

Согласовано:

Директор Муниципальное бюджетное  
Общеобразовательное учреждение  
«Специальная (коррекционная)  
общеобразовательная школа – интернат  
для учащихся, воспитанников с  
ограниченными возможностями  
здоровья Чайковского городского округа»  
МБОУ СКОШИ ЧГО

Е.М. Вахрушева

12 января 2026г.



Утверждаю:

ИП Батуев Н. М.



Н.М. Батуев

12 января 2026г.

Примерное десятидневное меню для учащихся,  
воспитанников с  
ограниченными возможностями здоровья.

МБОУ СКОШИ ЧГО г. Чайковский

( 12-18 лет)



**Меню на 10 дней для учащихся, воспитанников с ограниченными возможностями**

1 смена

**Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2**

| Прием пищи             | Наименование блюда            | Выход<br>блюда, г | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность | № рецептуры |
|------------------------|-------------------------------|-------------------|------------------|-------|----------|----------------------------|-------------|
|                        |                               |                   | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |             |
| Неделя 1               |                               |                   | Понедельник      |       |          |                            |             |
| Завтрак 12 - 18        | Каша рисовая молочная         | 250               | 3,78             | 4,95  | 40,59    | 218,16                     | № 233, 2021 |
|                        | Кофейный напиток              | 200               | 1,4              | 1,2   | 11,4     | 66                         | № 464, 2021 |
|                        | Бутерброд с маслом 40/10      | 50                | 2,86             | 10,57 | 21,27    | 179,43                     | № 63, 2021  |
|                        | Хлеб ржаной                   | 50                | 4                | 0,75  | 20,05    | 103                        | № 575, 2021 |
| Итого: Завтрак 12 - 18 |                               | 550               | 12,04            | 17,47 | 93,31    | 566,59                     |             |
|                        | Салат из белокочанной капусты | 100               | 1,8              | 0,1   | 4,7      | 28                         | № 1, 2021   |
| Обед 12 - 18           | Суп крестьянский с крупой     | 250               | 1,92             | 4     | 6,8      | 70,8                       | № 118, 2021 |
|                        | Каша гречневая рассыпчатая    | 200               | 11,8             | 8,82  | 52,28    | 251,85                     | № 202, 2021 |
|                        | Котлета из птицы Нежная       | 100               | 16,74            | 11,16 | 5,67     | 196                        | № 373, 2021 |
|                        | Компот из смеси сухофруктов   | 180               | 0,6              | 0,1   | 20,1     | 84                         | № 495, 2021 |
|                        | Хлеб пшеничный в/с            | 40                | 3,8              | 0,4   | 24,6     | 141                        | № 575, 2021 |
|                        | Хлеб ржаной                   | 50                | 5,33             | 1     | 26,73    | 137,33                     | № 573, 2021 |
| Итого: Обед 12 - 18    |                               | 820               | 40,19            | 25,48 | 136,18   | 880,98                     |             |
| Итого: за день         |                               | 1370              | 52,23            | 42,95 | 229,49   | 1447,57                    |             |

2 смена

**Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2**

| Прием пищи            | Наименование блюда            | Выход<br>блюда, г | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность | № рецептуры |
|-----------------------|-------------------------------|-------------------|------------------|-------|----------|----------------------------|-------------|
|                       |                               |                   | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |             |
| Неделя 1              |                               |                   | Понедельник      |       |          |                            |             |
|                       | Салат из белокочанной капусты | 100               | 1,8              | 0,1   | 4,7      | 28                         | № 1, 2021   |
| Обед 12 - 18          | Суп крестьянский с крупой     | 250               | 1,92             | 4     | 6,8      | 70,8                       | № 118, 2021 |
|                       | Каша гречневая рассыпчатая    | 200               | 11,8             | 8,82  | 52,28    | 251,85                     | № 202, 2021 |
|                       | Котлета из птицы Нежная       | 100               | 16,74            | 11,16 | 5,67     | 196                        | № 373, 2021 |
|                       | Компот из смеси сухофруктов   | 180               | 0,6              | 0,1   | 20,1     | 84                         | № 495, 2021 |
|                       | Хлеб пшеничный в/с            | 40                | 3,8              | 0,4   | 24,6     | 141                        | № 57, 2021  |
|                       | Хлеб ржаной                   | 50                | 5,33             | 1     | 26,73    | 137,33                     | № 575, 2021 |
| Итого: Обед 12 - 18   |                               | 820               | 40,19            | 25,48 | 136,18   | 880,98                     |             |
| Полдник: 12 - 18      |                               |                   |                  |       |          |                            |             |
|                       | Чай с молоком                 | 200               | 1,6              | 1,3   | 11,5     | 64                         | № 531, 2021 |
|                       | Ватрушка с творогом           | 100               | 4                | 1,4   | 23,9     | 124                        | № 542, 2021 |
|                       | Хлеб пшеничный в/с            | 50                | 3,8              | 0,4   | 24,6     | 141                        | № 573, 2021 |
| Итого: Полдник 12 -18 |                               | 350               | 9,4              | 3,1   | 60       | 329                        |             |
| Итого: за день        |                               | 1170              | 49,59            | 28,58 | 196,18   | 1209,98                    |             |



