



УТВЕРЖДАЮ:

Директор
МАУ «Центр социального питания»

Я.Н.Фадееenko

«20» августа 2026 г.

ПРИМЕРНОЕ 12-ДНЕВНОЕ МЕНЮ
БЕСПЛАТНОГО ДВУХРАЗОВОГО ПИТАНИЯ
ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ
ЗДОРОВЬЯ ;ДЕТЕЙ-ИНВАЛИДОВ, ИНВАЛИДОВ ОБУЧАЮЩИХСЯ
ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМ ПРОГРАММАМ ОСНОВНОГО ОБЩЕГО
И СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ 5-11 КЛАССОВ

Г. ВОЛОГДА

СОГЛАСОВАНО:

Директор _____

«____» _____ 2026 год

**Примерное 12-дневное меню
бесплатного двухразового питания**

для обучающихся 5-11 классов с ограниченными возможностями здоровья, детей-инвалидов и инвалидов обучающихся по образовательным программам основного общего и среднего образования

	Первая неделя					
	Понедельник					
	Второй завтрак					
ТТК/2022	Каша рисовая жидкая молочная с маслом	200/5	4,05	6,05	23,94	160
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,05	15,01	57
23/2022	Батон нарезной	31	2,33	0,96	16,96	81
	Итого за второй завтрак	436	6,58	7,06	55,91	298,00
	Обед					
139/2004	Суп картофельный с горохом и цыпленком отварным	250/12,5	8,6	7,05	23,04	184
ТТК/2025	Плов из свинины	50/200	18,79	16,31	53,41	552
ТТК	Напиток чайный Ягодный	200	0,2	0,05	12,1	46
24/2022	Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,3	62
338/2011	Плоды свежие(яблоко)	158	0,63	0,63	23,38	75
	Итого за обед	900,5	30,20	24,37	124,23	919,00
	Итого (за второй завтрак+обед)	1 336,50	36,78	31,43	180,14	1 217,00
1 нед	Вторник					
	Второй завтрак					
ТТК/2022	Каша пшенная жидкая молочная с маслом	200/5	6,15	6,70	29,07	194
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,05	15,01	57
23/2022	Батон нарезной	20	1,5	0,59	10,27	53
	Итого за второй завтрак	425	7,85	7,34	54,35	304
	Обед					
135/2004	Суп из овощей с цыпленком отварным	250/12,5	7,91	7,35	13,64	149
ТТК	Палочки куриные с сыром	100	14,99	15,52	13,19	249
601/2004	Соус сметанный с томатом	30	0,84	3,06	1,86	39
508/2004	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,98	6,73	60,1	318
472/2016	Напиток абрикосовый	200	0,52	0,03	15,08	59
24/2022	Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,3	62
	Итого за обед	802,5	34,22	33,02	116,17	876
	Итого (за второй завтрак+обед)	1 227,50	42,07	40,36	170,52	1 180,00
1 нед	Среда					
	Второй завтрак					
ТТК/2022	Каша гречневая жидкая молочная с маслом	200/5	5,45	6,6	29,97	194
ТТК	Чай с сахаром и яблоками	200/15/10	0,24	0,05	16	62
23/2022	Батон нарезной	37	2,77	1,07	19,02	97
	Итого за второй завтрак	452	8,46	7,72	64,99	353

