УТВЕРЖДАЮ:

Директор
МАУ «Центр социального питания»

_____ Я.Н.Фадеенко

«01» октября 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-инва-, лидов,инвалидов обучающихся по образовательным программам основного общего и среднего образования

	Первая неделя	**Выход**	**Белки**	**Жиры**	**Углеводы**	**Эн.цен**
	Понедельник					
	Завтрак					
ТТК/2022	Каша рисовая жидкая молочная с маслом	300	6	3,68	35,8	**191**
631/04	Компот из свежих плодов(яблоки)	200	0,2	0	35,8	**142**
23/2022	Батон нарезной	45	3,37	1,31	23,13	**118**
ТТК/2025	Кондитерское изделие(печенье)	43	3,66	4,43	30,36	174
	Итого за завтрак	**588**	**13,23**	**9,42**	**125,09**	**625,00**
	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**
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,05	15,01	**57**
24/2022	Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,3	**62**
338/2011	Плоды свежие(яблоко)	105	0,42	0,42	10,29	**49**
	Итого за обед	**847,5**	**29,99**	**24,16**	**114,05**	**904,00**
	Итого (за завтрак+обед)	**1 435,50**	**43,22**	**33,58**	**239,14**	**1 529,00**
1 нед	**Вторник**					
	Завтрак					
ТТК/2022	Каша пшенная жидкая молочная	300	9,2	4,7	43,5	**242**
639/04	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,1	31,4	**124**
23/2022	Батон нарезной	46	3,45	1,33	23,64	**121**
ТТК/2025	Кондитерское изделие(вафли)	30	1,95	6,6	20,1	**137**
	Итого за завтрак	**576**	**15,26**	**12,73**	**118,64**	**624,00**
	Обед					
135/2004	Суп из овощей с цыпленком отварным	250/12,5	7,91	7,35	13,64	**149**
ТТК/2025	Тефтели с соусом сметанным с томато	120	14,15	9,08	14,48	**193**
508/2004	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,98	6,73	60,1	**318**
631/04	Компот из свежих плодов(яблоки)	200	0,2	0	35,8	**142**
24/2022	Хлеб дарницкий	50	3,3	0,5	20,05	**103**
	Итого за обед	**812,5**	**33,54**	**23,66**	**144,07**	**905**
	Итого (за завтрак+обед)	**1 388,50**	**48,80**	**36,39**	**262,71**	**1 529,00**
1 нед	**Среда**					
	Завтрак					
ТТК/2022	Каша гречневая жидкая молочная	300	8,1	4,5	44,8	**241**
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**
ТТК/2025	Печенье затяжное	33	3,7	2,74	24,49	**136**
	Итого за завтрак	**578**	**15,23**	**7,79**	**121,94**	**601**