И.П. Батуев Н.М.  
1 смена  
Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

|  | Наименование блюда                   | Выход блюда,<br>г | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность | № рецептуры  |
|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|-------------------|------------------|-------|----------|----------------------------|--------------|
|                                                                                   |                                      |                   | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |              |
| Неделя 1                                                                          |                                      |                   | Вторник          |       |          |                            |              |
| Завтрак 12 - 18                                                                   | Суп молочный с макаронными изделиями | 250               | 7,31             | 2,26  | 24,99    | 193,75                     | № 139, 2021  |
|                                                                                   | Какао с молоком                      | 200               | 3,3              | 2,9   | 13,8     | 94                         | № 462, 2021  |
|                                                                                   | Фрукты                               | 100               | 0,57             | 0,57  | 14       | 62,86                      | № 82, 2021г. |
|                                                                                   | Хлеб пшеничный 2с.                   | 50                | 4                | 0,75  | 20,05    | 103                        | № 575, 2021  |
|                                                                                   |                                      |                   |                  |       |          |                            |              |
| Итого: Завтрак 12 - 18                                                            |                                      | 600               | 15,18            | 6,48  | 72,84    | 453,61                     |              |
| Обед 12 - 18                                                                      | Рассольник ленинградский             | 250               | 14,56            | 15,08 | 8,68     | 131                        | № 100, 2021  |
|                                                                                   | Картофель тушеный, с луком           | 180               | 6                | 4,6   | 18,6     | 140                        | № 172, 2021  |
|                                                                                   | Тефтели мясные с рисом               | 100               | 13,26            | 14,09 | 6,27     | 205                        | № 348, 2021  |
|                                                                                   | Напиток из шиповника                 | 180               | 0,68             | 0,1   | 4,3      | 185                        | № 376, 2021  |
|                                                                                   | Хлеб пшеничный в/с                   | 40                | 2,53             | 0,26  | 16,4     | 78                         | № 573, 2021  |
|                                                                                   | Хлеб пшеничный 2 с.                  | 50                | 4                | 0,75  | 20,05    | 103                        | № 575, 2021  |
| Итого: Обед 12- 18                                                                |                                      | 800               | 41,03            | 34,88 | 74,3     | 842                        |              |
| Итого: за день                                                                    |                                      | 1400              | 56,21            | 41,36 | 147,14   | 1295,61                    |              |

2 смена

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

| Прием пищи             | Наименование блюда         | Выход блюда,<br>г | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая | № рецептуры  |
|------------------------|----------------------------|-------------------|------------------|-------|----------|----------------|--------------|
|                        |                            |                   | Белки            | Жиры  | Углеводы |                |              |
| Неделя 1               |                            |                   | Вторник          |       |          |                |              |
| Обед 12 - 18           | Рассольник ленинградский   | 250               | 14,56            | 15,08 | 8,68     | 131            | № 100, 2021  |
|                        | Картофель тушеный, с луком | 180               | 6                | 4,6   | 18,6     | 140            | № 172, 2021  |
|                        | Тефтели мясные с рисом     | 100               | 13,26            | 14,09 | 6,27     | 205            | № 348, 2021  |
|                        | Напиток из шиповника       | 180               | 0,68             | 0,1   | 4,3      | 185            | № 376, 2021  |
|                        | Хлеб пшеничный в/с         | 40                | 2,53             | 0,26  | 16,4     | 78             | № 573, 2021  |
|                        | Хлеб пшеничный 2 с.        | 50                | 4                | 0,75  | 20,05    | 103            | № 575, 2021  |
|                        |                            |                   |                  |       |          |                |              |
| Итого: Обед 12- 18     |                            | 800               | 41,03            | 34,88 | 74,3     | 842            |              |
| Полдник: 12 - 18       | Чай с молоком              | 200               | 1,6              | 1,3   | 11,5     | 64             | № 460, 2021  |
|                        | Печенье                    | 50                | 7,5              | 9,8   | 74,4     | 415            | № 582, 2021  |
|                        | Фрукты                     | 100               | 0,57             | 0,57  | 14       | 62,86          | № 82, 2021г. |
| Итого: Полдник 12 - 18 |                            | 350               | 9                | 11    | 86       | 479            |              |
| Итого: за день         |                            | 1150              | 50               | 46    | 160      | 1321           |              |



|  Прием пищи | Наименование блюда             | Выход<br>блюда, г | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность | № рецептуры |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|-------------------|------------------|-------|----------|----------------------------|-------------|
|                                                                                              |                                |                   | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |             |
| Неделя 1                                                                                     |                                | Среда             |                  |       |          |                            |             |
| Завтрак 12 -18                                                                               | Каша манная молочная жидкая    | 250               | 7,75             | 8,85  | 38,64    | 268,73                     | № 230, 2021 |
|                                                                                              | Чай с молоком                  | 200               | 1,6              | 1,3   | 11,5     | 64                         | № 460, 2021 |
|                                                                                              | Яйцо варенное                  | 40                |                  |       |          |                            | № 267, 2021 |
|                                                                                              | Хлеб ржаной                    | 50                | 4                | 0,75  | 20,05    | 103                        | № 575, 2021 |
|                                                                                              | Масло сливочное                | 10                | 0,08             | 7,27  | 0,13     | 66                         | № 79, 2021  |
| Итого: Завтрак 12 - 18                                                                       |                                | 550               | 13,43            | 18,17 | 70,32    | 501,73                     |             |
| Обед 12 - 18                                                                                 | Винегрет с растительным маслом | 100               | 1,58             | 6,64  | 8,84     | 101                        | № 47, 2021  |
|                                                                                              | Уха рыбацкая                   | 250               | 7,33             | 2,3   | 8,33     | 83                         | № 120, 2021 |
|                                                                                              | Плов из отварной птицы         | 220               | 13,53            | 9,02  | 27,28    | 223                        | № 375, 2021 |
|                                                                                              | Сок фруктовый                  | 200               | 1                | 0,1   | 10,1     | 43,0                       | № 501, 2021 |
|                                                                                              | Хлеб пшеничный в/с             | 30                | 2,53             | 0,26  | 16,4     | 78                         | № 573, 2021 |
|                                                                                              | Хлеб ржаной                    | 20                | 1,6              | 0,21  | 8,02     | 41,2                       | № 575, 2021 |
| Итого: Обед 12- 18                                                                           |                                | 820               | 27,07            | 18,53 | 78,97    | 569,2                      |             |
| Итого: за день                                                                               |                                | 1370              | 41               | 37    | 149      | 1071                       |             |

