

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

10.03.2026г.

Утверждено:

Н.М. Батуев

Н.М. Батуев

10.03.2026г.

Примерное всесезонное десятидневное меню для учащихся,
воспитанников с

ограниченными возможностями здоровья.

МБОУ СКОШИ ЧГО с. Фоки

(7-11 лет)

Разработано:

Технолог: Ожегина О. В.



Примерное меню на 10 дней для учащихся, воспитанников с ограниченными возможностями.

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетиче ская ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя			Понедельник				
Завтрак 7 - 11	Каша рисовая молочная	200	5,16	6,52	32,18	208	№ 236, 2021
	Кофейный напиток	200	1,4	1,2	11,4	63	№ 464, 2021
	Бутерброд с маслом 40/10	50	3,5	9,25	19,7	159,7	№ 63, 2021
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	№ 575, 2021
	Итого: Завтрак 7-11	500	14,06	17,72	83,33	533,7	
2 Завтрак 7-11							
	Фрукты	200	0,8	0,8	9,8	44	№ 82, 2021г.
	Итого: 2 Завтрак	200	0,8	0,8	9,8	44	
Обед 7-11	Зеленый горошек консервированный	60	6,60	2,09	3,18	36,8	№ 157, 2021
	Суп крестьянский с крупой	200	1,92	4	6,8	70,8	№ 118, 2021
	Каша гречневая рассыпчатая	150	11,8	8,82	52,28	251,85	№ 202, 2021
	Котлета Нежная	90	16,74	11,16	5,67	190	№ 373,2021
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,6	0,1	20,1	84	№ 495, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	30	2,5	0,3	16,4	78	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	20	2,70	0,5	13,40	69,00	№ 575, 2021
	Итого: Обед 7- 11	730	42,89	26,93	117,83	780,45	
Полдник: 7 - 1							
	Кисель из концентрата плодового (ягодного)	200	1,36	0	29,0	116	№ 484, 2021
	Булочка домашняя	100	4,2	6,7	27,8	189	№ 542, 2021
	Итого: Полдник 7 - 11	300	5,56	6,7	56,8	305	
Ужин: 7 - 11							
	Рагу из овощей	150	2,5	3,5	10	81,5	№ 176, 2021
	Тефтели мясные с рисом Ёжики	90	11,94	12,68	5,64	185	№ 348, 2021
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	№ 457, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	40	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	20	2,67	0,5	13,37	68,67	№ 575, 2021
	Итого: Ужин 7- 11	500	21,11	17,18	62,91	514,17	
2 Ужин: 7 - 11							
	Кисломолочный напиток (Кефир)	200	6	6,4	8	112,52	№ 470, 2021
	Итого: 2 Ужин 7 - 11	200	6	6,4	8	112,52	
	Итого за день:	2430	90,42	75,73	338,67	2289,84	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.



Меню приготавливаемых блюд

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1			Вторник				
Завтрак 7 - 11	Суп молочный с макаронными изд.	200	5,85	5,81	20,00	155	№ 139, 2021
	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94	№ 462, 2021
	Бутерброд с сыром 40/10	50	6,90	9,00	10,00	149,00	№ 63,2021
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,00	99	№ 575, 2021
Итого: Завтрак 7 - 11		500	20	18	64	497	
2 Завтрак 7 - 11							
	Сок фруктовый	200	1	0,1	10,1	43,0	№ 501, 2021
Итого: 2 Завтрак 7-11		200	1	0,1	10,1	43,0	
Обед 7 - 11	Салат из картофельный с квашеной капустой	60	1,26	3,78	4,92	58,8	№ 1, 2021
	Рассольник ленинградский	200	2,10	4,08	10,60	87,6	№ 100, 2021
	Макаронные изделия отварные	150	3,7	3,3	19,7	123	№ 256, 2021
	Котлета мясная	90	15,80	11,07	13,50	218,7	№ 339, 2021
	Напиток из шиповника	180	0,68		4,30	22,00	№ 496, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	30	2,5	0,3	16,4	78	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	20	2,7	0,5	13,4	69	№ 575, 2021
Итого: Обед 7 - 11		730	28,74	23,03	82,82	657,1	
Полдник: 7 - 11	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	№ 460, 2021
	Печенье	50	3,75	4,9	31,2	207,5	№ 582, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
Итого: Полдник 7 - 11		300	9	7	67	413	
Ужин: 7 - 11							
	Картофель, тушенный с луком	150	6,4	6,37	6,37	108	№ 322, 2021
	Котлеты из рыбы	90	10,8	1,32	8,4	88,8	№ 307, 2021
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	№ 457, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	40	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	20	2,70	0,5	13,40	69,00	№ 575, 2021
Итого: Ужин 7 - 11		500	24	9	62	445	
2 Ужин: 7 - 11							
	Кисломолочный напиток " Снежок"	200	6	6,4	11	118	№ 470, 2021
Итого: 2 Ужин 7 - 11		200	6	6,4	11	118	
Итого за день:		2430	88	63	297	2173	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.