	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**
ТТК	Напиток яблочный	200	0,09	0,09	25,33	**103**
24/2022	Хлеб дарницкий	56	3,4	0,56	23	**115**
	Итого за обед	**803,5**	**28,65**	**44,04**	**108,79**	**936,00**
	Итого (за завтрак+обед)	**1 381,50**	**43,88**	**51,83**	**230,73**	**1 537,00**
1 нед	**Четверг**					
	Завтрак					
ТТК/2022	Каша пшеничная жидкая молочная с маслом	300/5	9,55	7,47	44,17	**271**
ТТК	Напиток яблочный	200	0,09	0,09	25,33	**103**
23/2022	Батон нарезной	45	3,37	1,31	23,13	**118**
ТТК/2025	Кондитерское изделие(печенье)	43	3,66	4,43	30,36	174
	Итого за завтрак	**593**	**16,67**	**13,30**	**122,99**	**666,00**
	Обед					
ТТК/2025	Борщ из свежей капусты с картофелем,сметаной	250/5	4	8,06	12,3	**135**
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**
23/2022	Батон нарезной	38	2,85	1,1	19,53	**100**
24/2022	Хлеб дарницкий	20	1,32	0,2	8,2	**41**
	Итого за обед	**833**	**26,38**	**30,17**	**136,62**	**901**
	Итого (за завтрак+обед)	**1 426,00**	**43,05**	**43,47**	**259,61**	**1 567,00**
1 нед	**Пятница**					
	Завтрак					
ТТК/2022	Каша "Дружба" жидкая молочная с маслом	300/3	7,98	6,36	40,04	**240**
846/2022	Напиток витаминный	200	0,31	0,096	20,94	**81**
23/2022	Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,7	**131**
ТТК/2025	Кондитерское изделие(печенье)	43	3,66	4,43	30,36	**174**
	Итого за завтрак	**596**	**15,7**	**12,336**	**117,04**	**626**
	Обед					
132/04	Рассольник ленинградский с перловой крупой, цыпленком отварным, сметаной	250/12,5/5	8,5	11,52	17,29	**206**
451/2004	Котлета мясная	100	13,29	30,69	16,32	**391**
587/04	Соус томатный	30	0,174	1,8	1,5	**23**
516/2004	Макаронные изделия отварные	180	6,45	5,12	46,08	**245**
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,05	15,01	**57**
24/2022	Хлеб дарницкий	32	2,11	0,32	13,12	**66**
	Итого за обед	**809,5**	**30,72**	**49,50**	**109,32**	**988**
	Итого (за завтрак+обед)	**1 405,50**	**46,42**	**61,84**	**226,36**	**1 614,00**

1 нед	**Суббота**					
	Завтрак					
ТТК/2022	Каша жидкая овсяная из хлопьев "Геркулес"	300	7,9	5,4	32,3	**201**
686/04	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,26	0,05	15,22	**59**
23/2022	Батон нарезной	42	3,15	1,22	21,59	**110**
ТТК/2025	Кондитерское изделие(печенье)	65	5,5	6,7	45,89	**263**
	Итого за завтрак	**614**	**16,81**	**13,37**	**115,00**	**633,00**
	Обед					
ТТК/2026	Суп рисовый с мясом	250/10	4	5,68	12,4	**114**
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)	140	0,56	0,56	13,72	**66**
	Итого за обед	**895**	**23,68**	**33,22**	**116,87**	**848,00**
	Итого (за завтрак+обед)	**1 509,00**	**40,49**	**46,59**	**231,87**	**1 481,00**
	Вторая неделя					
	Понедельник					
	Завтрак					
ТТК/2022	Каша "Дружба" жидкая молочная	300	7,95	4,2	40	**220**
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,05	15,01	**57**
24/2022	Хлеб дарницкий	32	2,11	0,32	13,12	**66**
ТТК/2025	Кондитерское изделие(печенье)	65	5,5	6,7	45,89	**263**
	Итого за завтрак	**597**	**15,76**	**11,27**	**114,02**	**606**
	Обед					
ТТК/2026	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,6	4,56	21,55	**136**
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	15	0,99	0,17	6,15	**31**
23/2022	Батон нарезной	25	1,88	0,73	12,85	**66**
	Итого за обед	**810**	**25,22**	**27,966**	**127,16**	**837**
	Итого (за завтрак+обед)	**1 407,00**	**40,98**	**39,24**	**241,18**	**1 443,00**
2 нед	**Вторник**					
	Завтрак					
ТТК/2022	Каша рисовая жидкая молочная с маслом	300	6	3,68	35,8	**191**
ТТК	Напиток яблочный	200	0,09	0,09	25,33	**103**
23/2022	Батон нарезной	50	3,75	1,45	25,7	**132**
ТТК/2025	Кондитерское изделие(печенье)	43	3,66	4,43	30,36	**174**
	Итого за завтрак	**593**	**13,5**	**9,65**	**117,19**	**600**