2 смена

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

| Таблица: МБОУ СОШ № 1102 |                                |                   |                  |       |          |                            |             |
|--------------------------|--------------------------------|-------------------|------------------|-------|----------|----------------------------|-------------|
| Прием пищи               | Наименование блюда             | Выход<br>блюда, г | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность | № рецептуры |
|                          |                                |                   | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |             |
| Неделя 1                 |                                |                   | Среда            |       |          |                            |             |
| Обед 12 - 18             | Винегрет с растительным маслом | 100               | 1,58             | 6,64  | 8,84     | 101                        | № 47, 2021  |
|                          | Уха рыбацкая                   | 250               | 7,33             | 2,3   | 8,33     | 83                         | № 120, 2021 |
|                          | Плов из отварной птицы         | 220               | 13,53            | 9,02  | 27,28    | 223                        | № 375, 2021 |
|                          | Сок фруктовый                  | 200               | 1                | 0,1   | 10,1     | 43,0                       | № 501, 2021 |
|                          | Хлеб пшеничный в/с             | 30                | 2,53             | 0,26  | 16,4     | 78                         | № 573, 2021 |
|                          | Хлеб ржаной                    | 20                | 1,6              | 0,21  | 8,02     | 41,2                       | № 575, 2021 |
| Итого: Обед 12- 18       |                                | 820               | 27,07            | 18,53 | 78,97    | 569,2                      |             |
| Полдник: 12 - 18         | Чай с сахаром                  | 200               | 0,2              | 0,1   | 9,3      | 38                         | № 457, 2021 |
|                          | Вафли                          | 100               | 1,95             | 7,3   | 31,25    | 270,5                      | № 580, 2021 |
|                          | Хлеб пшеничный в/с             | 50                | 3,8              | 0,4   | 24,6     | 141                        | № 573, 2021 |
| Итого: Полдник 12 - 18   |                                | 350               | 6                | 8     | 65       | 450                        |             |
| Итого: за день           |                                | 1170              | 33               | 26    | 144      | 1019                       |             |



|                        |                                   |                    |                   |                  |        |          |                            |             |
|------------------------|-----------------------------------|--------------------|-------------------|------------------|--------|----------|----------------------------|-------------|
| Прием пищи             |                                   | Наименование блюда | Выход<br>блюда, г | Пищевые вещества |        |          | Энергетическая<br>ценность | № рецептуры |
|                        |                                   |                    |                   | Белки            | Жиры   | Углеводы |                            |             |
| Неделя 1               |                                   |                    |                   | Четверг          |        |          |                            |             |
| Завтрак 12 -18         | Каша ячневая вязка                | 250                | 7,12              | 6,79             | 38,99  | 247      | № 227, 2021                |             |
|                        | Кофейный напиток                  | 200                | 3,3               | 2,9              | 13,8   | 94       | № 462, 2021                |             |
|                        | Хлеб ржаной                       | 50                 | 4                 | 0,75             | 20,05  | 103      | № 575, 2021                |             |
|                        | Бутерброд с маслом 40/10          | 50                 | 3,5               | 9,25             | 19,7   | 159,7    | № 70,2021                  |             |
| Итого: Завтрак 12 - 18 |                                   | 550                | 17,92             | 19,69            | 92,54  | 603,7    |                            |             |
| Обед 12 - 18           | Салат из квашеной капусты с луком | 100                | 3,2               | 0,2              | 10,4   | 54       | № 9, 2021                  |             |
|                        | Суп гороховый со сметаной         | 250                | 3,68              | 2,7              | 10,17  | 80,00    | № 433, 2021                |             |
|                        | Рис припущенный                   | 180                | 4,8               | 7,2              | 39,2   | 240      | № 386, 2021г.              |             |
|                        | Фрикадельки в соусе               | 100                | 19,80             | 15,74            | 0,70   | 224,00   | № 145, 419, 2021г.         |             |
|                        | Компот из смеси сухофруктов       | 180                | 0,6               | 0,1              | 20,1   | 84       | № 376, 2021                |             |
|                        | Хлеб пшеничный в/с                | 40                 | 3,8               | 0,4              | 24,6   | 141      | № 573, 2021                |             |
|                        | Хлеб ржаной                       | 30                 | 4                 | 0,75             | 10,05  | 103      | № 575, 2021                |             |
| Итого: Обед 12- 18     |                                   | 880                | 39,88             | 27,09            | 115,22 | 926      |                            |             |
| Итого: за день         |                                   | 1430               | 58                | 47               | 208    | 1530     |                            |             |

2 смена

Район: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

| Гайков: МБОУ СОШ № 102 |                                   |             |                  |       |          |                         |                  |
|------------------------|-----------------------------------|-------------|------------------|-------|----------|-------------------------|------------------|
| Прием пищи             | Наименование блюда                | Выход блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | № рецептуры      |
|                        |                                   |             | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |                  |
| Неделя 1               |                                   |             | Четверг          |       |          |                         |                  |
| Обед 12 - 18           | Салат из квашеной капусты с луком | 100         | 3,2              | 0,2   | 10,4     | 54                      | № 9, 2021        |
|                        | Суп гороховый со сметаной         | 250         | 3,68             | 2,7   | 10,17    | 80,00                   | № 433, 2021      |
|                        | Рис припущенный                   | 180         | 4,8              | 7,2   | 39,2     | 240                     | № 386, 2021г.    |
|                        | Фрикадельки в соусе               | 100         | 19,80            | 15,74 | 0,70     | 224,00                  | № 145, 419, 2021 |
|                        | Компот из смеси сухофруктов       | 180         | 0,6              | 0,1   | 20,1     | 84                      | № 376, 2021      |
|                        | Хлеб пшеничный в/с                | 40          | 3,8              | 0,4   | 24,6     | 141                     | № 573, 2021      |
|                        | Хлеб ржаной                       | 30          | 5,33             | 1     | 26,73    | 103                     | № 575, 2021      |
| Итого: Обед 12- 18     |                                   | 880         | 41,21            | 27,34 | 131,9    | 926                     |                  |
| Полдник: 12 - 18       | Чай с сахаром                     | 200         | 0,2              | 0,1   | 9,3      | 38                      | № 457, 2021      |
|                        | Булочка домашняя                  | 100         | 4,2              | 6,7   | 27,8     | 189                     | № 542, 2021      |
|                        | Хлеб пшеничный в/с                | 50          | 3,8              | 0,4   | 24,6     | 141                     | № 573, 2021      |
| Итого: Полдник 12 - 18 |                                   | 350         | 8                | 7     | 62       | 368                     |                  |
| Итого: за день         |                                   | 1230        | 49               | 35    | 194      | 1294                    |                  |