	Обед					
124/2004	Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленком отварным, сметаной	250/12,5/5	7,34	9,78	11,15	159
ТТК/2025	Мясо тушеное	100	11,37	28,49	3,23	314
516/2004	Макаронные изделия отварные	180	6,45	5,12	46,08	245
686/04	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,26	0,05	15,22	59
24/2022	Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,30	62
338/2011	Плоды свежие(яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого за обед	884,5	27,80	44,17	97,78	886,00
	Итого (за второй завтрак+обед)	1 336,50	36,26	51,89	162,77	1 239,00
1 нед	Четверг					
	Второй завтрак					
ТТК/2022	Каша пшеничная жидкая молочная с маслом	200/5	6,38	6,18	29,47	192
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,05	15,01	57
23/2022	Батон нарезной	27	2,03	0,78	13,87	71
96/2004	Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,13	66
	Итого за второй завтрак	442	8,71	14,21	58,48	386,00
	Обед					
ТТК/2025	Борщ из свежей капусты с картофелем, цыпленком отварным, сметаной	250/12,5/5	6,70	9,73	12,30	161
ТТК	Шницель куриный по-домашнему	100	12,83	13,11	16,51	231
587/04	с соусом томатным	40	0,23	2,4	2	30
512/2004	Рис припущенный	180	4,49	5,2	46,68	240
639/04	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,1	31,4	124
24/2022	Хлеб дарницкий	20	1,32	0,2	8,2	41
	Итого за обед	837,5	26,23	30,74	117,09	827
	Итого (за второй завтрак+обед)	1 279,50	34,94	44,95	175,57	1 213,00
1 нед	Пятница					
ТТК	Каша "Дружба" жидкая молочная с маслом	200/3	5,11	4,97	26,47	165
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,05	15,01	57
24/2022	Хлеб дарницкий	14	0,92	0,14	5,74	29
	Итого за второй завтрак	417	6,23	5,16	47,22	251
	Обед					
132/04	Рассольник ленинградский с перловой крупой, цыпленком отварным, сметаной	250/12,5/5	8,5	11,52	17,29	206
ТТК/2026	Пельмени отварные со сметаной	180/40	12,52	30,45	36,26	460
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,05	15,01	57
338/2011	Плоды свежие(яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
24/2022	Хлеб дарницкий	35	2,31	0,35	14,35	72
	Итого за обед	822,5	23,93	42,77	92,71	842
	Итого (за второй завтрак+обед)	1 239,50	30,16	47,93	139,93	1 093,00

1 нед	Суббота					
	Второй завтрак					
ТТК/2026	Блинчики "Домашние" с повидлом	100/20	5,79	7,61	36,15	227
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,05	15,01	57
	Итого за второй завтрак	320	5,99	7,66	51,16	284,00
	Обед					
ТТК/2026	Суп рисовый с мясом(говядина)	250/10	4,58	3,8	12,4	99
ТТУ/2024	Картофель тушеный с мясом	40/210	15,59	26,51	42,66	461
ТТК	Узвар	200	0,56	0,024	29,64	114
23/2022	Батон нарезной	51	3,83	1,48	26,21	134
338/2011	Плоды свежие(яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого за обед	861	21,13	32,21	120,71	855
	Итого (за второй завтрак+обед)	1 181,00	27,12	39,87	171,87	1 139,00

	Вторая неделя					
	Понедельник					
	Второй завтрак					
864/2022	Блинчик"Домашний" с ягодой протертой	50/10	2,85	3,81	17,55	112
ТТК	Чай с сахаром и яблоками	200/15/10	0,24	0,05	16	62
	Итого за второй завтрак	270	3,09	3,86	33,55	174
	Обед					
ТТК/2026	Суп картофельный с рыбными консервами	250/10	5,07	6,28	21,55	158
ТТК	Шницель куриный по-домашнему	100	12,83	13,11	16,51	231
601/2004	с соусом сметанным с томатом	40	1,12	4,1	2,48	52
512/2004	Рис припущенный	180	4,49	5,2	46,68	240
846/2022	Напиток витаминный	200	0,31	0,096	20,94	81
24/2022	Хлеб дарницкий	43	2,84	0,43	17,63	89
	Итого за обед	823	26,66	29,216	125,79	851
	Итого (за второй завтрак+обед)	1 093,00	29,75	33,08	159,34	1 025,00

2 нед	Вторник					
	Второй завтрак					
ТТК/2022	Каша рисовая жидкая молочная с маслом	200/5	4,05	6,05	23,94	160
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,05	15,01	57
23/2022	Батон нарезной	35	2,63	1,02	17,99	92
	Итого за второй завтрак	440	6,88	7,12	56,94	309
	Обед					
134/2004	Суп крестьянский с перловой крупой, цыпленком отварным, сметаной	250/12,5/5	8,25	8,17	15,75	166
451/2004	Котлета мясная	100	13,29	30,69	16,32	391
587/04	Соус томатный	30	0,174	1,8	1,5	23
508/2004	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,98	6,73	60,10	318
638/04	Компот из изюма	200	0,46	0,1	34,2	131
24/2022	Хлеб дарницкий	45	2,97	0,45	18,45	93
338/2011	Плоды свежие(яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого за обед	922,5	33,52	48,34	156,12	1169
	Итого (за второй завтрак+обед)	1 362,50	40,40	55,46	213,06	1 478,00

