 420,39                     |             |
| День 4                      |                                          |           |                  |       |          |                            |             |
| ОБЕД                        | Суп картофельный с бобовыми 2            | 200       | 4,54             | 4,40  | 14,24    | 114,98                     | 774         |
|                             | Хлеб пшеничный                           | 50        | 3,95             | 0,50  | 24,15    | 106,8                      | Н           |
|                             | Компот из смеси сухофруктов              | 200       | 1,96             | 0,40  | 46,72    | 194,84                     | 278         |
| ИТОГО ЗА ОБЕД               |                                          | 450       | 10,45            | 5,30  | 85,11    | 416,62                     |             |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:              |                                          | 450       | 10,45            | 5,30  | 85,11    | 416,62                     |             |
| День 5                      |                                          |           |                  |       |          |                            |             |
| ОБЕД                        | Борщ с капустой и картофелем             | 250/5     | 2,22             | 6,23  | 14,03    | 122,1                      | 54          |
|                             | Хлеб пшеничный                           | 50        | 3,95             | 0,50  | 24,15    | 106,8                      | Н           |
|                             | Компот из смеси сухофруктов              | 200       | 1,96             | 0,40  | 46,72    | 194,84                     | 278         |
| ИТОГО ЗА ОБЕД               |                                          | 500       | 8,13             | 7,13  | 84,90    | 423,74                     |             |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:              |                                          | 500       | 8,13             | 7,13  | 84,90    | 423,74                     |             |
| День 6                      |                                          |           |                  |       |          |                            |             |
| ОБЕД                        | Суп картофельный с крупой рисовой        | 250       | 1,88             | 2,50  | 15,28    | 87,15                      | 61          |
|                             | Хлеб пшеничный                           | 50        | 3,95             | 0,50  | 24,15    | 106,8                      | Н           |
|                             | Компот из смеси сухофруктов              | 200       | 1,96             | 0,40  | 46,72    | 194,84                     | 278         |
| ИТОГО ЗА ОБЕД               |                                          | 500       | 7,79             | 3,40  | 86,15    | 388,79                     |             |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:              |                                          | 500       | 7,79             | 3,40  | 86,15    | 388,79                     |             |
| День 7                      |                                          |           |                  |       |          |                            |             |
| ОБЕД                        | Суп картофельный с бобовыми 2            | 200       | 4,54             | 4,40  | 14,24    | 114,98                     | 774         |
|                             | Хлеб пшеничный                           | 50        | 3,95             | 0,50  | 24,15    | 106,8                      | Н           |
|                             | Компот из смеси сухофруктов              | 200       | 1,96             | 0,40  | 46,72    | 194,84                     | 278         |
| ИТОГО ЗА ОБЕД               |                                          | 450       | 10,45            | 5,30  | 85,11    | 416,62                     |             |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:              |                                          | 450       | 10,45            | 5,30  | 85,11    | 416,62                     |             |
| День 8                      |                                          |           |                  |       |          |                            |             |
| ОБЕД                        | Суп картофельный с макаронными изделиями | 250       | 2,60             | 3,65  | 18,60    | 118,75                     | 59          |
|                             | Хлеб пшеничный                           | 50        | 3,95             | 0,50  | 24,15    | 106,8                      | Н           |
|                             | Компот из смеси сухофруктов              | 200       | 1,96             | 0,40  | 46,72    | 194,84                     | 278         |
| ИТОГО ЗА ОБЕД               |                                          | 500       | 8,51             | 4,55  | 89,47    | 420,39                     |             |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:              |                                          | 500       | 8,51             | 4,55  | 89,47    | 420,39                     |             |
| День 9                      |                                          |           |                  |       |          |                            |             |
| ОБЕД                        | Борщ с капустой и картофелем             | 250/5     | 2,22             | 6,23  | 14,03    | 122,1                      | 54          |
|                             | Хлеб пшеничный                           | 50        | 3,95             | 0,50  | 24,15    | 106,8                      | Н           |
|                             | Компот из смеси сухофруктов              | 200       | 1,96             | 0,40  | 46,72    | 194,84                     | 278         |
| ИТОГО ЗА ОБЕД               |                                          | 500       | 8,13             | 7,13  | 84,90    | 423,74                     |             |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:              |                                          | 500       | 8,13             | 7,13  | 84,90    | 423,74                     |             |
| День 10                     |                                          |           |                  |       |          |                            |             |
| ОБЕД                        | Свекольник                               | 200/7     | 1,70             | 3,88  | 11,50    | 84,34                      | 55          |
|                             | Хлеб пшеничный                           | 50        | 3,95             | 0,50  | 24,15    | 106,8                      | Н           |
|                             | Компот из смеси сухофруктов              | 200       | 1,96             | 0,40  | 46,72    | 194,84                     | 278         |
| ИТОГО ЗА ОБЕД               |                                          | 450       | 7,61             | 4,78  | 82,37    | 385,98                     |             |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:              |                                          | 450       | 7,61             | 4,78  | 82,37    | 385,98                     |             |
| ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:       |                                          | 4850      | 85,50            | 52,67 | 858,53   | 4108,8                     |             |
| СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД: |                                          | 485       | 8,55             | 5,27  | 85,85    | 410,88                     |             |