Меню приготавливаемых блюд

ИП Батуев Н.М.  
Смена  
Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

|                    | Наименование блюда             | Выход<br>блюда, г | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность | № рецептуры |
|--------------------|--------------------------------|-------------------|------------------|-------|----------|----------------------------|-------------|
|                    |                                |                   | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |             |
| Неделя 1           |                                |                   | Пятница          |       |          |                            |             |
| Завтрак 12 - 18    | Каша пшеничная молочная вязкая | 250               | 10,23            | 10,09 | 51,18    | 320                        | № 225, 2021 |
|                    | Какао с молоком                | 200               | 3,3              | 2,9   | 13,8     | 94                         | № 462, 2021 |
|                    | Хлеб ржаной                    | 50                | 4                | 0,75  | 20,05    | 103                        | № 575, 2021 |
|                    | Бутерброд с маслом 40/10       | 50                | 3,5              | 9,25  | 19,7     | 159,7                      | № 63, 2021  |
|                    | Итого: Завтрак 12 - 18         | 550               | 21,03            | 22,99 | 104,73   | 676,7                      |             |
| Обед 12 - 18       | Салат из свеклы отварной       | 100               | 1,4              | 6,1   | 7,6      | 91                         | № 26, 2021  |
|                    | Суп макаронными изделиями      | 250               | 4,82             | 5,54  | 13,23    | 120                        | № 129, 2021 |
|                    | Пюре из гороха с маслом        | 180               | 22               | 5     | 39,7     | 290                        | № 389, 2021 |
|                    | Кнели из птицы с рисом         | 100               | 11,5             | 10,3  | 5,4      | 160                        | № 371, 2021 |
|                    | Чай с сахаром                  | 180               | 0,2              | 0,1   | 9,3      | 38                         | № 457, 2021 |
|                    | Хлеб пшеничный в/с             | 50                | 3,8              | 0,4   | 24,6     | 141                        | № 573, 2021 |
|                    | Хлеб ржаной                    | 30                | 4                | 0,75  | 20,05    | 103                        | № 575, 2021 |
| Итого: Обед 12- 18 |                                | 890               | 47,72            | 28,19 | 119,88   | 943                        |             |
| Итого: за день     |                                | 1440              | 68,75            | 51,18 | 224,61   | 1619,7                     |             |

2 смена

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

| Прием пищи             |  |                           |  |      |  |       |       | Наименование блюда |      | Выход блюда, |             | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность |  | № рецептуры |  |
|------------------------|--|---------------------------|--|------|--|-------|-------|--------------------|------|--------------|-------------|------------------|------|----------|-------------------------|--|-------------|--|
|                        |  |                           |  |      |  |       |       |                    |      |              |             | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |  |             |  |
| Неделя 1               |  |                           |  |      |  |       |       |                    |      | Пятница      |             |                  |      |          |                         |  |             |  |
| Обед 12 - 18           |  | Салат из свеклы отварной  |  | 100  |  | 1,4   | 6,1   | 7,6                | 91   |              | № 26, 2021  |                  |      |          |                         |  |             |  |
|                        |  | Суп макаронными изделиями |  | 250  |  | 4,82  | 5,54  | 13,23              | 120  |              | № 129, 2021 |                  |      |          |                         |  |             |  |
|                        |  | Пюре из гороха с маслом   |  | 180  |  | 22    | 5     | 39,7               | 290  |              | № 389, 2021 |                  |      |          |                         |  |             |  |
|                        |  | Кнели из птицы с рисом    |  | 100  |  | 11,5  | 10,3  | 5,4                | 160  |              | № 371, 2021 |                  |      |          |                         |  |             |  |
|                        |  | Чай с сахаром             |  | 180  |  | 0,2   | 0,1   | 9,3                | 38   |              | № 457, 2021 |                  |      |          |                         |  |             |  |
|                        |  | Хлеб пшеничный в/с        |  | 50   |  | 3,8   | 0,4   | 24,6               | 141  |              | № 573, 2021 |                  |      |          |                         |  |             |  |
|                        |  | Хлеб ржаной               |  | 30   |  | 4     | 0,75  | 20,05              | 103  |              | № 575, 2021 |                  |      |          |                         |  |             |  |
| Итого: Обед 12- 18     |  |                           |  | 890  |  | 47,72 | 28,19 | 119,88             | 943  |              |             |                  |      |          |                         |  |             |  |
| Полдник: 12 - 18       |  | Чай с молоком             |  | 200  |  | 1,6   | 1,3   | 11,5               | 64   |              | № 459, 2021 |                  |      |          |                         |  |             |  |
|                        |  | Сдоба обыкновенная        |  | 100  |  | 8     | 2,8   | 47,8               | 248  |              | № 545, 2017 |                  |      |          |                         |  |             |  |
|                        |  | Хлеб ржаной               |  | 50   |  | 4     | 0,75  | 20,05              | 103  |              | № 575, 2021 |                  |      |          |                         |  |             |  |
| Итого: Полдник 12 - 18 |  |                           |  | 350  |  | 14    | 5     | 79                 | 415  |              |             |                  |      |          |                         |  |             |  |
| Итого: за день         |  |                           |  | 1240 |  | 61    | 33    | 199                | 1358 |              |             |                  |      |          |                         |  |             |  |