2 нед	Среда					
	Второй завтрак					
ТТК/2022	Каша пшеничная жидкая молочная с маслом	200/5	6,15	6,70	29,07	194
ТТК	Напиток яблочный	200	0,09	0,09	25,33	103
23/2022	Батон нарезной	32	2,4	0,93	16	84
	Итого за второй завтрак	437	8,64	7,72	70,40	381
	Обед					
ТТК/2025	Борщ из свежей капусты с картофелем, цыпленком отварным, сметаной	250/12,5/5	6,70	9,73	12,30	161
318/2016	Котлета рубленая из цыпленка(филе)	100	12,62	13,10	15,96	228
601/2004	Соус сметанный с томатом	40	1,12	4,1	2,48	52
516/2004	Макаронные изделия отварные	180	6,45	5,12	46,08	245
705/04	Напиток из плодов шиповника	200	0,4	0	23,6	94
№24/2002	Хлеб Гречишный	30	1,98	0,34	12,4	79
	Итого за обед	817,5	29,27	32,39	112,82	859
	Итого (за второй завтрак+обед)	1254,50	37,91	40,11	183,22	1240,00
2 нед	Четверг					
	Второй завтрак					
ТТК	Каша жидкая овсяная из хлопьев "Геркулес"	200/5	5,28	7,11	21,57	167
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,05	15,01	57
23/2022	Батон нарезной	20	1,5	0,59	10,27	53
96/2004	Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,13	66
	Итого за второй завтрак	435	7,08	14,95	46,98	343,00
	Обед					
54/2022	Салат из свеклы отварной с маслом	100	1,33	4,5	7,67	76
140/2004	Суп картофельный с вермишелью и цыпленком отварным	250/12,5	8,72	5,45	24,14	175
ТТК/2025	Колбаски школьные	100	13,65	19,79	13,13	282
ТТК/2026	Картофель отварной,запеченный с сыром	180	5,91	8,68	29,68	221
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,05	15,01	57
24/2022	Хлеб дарницкий	35	2,31	0,35	14,35	72
	Итого за обед	877,5	32,12	38,82	103,98	883,00
	Итого (за второй завтрак+обед)	1 312,50	39,20	53,77	150,96	1 226,00
2 нед	Пятница					
	Второй завтрак					
ТТК/2022	Каша пшеничная жидкая молочная с маслом	200/5	6,38	6,18	29,47	192
686/04	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,26	0,05	15,22	59
23/2022	Батон нарезной	38	2,85	1,1	19,53	100
96/2004	Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,13	66
	Итого за завтрак	460	9,59	14,53	64,35	417
	Обед					
124/2004	Щи из свежей капусты с картофелем, цыпленком отварным,сметаной	250/12,5/5	7,34	9,78	11,15	159

ТТК/2026	Колбаска куриная	100	10,78	14,45	11,29	216
587/04	Соус томатный	40	0,23	2,4	2	30
508/2004	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,98	6,73	60,1	318
ТТК	Узвар	200	0,56	0,024	29,64	114
24/2022	Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,3	62
	Итого за обед	817,5	28,87	33,71	126,48	899
	Итого (за второй завтрак+обед)	1 277,50	38,46	48,24	190,83	1 316,00
2 нед	Суббота					
	Второй завтрак					
ТТК/2022	Каша гречневая жидкая молочная с маслом	200/5	5,45	6,60	29,97	194
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,05	15,01	57
96/2004	Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,13	66
23/2022	Батон нарезной	40	3	1,18	20,54	105
	Итого за второй завтрак	435	8,75	15,03	65,65	422
	Обед					
ТТК/2026	Суп рисовый с мясом(свинина)	250/10	4	5,68	12,4	114
ТТК /2026	Бифштекс студенческий	100	16,65	19,04	4,47	255
587/04	Соус томатный	40	0,23	2,4	2	30
516/2004	Макаронные изделия отварные	180	6,45	5,12	46,08	245
ТТК	Чай с сахаром и яблоками	200/15/10	0,24	0,05	16	62
23/2022	Батон нарезной	35	2,63	1,02	17,99	92
24/2022	Хлеб дарницкий	15	0,99	0,17	6,15	31
	Итого за обед	840	31,19	33,48	105,09	829,00
	Итого (за второй завтрак+обед)	1 275,00	39,94	48,51	170,74	1 251,00