УТВЕРЖДАЮ:

Директор
МАУ «Центр социального питания»

_____ Я.Н.Фадеенко

«16» сентября 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 инвалидов обучающихся по образовательным программам основного общего и среднего образования с 16.09.2026

	Первая неделя	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.цен
	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)	149	0,59	0,59	14,5	**70**
	Итого за обед	**900,5**	**30,16**	**24,33**	**115,35**	**914,00**
	Итого (за второй завтрак+обед)	**1 336,50**	**36,74**	**31,39**	**171,26**	**1 212,00**
1 нед	**Вторник**					
	Второй завтрак					
ТТК/2022	Каша пшенная жидкая молочная с маслом	200/3	6,16	5,30	29,04	**181**
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,05	15,01	**57**
23/2022	Батон нарезной	14	1,05	0,41	7,2	**37**
	Итого за второй завтрак	**417**	**6,36**	**5,76**	**51,25**	**275**
	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**
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,05	15,01	**57**
24/2022	Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,3	**62**
	Итого за обед	**802,5**	**33,90**	**33,04**	**116,10**	**874**
	Итого (за второй завтрак+обед)	**1 219,50**	**40,26**	**38,80**	**167,35**	**1 149,00**
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	22	1,65	0,64	11,31	**58**
	Итого за второй завтрак	**437**	**7,34**	**7,29**	**57,28**	**314**

	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)	**1 321,50**	**35,14**	**51,46**	**155,06**	**1 200,00**
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	34	2,55	0,99	17,48	**89**
96/2004	Масло сливочное	8	0,08	5,76	0,1	**53**
	Итого за второй завтрак	**447**	**9,21**	**12,98**	**62,06**	**391,00**
	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)	**1 284,50**	**35,44**	**43,72**	**179,15**	**1 218,00**
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	31	2,05	0,31	12,71	**64**
	Итого за обед	**818,5**	**23,67**	**42,73**	**91,07**	**834**
	Итого (за второй завтрак+обед)	**1 235,50**	**29,90**	**47,89**	**138,29**	**1 085,00**

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**
24/2022	Хлеб дарницкий	45	2,97	0,45	18,45	**93**
338/2011	Плоды свежие(яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	**56**
	Итого за обед	**875**	**24,18**	**31,26**	**114,91**	**823**
	Итого (за второй завтрак+обед)	**1 195,00**	**30,17**	**38,92**	**166,07**	**1 107,00**
	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	31	2,05	0,31	12,71	**64**
	Итого за обед	**811**	**25,87**	**29,096**	**120,87**	**826**
	Итого (за второй завтрак+обед)	**1 081,00**	**28,96**	**32,96**	**154,42**	**1 000,00**
2 нед	**Вторник**					
	Второй завтрак					
ТТК/2022	Каша рисовая жидкая молочная с маслом	200/3	4,03	4,6	23,81	**148**
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,05	15,01	**57**
23/2022	Батон нарезной	29	2,18	0,84	14,91	**76**
	Итого за второй завтрак	**432**	**6,41**	**5,49**	**53,73**	**281**
	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)	**1 354,50**	**39,93**	**53,83**	**209,85**	**1 450,00**

2 нед	**Среда**					
	Второй завтрак					
ТТК/2022	Каша пшенная 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	20	1,5	0,59	10,27	**53**
	Итого за второй завтрак	**425**	**7,74**	**7,38**	**64,67**	**350**
	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 рубленная 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)	**1242,50**	**37,01**	**39,77**	**177,49**	**1209,00**
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	36	2,37	0,36	14,76	**74**
	Итого за обед	**878,5**	**32,18**	**38,83**	**104,39**	**885,00**
	Итого (за второй завтрак+обед)	**1 313,50**	**39,26**	**53,78**	**151,37**	**1 228,00**
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	24	1,8	0,7	12,34	**63**
96/2004	Масло сливочное	8	0,08	5,76	0,1	**53**
	Итого за завтрак	**460**	**6,72**	**12,69**	**57,13**	**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 в сухарях	100	10,99	16,13	16,55	**251**
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**	**29,08**	**35,39**	**131,74**	**934**
	Итого (за второй завтрак+обед)	**1 277,50**	**35,80**	**48,08**	**188,87**	**1 351,00**
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	**455**	**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	18	1,35	0,52	9,25	**47**
24/2022	Хлеб дарницкий	15	0,99	0,17	6,15	**31**
	Итого за обед	**823**	**28,56**	**32,98**	**96,35**	**784,00**
	Итого (за второй завтрак+обед)	**1 278,00**	**37,31**	**48,01**	**162,00**	**1 206,00**