ИП Баруев Н.М.  
1 смена  
Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

| Прием пищи             | Наименование блюда                 | Выход<br>блюда, г | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность | № рецептуры |
|------------------------|------------------------------------|-------------------|------------------|-------|----------|----------------------------|-------------|
|                        |                                    |                   | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |             |
| Неделя 2               |                                    | Понедельник       |                  |       |          |                            |             |
| Завтрак 12 - 18        | Суп молочный с крупой              | 250               | 6                | 6,25  | 20,55    | 182                        | № 140, 2021 |
|                        | Какао с молоком                    | 200               | 3,3              | 2,9   | 13,8     | 94                         | № 462, 2021 |
|                        | Бутерброд с маслом 40/10           | 50                | 3,5              | 9,25  | 19,7     | 159,7                      | № 63, 2021  |
|                        | Яйцо варенное                      | 50                | 5,08             | 4,6   | 0,28     | 62,8                       | № 267, 2021 |
| Итого: Завтрак 12 - 18 |                                    | 550               | 17,88            | 23    | 54,33    | 498,5                      |             |
| Обед 12 - 18           | Салат Витаминный                   | 100               | 1,2              | 5,1   | 5,5      | 73                         | № 2, 2021   |
|                        | Суп картофельный с крупой          | 250               | 3,01             | 5,03  | 9,8      | 107                        | № 114, 2021 |
|                        | Капуста тушеная с мясом<br>(Бигус) | 200               | 18               | 13,3  | 5,2      | 240                        | № 329, 2021 |
|                        | Компот из смеси сухофруктов        | 180               | 0,6              | 0,1   | 20,1     | 84                         | № 376, 2021 |
|                        | Хлеб пшеничный в/с                 | 40                | 3,8              | 0,4   | 24,6     | 126                        | № 573, 2021 |
|                        | Хлеб ржаной                        | 30                | 5,33             | 1     | 26,73    | 90,6                       | № 575, 2021 |
| Итого: Обед 12- 18     |                                    | 800               | 31,94            | 24,93 | 91,93    | 720,6                      |             |
| Итого: за день         |                                    | 1350              | 50               | 48    | 146      | 1219                       |             |

2 смена

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

| Прием пищи             |                                    | Наименование блюда | Выход<br>блюда, г | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность | № рецептуры |
|------------------------|------------------------------------|--------------------|-------------------|------------------|-------|----------|----------------------------|-------------|
|                        |                                    |                    |                   | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |             |
| Неделя 2               |                                    |                    | Понедельник       |                  |       |          |                            |             |
| Обед 12 - 18           | Салат Витаминный                   | 100                | 1,2               | 5,1              | 5,5   | 73       | № 2, 2021                  |             |
|                        | Суп картофельный с крупой          | 250                | 3,01              | 5,03             | 9,8   | 107      | № 114, 2021                |             |
|                        | Капуста тушеная с мясом<br>(Бигус) | 200                | 18                | 13,3             | 5,2   | 240      | № 329, 2021                |             |
|                        | Компот из смеси сухофруктов        | 180                | 0,6               | 0,1              | 20,1  | 84       | № 376, 2021                |             |
|                        | Хлеб пшеничный в/с                 | 40                 | 3,8               | 0,4              | 24,6  | 126      | № 573, 2021                |             |
|                        | Хлеб ржаной                        | 30                 | 5,33              | 1                | 26,73 | 90,6     | № 575, 2021                |             |
| Итого: Обед 12- 18     |                                    | 800                | 31,94             | 24,93            | 91,93 | 720,6    |                            |             |
| Полдник: 12 - 18       |                                    |                    |                   |                  |       |          |                            |             |
|                        | Чай с молоком                      | 200                | 1,6               | 1,3              | 11,5  | 64       | № 460, 2021                |             |
|                        | Булочка домашняя                   | 100                | 4,2               | 6,7              | 27,8  | 189      | № 542, 2021                |             |
|                        | Хлеб пшеничный в/с                 | 50                 | 3,8               | 0,4              | 24,6  | 141      | № 573, 2021                |             |
| Итого: Полдник 12 - 18 |                                    | 350                | 10                | 8                | 64    | 394      |                            |             |
| Итого: за день         |                                    | 1150               | 42                | 33               | 156   | 1115     |                            |             |



И.А. Батуев Н. М.