Ожегина



Меню приготавливаемых блюд

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 1 (В-Л)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1			Среда				
Завтрак 7 - 11	Каша манная молочная жидкая	200	6,21	7,08	30,91	215,00	№ 230, 2021
	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	№ 459, 2021
	Яйцо варенное	40	5,08	4,6	0,28	62,8	№ 267, 2021
	Хлеб ржаной	50	2	0,65	19,90	99	№ 575, 2021
	Масло сливочное	10	0,08	7,27	0,13	66	№ 79, 2021
	Итого: Завтрак 7 - 11	500	15,23	16,30	62,72	506,80	
2 Завтрак 7 - 11							
	Фрукты	200	0,57	0,57	14	62,86	№ 82, 2021
	Итого: 2 Завтрак 7- 11	200	0,57	0,57	14	62,86	
Обед 7 - 11							
	Винегрет с растительным маслом	60	0,95	3,98	5,31	61	№ 47, 2021
	Уха рыбацкая	200	5,86	1,84	6,66	66,6	№ 120, 2021
	Плов из отварной птицы	200	12,3	8,2	24,8	223	№ 375, 2021
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	20,1	84	№ 376, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
	Итого: Обед 7 - 11	710	24	15	81	576	
Полдник: 7 - 11							
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	№ 457, 2021
	Вафли	50	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 7 - 11	300	6	8	65	450	
Ужин: 7 - 11							
	Запеканка рисовая с творогом	180	10,10	4,60	39	239	№ 282, 2021
	Повидло	20	2,40	4,82	7,90	84,60	№ 406, 2021
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	№ 457, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	117	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	50	3	0,65	19,90	99	№ 575, 2021
	Итого: Ужин 7 - 11	500	20	11	101	578	
2 Ужин: 7 - 11							
	Молоко кипяченое	200	6	5,3	10,1	112,9	№ 469, 2021
	Итого: 2 Ужин 7- 11	200	6,1	5,3	10,1	112,89	
	Итого за день:	2410	71	55	335	2285	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.

Ожегина



Меню приготавливаемых блюд

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда,	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1			Четверг				
Завтрак 7 - 11	Каша ячневая вязкая	200	7,12	6,79	38,99	247	№ 227, 2021
	Кофейный напиток	200	1,4	1,2	11,4	63	№ 464,2021
	Хлеб ржаной	50	4	0,65	20,05	103	№ 575, 2021
	Бутерброд с сыром 40/10	50	4,55	6,83	6,48	105,88	№ 63,2021
	Итого: Завтрак 7 - 11	500	17,07	15,47	76,92	518,88	
2 Завтрак 7 - 11							
	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1	43	№ 501, 2021
Итого: 2 Завтрак 7 - 11		200	0,5	0,1	10,1	43	
Обед 7 - 11	Салат из квашеной капусты с луком	60	1,92	0,12	6,24	32,4	№ 9, 2021
	Суп гороховый со сметаной	200	5,92	2,6	12,62	176,50	№ 433, 127, 2021
	Рис припущенный	150	4,8	7,2	39,2	241,6	№ 386, 2021г.
	Фрикадельки в соусе	90	18,00	14,31	0,64	203,40	№ 145, 419, 2021
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,6	0,1	20,1	84	№ 376, 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 7 - 11		730	35,37	24,82	103,22	857,1	
Полдник: 7 - 11							
	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
Итого: Полдник 7 - 11		300	4	7	37	227	
Ужин: 7 - 11							
	Каша пшеничная вязкая	160	6,51	5,79	30,36	202,4	№ 223, 2021
	Шницель рубленый куриный	90	16,80	15,10	9	238,00	№ 372, 2021
	Напиток из шиповника	200	0,68		4,3	22	№ 469, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,33	№ 575, 2021
Итого: Ужин 7 - 11		540	33	22	95	741	
2 Ужин: 7 - 11							
	Кисломолочный напиток (Кефир)	200	6	6,4	8	112,52	№ 470, 2021
Итого: 2 Ужин 7 - 11		200	6	6,4	8	112,52	
Итого за день:		2470	96	76	330	2499	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.