	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	32	2,11	0,32	13,12	**66**
	Итого за обед	**809,5**	**32,26**	**47,81**	**140,99**	**1095**
	Итого (за завтрак+обед)	**1 402,50**	**45,76**	**57,46**	**258,18**	**1 695,00**
2 нед	**Среда**					
	Завтрак					
ТТК/2022	Каша пшенная жидкая молочная	300	9,2	4,7	43,5	**242**
631/04	Компот из свежих плодов(яблоки)	200	0,2	0	35,8	**142**
23/2022	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	**79**
ТТК/2025	Кондитерское изделие(вафли)	30	1,95	6,6	20,1	**137**
	Итого за завтрак	**560**	**13,60**	**12,17**	**114,82**	**600,00**
	Обед					
ТТК/2025	Борщ из свежей капусты с картофелем,сметаной	250/5	4	8,06	12,3	**135**
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**
23/2022	Батон нарезной	25	1,88	0,73	12,85	**66**
24/2022	Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,3	**62**
	Итого за обед	**830**	**28,45**	**31,44**	**125,57**	**882**
	Итого (за завтрак+обед)	**1390,00**	**42,05**	**43,61**	**240,39**	**1482,00**
2 нед	**Четверг**					
	Завтрак					
ТТК/2022	Каша жидкая овсяная из хлопьев "Геркулес"	300	7,9	5,4	32,3	**201**
686/04	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,26	0,05	15,22	**59**
23/2022	Батон нарезной	42	3,15	1,22	21,59	**110**
ТТК/2025	Кондитерское изделие(печенье)	65	5,5	6,7	45,89	**263**
	Итого за завтрак	**614**	**16,81**	**16,81**	**16,81**	**633,00**
	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**
518/2004	Картофель отварной	180	3,62	5,9	29,38	**191**
846/2022	Напиток витаминный	200	0,31	0,096	20,94	**81**
24/2022	Хлеб дарницкий	38	2,5	0,38	15,58	**78**
	Итого за обед	**880,5**	**30,13**	**36,12**	**110,84**	**883,00**
	Итого (за завтрак+обед)	**1 494,50**	**46,94**	**52,93**	**127,65**	**1 516,00**

2 нед	**Пятница**					
	Завтрак					
ТТК/2022	Каша пшеничная жидкая молочная с маслом	300/3	9,53	6,03	44,14	**258**
ТТК	Узвар	200	0,56	0,024	29,64	**114**
23/2022	Батон нарезной	36	2,7	1,04	18,51	**94**
ТТК/2025	Кондитерское изделие(печенье)	43	3,66	4,43	30,36	**174**
	Итого за завтрак	**582**	**16,45**	**11,52**	**122,65**	**640,00**
	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	Чай с сахаром и яблоками	200/15/10	0,24	0,05	16	**62**
24/2022	Хлеб дарницкий	30	1,98	0,33	12,3	**62**
	Итого за обед	**827,5**	**28,76**	**35,42**	**118,10**	**882**
	Итого (за завтрак+обед)	**1 409,50**	**45,21**	**46,94**	**240,75**	**1 522,00**
2 нед	**Суббота**					
	Завтрак					
ТТК/2022	Каша гречневая жидкая молочная с маслом	300/3	8,13	6,66	44,84	**261**
685/04	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,05	15,01	**57**
23/2022	Батон нарезной	44	3,3	1,28	22,62	**115**
ТТК/2025	Кондитерское изделие(печенье)	43	3,66	4,43	30,36	**174**
	Итого за завтрак	**590**	**15,29**	**12,42**	**112,83**	**607,00**
	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**
639/04	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,1	31,4	**124**
24/2022	Хлеб дарницкий	53	3,5	0,53	21,73	**109**
	Итого за обед	**833**	**31,49**	**32,87**	**118,08**	**877,00**
	Итого (за завтрак+обед)	**1 423,00**	**46,78**	**45,29**	**230,91**	**1 484,00**