1 смена

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

| Прием пищи             |                              | Наименование блюда | Выход<br>блюда, г | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность | № рецептуры |
|------------------------|------------------------------|--------------------|-------------------|------------------|-------|----------|----------------------------|-------------|
|                        |                              |                    |                   | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |             |
| Неделя 2               |                              |                    | Вторник           |                  |       |          |                            |             |
| Завтрак 12 - 18        | Каша рисовая молочная        | 250                | 3,78              | 4,95             | 40,59 | 230      | № 217, 2021                |             |
|                        | Кофейный напиток             | 200                | 1,4               | 1,2              | 11,4  | 66       | № 464, 2021                |             |
|                        | Бутерброд с сыром 40/10      | 50                 | 4,55              | 6,83             | 6,48  | 106      | № 63, 2021                 |             |
|                        | Фрукты                       | 100                | 0,57              | 0,57             | 14    | 62,86    | № 82, 2021                 |             |
|                        |                              |                    |                   |                  |       |          |                            |             |
| Итого: Завтрак 12 - 18 |                              | 600                | 10,3              | 13,55            | 72,47 | 464,86   |                            |             |
| Обед 12 - 18           | Икра кабачковая              | 100                | 0,40              | 0,9              | 2,00  | 28,0     | № 50, 2021                 |             |
|                        | Борщ с капустой и картофелем | 250                | 5,56              | 7,62             | 5,89  | 140,00   | № 95, 2021                 |             |
|                        | Пюре картофельное            | 180                | 2,7               | 4                | 5,8   | 91       | № 377, 2021                |             |
|                        | Котлета из птицы припущенная | 100                | 15,82             | 55,88            | 14,79 | 289      | № 372, 2021                |             |
|                        | Компот из смеси сухофруктов  | 180                | 0,6               | 0,1              | 20,1  | 84       | № 376, 2021                |             |
|                        | Хлеб пшеничный в/с           | 50                 | 3,8               | 0,4              | 24,6  | 141      | № 573, 2021                |             |
|                        | Хлеб ржаной                  | 30                 | 4                 | 0,75             | 10,05 | 103      | № 575, 2021                |             |
| Итого: Обед 12- 18     |                              | 890                | 33                | 70               | 83    | 876      |                            |             |
| Итого: за день         |                              | 1490               | 43                | 83               | 156   | 1341     |                            |             |

2 смена

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

| Гаджон, МБОУ СОШ № 2   |                              |                   |                  |       |          |                            |             |
|------------------------|------------------------------|-------------------|------------------|-------|----------|----------------------------|-------------|
| Прием пищи             | Наименование блюда           | Выход<br>блюда, г | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность | № рецептуры |
|                        |                              |                   | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |             |
| Неделя 2               |                              |                   | Вторник          |       |          |                            |             |
| Обед 12 - 18           | Икра кабачковая              | 100               | 0,40             | 0,9   | 2,00     | 28,0                       | № 50,2021   |
|                        | Борщ с капустой и картофелем | 250               | 5,56             | 7,62  | 5,89     | 140,00                     | № 95, 2021  |
|                        | Пюре картофельное            | 180               | 2,7              | 4     | 5,8      | 91                         | № 377, 2021 |
|                        | Котлета из птицы припущенная | 100               | 15,82            | 55,88 | 14,79    | 289                        | № 372, 2021 |
|                        | Компот из смеси сухофруктов  | 180               | 0,6              | 0,1   | 20,1     | 84                         | № 376, 2021 |
|                        | Хлеб пшеничный в/с           | 50                | 3,8              | 0,4   | 24,6     | 141                        | № 573, 2021 |
|                        | Хлеб ржаной                  | 30                | 4                | 0,75  | 10,05    | 103                        | № 575, 2021 |
| Итого: Обед 12- 18     |                              | 890               | 33               | 70    | 83       | 876                        |             |
| Полдник: 12 - 18       |                              |                   |                  |       |          |                            |             |
|                        | Чай с сахаром                | 180               | 7,6              | 6,8   | 41,8     | 260                        | № 457, 2021 |
|                        | Шанежка наливная             | 100               | 7,8              | 6,9   | 51,1     | 298                        | № 538, 2021 |
|                        | Фрукты                       | 100               | 0,57             | 0,57  | 14       | 62,86                      | № 82, 2021  |
|                        | Хлеб пшеничный в/с           | 50                | 3,8              | 0,4   | 24,6     | 141                        | № 573, 2021 |
| Итого: Полдник 12 - 18 |                              | 430               | 20               | 8     | 132      | 762                        |             |
| Итого: за день         |                              | 1320              | 53               | 78    | 215      | 1638                       |             |



Меню приготавливаемых блюд

| Наименование блюда     |                                | Выход<br>блюда, г | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая<br>ценность | № рецептуры   |
|------------------------|--------------------------------|-------------------|------------------|------|----------|----------------------------|---------------|
|                        |                                |                   | Белки            | Жиры | Углеводы |                            |               |
| Неделя 2               |                                |                   |                  |      |          |                            |               |
| Завтрак 12 - 18        | Вареники ленивые               | 250               | 4,8              | 5    | 16,44    | 130                        | № 289, 2021   |
|                        | Какао с молоком                | 200               | 3,3              | 2,9  | 13,8     | 94                         | № 462, 2021   |
|                        | Хлеб пшеничный 2с.             | 50                | 4                | 0,75 | 20,05    | 103                        | № 575, 2021   |
|                        | Бутерброд с маслом             | 50                | 3,5              | 9,25 | 19,7     | 159,7                      | № 63, 2021    |
| Итого: Завтрак 12 - 18 |                                | 550               | 15,6             | 17,9 | 69,99    | 486,7                      |               |
| Обед 12 - 18           | Винегрет с растительным маслом | 100               | 1,10             | 4,20 | 6,31     | 81                         | № 47, 2021    |
|                        | Суп лапша по - домашнему       | 250               | 2                | 3,08 | 8,9      | 106                        | № 128, 2021   |
|                        | Рис припущенный                | 180               | 3,6              | 5,4  | 38,8     | 310                        | № 386, 2021г. |
|                        | Печень говяжья по-строгановски | 100               | 19,5             | 9,4  | 7,6      | 199                        | № 356, 2021   |
|                        | Напиток из шиповника           | 180               | 0,68             |      | 4,30     | 22,00                      | № 496, 2021   |
|                        | Хлеб пшеничный в/с             | 50                | 3,8              | 0,4  | 24,6     | 141                        | № 573, 2021   |
|                        | Хлеб ржаной                    | 30                | 4                | 0,75 | 10,05    | 103                        | № 575, 2021   |
| Итого: Обед 12- 18     |                                | 890               | 35               | 23   | 101      | 962                        |               |
| Итого: за день         |                                | 1440              | 50               | 41   | 171      | 1449                       |               |