Ожегина



Меню приготавливаемых блюд

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2			Понедельник				
Завтрак 7 - 11	Суп молочный с крупой	200	4,8	5	16,44	130	№ 140, 2021
	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94	№ 462, 2021
	Бутерброд с сыром 50/10	60	4,55	6,83	6,48	105,88	№ 63, 2021
	Хлеб ржаной	50	2	0,65	19,90	99	№ 575, 2021
	Итого: Завтрак 7 - 11	510	13	15	37	330	
2 Завтрак 7 - 11							
	Фрукты	200	0,57	0,57	14	62,86	№ 82, 2021
	Итого: 2 Завтрак 7 - 11	200	0,57	0,57	14	62,86	
Обед 7-11	Кукуруза консервированная	60	8,6	0,5	16,86	72,7	№ 149, 2021
	Суп лапша по - домашнему	200	2	3,08	8,9	71,4	№ 128, 2021
	Капуста тушенная с мясом (Бигус)	180	13,50	9,98	3,90	159,70	№ 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	141	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	40	3,06	1	17,90	89,10	№ 575, 2021
	Итого: Обед 7 - 11	700	21	11	67	474	
Полдник: 7 - 11							
	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
	Итого: Полдник 7 - 11	300	6	8	39	253	
Ужин: 7 - 11	Каша ячневая вязкая	150	6,36	5,83	29,08	194,23	№ 227, 2021
	Фрикадельки в соусе	90	18,00	14	0,64	203,40	№ 145, 419, 2021
	Чай с сахаром	200	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	40	5,33	1	26,73	137,33	№ 575, 2021
	Итого: Ужин 7 - 11	530	34	22	90	714	
2 Ужин: 7 - 11							
	Молоко кипяченое	200	6	5,3	10,1	112,9	№ 469, 2021
	Итого: 2 Ужин 7 - 11	200	6,1	5,3	10,1	112,89	
Итого за день:		2440	80	61	257	1946	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.



Меню приготавливаемых блюд

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2			Вторник				
Завтрак 7 - 11	Каша рисовая молочная	200	3,02	3,96	32,47	174,66	№ 217, 2021
	Кофейный напиток	200	1,4	1,2	11,4	66	№ 464, 2021
	Яйцо варенное	40	5,08	4,6	0,28	62,8	№ 267, 2021
	Хлеб ржаной	60	4	0,75	20,05	82,34	№ 575, 2021
	Итого: Завтрак 7 - 11	500	13,5	10,51	64,2	385,8	
2 Завтрак 7 - 11							
	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1	43	№ 501, 2021
	Итого: 2 Завтрак 7 - 11	200	1	0	10	43	
Обед 7 - 11	Икра кабачковая	60	0,40	0,9	2,00	18,0	№ 50, 2021
	Суп картофельный с крупой	200	2,41	4,02	7,84	78,2	№ 114, 2021
	Пюре картофельное	150	2,7	4	5,8	70	№ 377, 2021
	Котлета из птицы припущенная	90	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	20	1,36	0,26	7,96	39,60	№ 575, 2021
	Итого: Обед 7 - 11	750	25	66	83	720	
Полдник: 7 - 11							
	Чай с сахаром	200	7,6	6,8	41,8	260	№ 457, 2021
	Шанежка наливная	100	7,8	6,9	51,1	298	№ 538, 2021
	Итого: Полдник 7 - 11	300	15	7	93	558	
Ужин: 7 - 11	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,53	9,62	23,56	170,78	№ 202, 2021
	Рыба тушенная с овощами в томате	100	12,2	6,8	3,8	125,4	№ 299, 2021
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	№ 457, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	117	№ 573, 2021
	Итого: Ужин 7 - 11	500	20,73	16,92	61,26	451,18	
2 Ужин: 7 - 11							
	Кисломолочный напиток (Кефир)	200	5,8	6	8	113	№ 470, 2021
	Итого: 2 Ужин 7 - 11	200	5,8	6	8	113	
Итого за день:		2450	81	106	320	2271	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.