2 смена

Район: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

| Приложение №1. Меню школы №1 |                                |                   |                  |      |          |                            |               |
|------------------------------|--------------------------------|-------------------|------------------|------|----------|----------------------------|---------------|
| Прием пищи                   | Наименование блюда             | Выход<br>блюда, г | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая<br>ценность | № рецептуры   |
|                              |                                |                   | Белки            | Жиры | Углеводы |                            |               |
| Неделя 2                     |                                |                   | Вторник          |      |          |                            |               |
| Обед 12 - 18                 | Винегрет с растительным маслом | 100               | 1,10             | 4,20 | 6,31     | 81                         | № 47, 2021    |
|                              | Суп лапша по - домашнему       | 250               | 2                | 3,08 | 8,9      | 106                        | № 128, 2021   |
|                              | Рис припущенный                | 180               | 3,6              | 5,4  | 38,8     | 310                        | № 386, 2021г. |
|                              | Печень говяжья по-строгановски | 100               | 19,5             | 9,4  | 7,6      | 199                        | № 356, 2021   |
|                              | Напиток из шиповника           | 180               | 0,68             |      | 4,30     | 22,00                      | № 496, 2021   |
|                              | Хлеб пшеничный в/с             | 50                | 3,8              | 0,4  | 24,6     | 141                        | № 573, 2021   |
|                              | Хлеб ржаной                    | 30                | 4                | 0,75 | 10,05    | 103                        | № 575, 2021   |
| Итого: Обед 12- 18           |                                | 890               | 35               | 23   | 101      | 962                        |               |
| Полдник: 12 - 18             |                                |                   |                  |      |          |                            |               |
|                              | Чай с сахаром                  | 200               | 7,6              | 6,8  | 41,8     | 260                        | № 457, 2021   |
|                              | Ватрушка с творогом            | 100               | 7,8              | 6,9  | 51,1     | 298                        | № 531, 2021   |
|                              | Хлеб пшеничный в/с             | 50                | 3,8              | 0,4  | 24,6     | 141                        | № 573, 2021   |
| Итого: Полдник 12 - 18       |                                | 350               | 19               | 7    | 118      | 699                        |               |
| Итого: за день               |                                | 1240              | 54               | 31   | 218      | 1661                       |               |



| Прием пищи             | Наименование блюда              | Выход блюда, г | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|------------------------|---------------------------------|----------------|------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|
|                        |                                 |                | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |             |
| Неделя 2               |                                 | Четверг        |                  |       |          |                         |             |
| Завтрак 12 -18         | Каша "Дружба"                   | 250            | 3,9              | 4,95  | 20,7     | 160                     | № 229, 2021 |
|                        | Чай с молоком                   | 200            | 1,6              | 1,3   | 11,5     | 64                      | № 459, 2021 |
|                        | Хлеб пшеничный 2с.              | 50             | 4                | 0,75  | 20,05    | 103                     | № 575, 2021 |
|                        | Бутерброд с сыром 40/10         | 50             | 4,55             | 6,83  | 6,48     | 105,88                  | № 63,2021   |
| Итого: Завтрак 12 - 18 |                                 | 550            | 14,05            | 13,83 | 58,73    | 432,88                  |             |
| Обед 12 - 18           | Салат из свежей моркови         | 100            | 1,2              | 6     | 11,2     | 94                      | № 21,2021   |
|                        | Суп картофельный с клецками     | 250            | 2,65             | 3,5   | 10,3     | 95                      | № 115, 2021 |
|                        | Рыба тушеная с овощами в томате | 100            | 8,87             | 4,9   | 2,74     | 150                     | № 299, 2021 |
|                        | Каша рисовая вязкая             | 180            | 3,02             | 3,96  | 32,47    | 178                     | № 217, 2021 |
|                        | Сок фруктовый                   | 180            | 0,57             | 1     | 14,00    | 63                      | № 501, 2021 |
|                        | Хлеб пшеничный в/с              | 40             | 3,8              | 0,4   | 24,6     | 141                     | № 573, 2021 |
|                        | Хлеб ржаной                     | 30             | 4                | 0,75  | 10,05    | 103                     | № 575, 2021 |
| Итого: Обед 12- 18     |                                 | 880            | 24,11            | 20,08 | 105,36   | 824                     |             |
| Итого: за день         |                                 | 1430           | 38               | 34    | 164      | 1257                    |             |

2 смена

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

| Группа: МБОУ СОШ № 2   |                                  |                |                  |       |          |                         |             |
|------------------------|----------------------------------|----------------|------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|
| Прием пищи             | Наименование блюда               | Выход блюда, г | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|                        |                                  |                | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |             |
| Неделя 2               |                                  |                | Четверг          |       |          |                         |             |
| Обед 12 - 18           | Салат из свежей моркови          | 100            | 1,2              | 6     | 11,2     | 94                      | № 21,2021   |
|                        | Суп картофельный с клецками      | 250            | 2,65             | 3,5   | 10,3     | 95                      | № 115, 2021 |
|                        | Рыба тушенная с овощами в томате | 100            | 8,87             | 4,9   | 2,74     | 150                     | № 299, 2021 |
|                        | Каша рисовая вязкая              | 180            | 3,02             | 3,96  | 32,47    | 178                     | № 217, 2021 |
|                        | Сок фруктовый                    | 180            | 0,57             | 1     | 14,00    | 63                      | № 501, 2021 |
|                        | Хлеб пшеничный в/с               | 40             | 3,8              | 0,4   | 24,6     | 141                     | № 573, 2021 |
|                        | Хлеб ржаной                      | 30             | 4                | 0,75  | 10,05    | 103                     | № 575, 2021 |
| Итого: Обед 12- 18     |                                  | 880            | 24,11            | 20,08 | 105,36   | 824                     |             |
| Полдник: 12 - 18       |                                  |                |                  |       |          |                         |             |
|                        | Чай с лимоном                    | 200            | 0,3              | 0, 1  | 9,5      | 40                      | № 459, 2021 |
|                        | Ватрушки с повидлом              | 100            | 4,67             | 6     | 61       | 289                     | № 530, 2021 |
|                        | Хлеб пшеничный в/с               | 50             | 3,8              | 0,4   | 24,6     | 141                     | № 573, 2021 |
| Итого: Полдник 12 - 18 |                                  | 350            | 9                | 6     | 95       | 470                     |             |
| Итого: за день         |                                  | 1230           | 33               | 26    | 200      | 1294                    |             |