Ожегина



Меню приготавливаемых блюд

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2			Среда				
Завтрак 7 - 11	Каша ячневая вязкая	200	7,12	6,79	38,99	247	№ 227, 2021
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	№ 457, 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 7 - 11	500	15	17	88	548	
2 Завтрак 7 - 11							
	Фрукты	200	0,57	0,57	14	62,86	№ 82, 2021
	Итого: 2 Завтрак 7 - 11	200	1	1	14	63	
Обед 7 - 11	Винегрет с растительным маслом	60	0,95	3,98	5,31	61	№ 47, 2021
	Борщ с капустой и картофелем	200	5,56	7,62	5,89	114,36	№ 95, 2021
	Рис припущенный	150	4,8	7,2	39,2	241,6	№ 386, 2021г.
	Печень говяжья по-строгановски	90	17,55	8,46	6,84	173,7	№ 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	1,6	0,21	8,02	41,2	№ 575, 2021
	Итого: Обед 7 - 11	760	34	24	89	734	
Полдник: 7 - 11	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	№ 457, 2021
	Печенье	50	3,75	4,9	31,2	207,5	№ 582, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	117	№ 573, 2021
	Итого: Полдник 7 - 11	300	8	5	65	363	
Ужин: 7 - 11	Голубцы ленивые	90	9,45	11,34	3,15	150	№ 333, 2021
	Макаронные изделия отварные	150	3,7	3,3	19,7	117	№ 256, 2021
	Чай с лимоном	200	0,3	0,1	9,5	40	№ 459, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	30	2,53	0,26	16,4	78	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	30	4	0,75	10,05	103	№ 575, 2021
	Итого: Ужин 7 - 11	500	20	16	59	488	
2 Ужин: 7 - 11							
	Кисломолочный напиток "Снежок"	200	6	6,4	11	118	№ 470, 2021
	Итого: 2 Ужин 7 - 11	200	6	6	11	118	
Итого за день:		2460	83	69	326	2313	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.



Меню приготавливаемых блюд

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2			Четверг				
Завтрак 7 - 11	Каша "Дружба"	200	3,9	4,95	20,7	142	№ 229, 2021
	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	№ 459, 2021
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,00	99	№ 575, 2021
	Бутерброд с сыром 40/10	50	6,90	9,00	10,00	149	№ 63,2021
	Итого: Завтрак 7 - 11	500	16	16	62	454	
2 Завтрак 7 - 11							
	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1	43	№ 501, 2021
Итого: 2 Завтрак 7 - 11		200	1	0	10	43	
Обед 7 - 11	Салат картофельный с квашеной капустой	60	1,26	3,78	4,92	58,8	№ 43, 2021
	Суп картофельный с клецками	200	2,12	2,8	7,56	64	№ 115, 2021
	Рыба тушеная с овощами в томате	90	12,2	6,8	3,8	125,0	№ 299, 2021
	Каша гречневая рассыпчатая	150	11,8	8,82	52,28	252	№ 202, 2021
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,6	0,1	20,1	84	№ 376, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	40	3,4	0,4	22,1	105	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	20	1,36	0,26	7,96	39,60	№ 575, 2021
Итого: Обед 7- 11		740	32,76	22,92	118,72	728,7	
Полдник: 7 - 11	Чай с лимоном	200	0,3	0, 1	9,5	40	№ 459, 2021
	Ватрушки с повидлом	100	4,67	6	61	289	№ 530,2021
	Итого: Полдник 7 - 11	300	5	6	71	329	
Ужин: 7 - 11	Пюре из гороха с маслом	150	16,1	3,66	29,05	213,66	№ 389, 2021
	Тефтели мясные Ёжики	90	11,94	12,68	5,64	185	№ 348, 2021
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	№ 457, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	30	2,53	0,26	16,4	78	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	30	2,26	0,4	13,2	66	№ 575, 2021
Итого: Ужин 7 -11		500	33,03	17,06	73,59	580,66	
2 Ужин: 7 - 11							
	Молоко кипяченное	200	6	5,3	10,1	112,9	№ 469, 2021
Итого: 2 Ужин 7 - 11		200	6	5,3	10,1	112,5	
Итого за день:		2440	94	67	345	2248	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 137229390276579249501011284440209805858236050531

Владелец Леухина Наталья Леонидовна

Действителен с 18.08.2026 по 18.08.2027