2 смена

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

| Прием пищи                 | Наименование блюда           | Выход<br>блюда, г | Пищевые вещества |        |          | Энергетиче<br>ская<br>ценность | № рецептуры           |
|----------------------------|------------------------------|-------------------|------------------|--------|----------|--------------------------------|-----------------------|
|                            |                              |                   | Белки            | Жиры   | Углеводы |                                |                       |
| Неделя 2                   |                              |                   | Пятница          |        |          |                                |                       |
| Завтрак 12 -18             | Каша манная                  | 250               | 6,22             | 6,6    | 31,24    | 240                            | № 230, 2021           |
|                            | Кофейный напиток             | 200               | 1,4              | 1,2    | 11,4     | 66                             | № 464,2021            |
|                            | Хлеб пшеничный 2с.           | 50                | 4                | 0,75   | 20,05    | 103                            | № 575, 2021           |
|                            | Бутерброд с сыром 40/10      | 50                | 4,55             | 6,83   | 6,48     | 106                            | № 63,2021             |
| Итого: Завтрак 12 - 18     |                              | 550               | 16,17            | 15,38  | 69,17    | 515                            |                       |
| Обед 12 - 18               |                              |                   |                  |        |          |                                |                       |
|                            | Свекла с растительным маслом | 100               | 0,86             | 3,05   | 5,7      | 82                             | № 26, 2021            |
|                            | Рассольник ленинградский     | 250               | 2,62             | 5,1    | 13,25    | 160                            | № 100, 2021           |
|                            | Пельмени                     | 200               | 15,6             | 12,9   | 40,2     | 344                            | Сб.рец.- В.Р. Кучма-2 |
|                            | Компот из смеси сухофруктов  | 180               | 0,6              | 0,1    | 20,1     | 84                             | № 376, 2021           |
|                            | Хлеб пшеничный в/с           | 40                | 3,8              | 0,4    | 24,6     | 141                            | № 573, 2021           |
|                            | Хлеб пшеничный 2с.           | 40                | 4                | 0,75   | 20,05    | 103                            | № 575, 2021           |
| Итого: Обед 12- 18         |                              | 810               | 27,48            | 22,3   | 123,9    | 914                            |                       |
| Итого: За день             |                              | 1360              | 44               | 38     | 193      | 1429                           |                       |
| Итого: за весь период      |                              | 14030             | 494,12           | 472,17 | 1793,94  | 13755,71                       |                       |
| Среднее значение за период |                              | 1403              | 49,41            | 47,21  | 179,39   | 1375,5                         |                       |

2 смена

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

| Прием пищи                 | Наименование блюда           | Выход<br>блюда, г | Пищевые вещества |        |          | Энергетиче-<br>ская<br>ценность | № рецептуры           |
|----------------------------|------------------------------|-------------------|------------------|--------|----------|---------------------------------|-----------------------|
|                            |                              |                   | Белки            | Жиры   | Углеводы |                                 |                       |
| Неделя 2                   |                              |                   | Пятница          |        |          |                                 |                       |
| Обед 12 - 18               |                              |                   |                  |        |          |                                 |                       |
|                            | Свекла с растительным маслом | 100               | 0,86             | 3,05   | 5,7      | 82                              | № 26, 2021            |
|                            | Рассольник ленинградский     | 250               | 2,62             | 5,1    | 13,25    | 160                             | № 100, 2021           |
|                            | Пельмени                     | 200               | 15,6             | 12,9   | 40,2     | 344                             | Сб.реп.- В.Р. Кучма-2 |
|                            | Компот из смеси сухофруктов  | 180               | 0,6              | 0,1    | 20,1     | 84                              | № 376, 2021           |
|                            | Хлеб пшеничный в/с           | 40                | 3,8              | 0,4    | 24,6     | 141                             | № 573, 2021           |
|                            | Хлеб пшеничный 2с.           | 40                | 4                | 0,75   | 20,05    | 103                             | № 575, 2021           |
| Итого: Обед 12- 18         |                              | 810               | 27,48            | 22,3   | 123,9    | 914                             |                       |
| Полдник: 12 - 18           |                              |                   |                  |        |          |                                 |                       |
|                            | Чай с сахаром                | 200               | 0,2              | 0,1    | 9,3      | 38                              | № 457, 2021           |
|                            | Сдоба обыкновенная           | 100               | 8                | 2,8    | 47,8     | 248                             | № 545, 2017           |
|                            | Хлеб пшеничный в/с           | 50                | 3,8              | 0,4    | 24,6     | 141                             | № 573, 2021           |
| Итого: Полдник 12 - 18     |                              | 350               | 12               | 3      | 82       | 427                             |                       |
| Итого: за день             |                              | 1160              | 39               | 26     | 206      | 1341                            |                       |
| Итого: за весь период      |                              | 12060             | 459,59           | 360,54 | 1864,18  | 13123,98                        |                       |
| Среднее значение за период |                              | 1206              | 45,95            | 36,05  | 186,41   | 1312,3                          |                       |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 74622892844150726796523337175507594912532816820

Владелец Вахрушева Елена Михайловна

Действителен с 23.06.2025 по 23.06.2026