

ПРИМЕРНОЕ

ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

для обучающихся с ОВЗ

МКОУ «Смолинская СОШ»

ПРИМЕРНОЕ
ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
для обучающихся с ОВЗ
МКОУ "Смолинская СОШ"

Утверждаю: ММ
Директор МКОУ "Смолинская СОШ" Шевелева Н.В.
20.08.2025г.



Сезон: осень-зима

Сезон: осень-зима												
	Наименование блюда	с 7 л./ с 12л.	Энерг. ценн.		Химический состав						№ рецептур	
			Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г						
							Мл.	Ст.	Мл.	Ст.		
1 День												
Завтрак	Каша рисовая	200/220	248,0	272,8	6,0	6,6	5,8	6,38	42,4	46,64	Сбор. 2004 Лапшина	
	Чай с сахаром	200	38,0	38,0	0,1	0,1	3,09	3,09	9,8	9,8	№457Сбор. 2018 Перевалов	
	Сдоба с повидло	60	188,4	188,4	4,02	4,02	3,3	3,3	35,58	35,58		
	Хлеб пшеничный	20/30	44,8	67,2	16,2	24,3	0,26	0,39	9,74	14,61		
	Хлеб ржаной	20/40	51,6	103,2	1,7	3,4	0,66	1,32	20,45	40,45		
	Итого выход:	500/550	570,8	669,6	28,02	38,42	13,11	14,48	117,97	147,08		

Сезон: осень-зима

3

ПРИМЕРНОЕ
ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
для обучающихся с ОВЗ
МКОУ "Смолинская СОШ"

Утверждаю: _____
Директор МКОУ "Смолинская СОШ" Шевелева Н.В.
20.08.2025



	Наименование блюда	с 7 л./ с 12л.	Энерг.ценн.		Химический состав						№ рецептур
			Ккал	Мл.	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
								Ст.	Мл.	Ст.	
1 День											
Обед	Салат из капусты	80/100	68,72	85,9	1,12	1,41	4,06	5,08	6,92	8,65	№43Сбор2004Лапшина
	Борщ со сметаной	200/250	106,88	133,6	2,1	2,1	5,3	5,3	12,7	12,7	№95Сбор.2018 Перевалов
	Котлета отварная	100	220	220	15,9	15,9	15,3	15,3	9,1	9,1	№339Сбор.2018 Перевалов
	Гречка отварная	150/180	228	273,6	5,8	5,8	2,3	2,3	38,3	38,3	№202Сбор.2018 Перевалов
	Кисель Витюшка	200	95	95	0	0	0	0	24	24	№692 Сбор.2004 Лапшина
	Хлеб пшеничный	20/30	44,8	67,2	16,2	24,3	0,26	0,39	9,74	14,61	
	Хлеб ржаной	20/30	54,6	77,4	1,7	2,55	0,66	0,99	20,45	30,45	
	Итого выход	770/890									
			815,00	952,70	42,82	52,06	27,88	29,36	121,21	137,81	

С. Шевелёва Н.В.

— 124 —

Сезон: осень-зима									
Наименование блюда	с 7 л. / с 12л.		Энерг. ценн.		Химический состав				№ рецептур
			Ккал		Белки, г		Жиры, г		
			Мл.		Мл.		Мл.		
			Ст.		Ст.		Ст.		
2 день									

[illegible]

ПРИМЕРНОЕ
ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
для обучающихся с ОВЗ
МКОУ "Смолинская СОШ"



Утверждаю: _____
Директор МКОУ "Смолинская СОШ" Шевелева Н.В.
20.08.2025г.

Сезон: осень-зима												
	Наименование блюда	с 7 л./с 12л.	Энерг.ценн.		Химический состав						№ рецептур	
			Ккал	Мл.	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
								Ст.	Мл.	Ст.		Мл.
2 День												
Обед	Щи со сметаной	200/250	54,72	68,4	1,44	1,8	2,4	3	7,44	9,3	№104Сбор.2018 Перевалов	
	Печень куриная,печеная в соусе	120/130	207,27	224,55	21,82	23,64	10,91	11,82	5,45	5,91	№370Сбор.2021 Перевалов	
	Картофельное пюре	150/180	132,60	159,12	3,1	3,72	8,7	10,44	22,1	26,52	№377Сбор.2018 Перевалов	
	Зеленый горошек	25/30	15,00	18,00	0,63	0,75	0,04	0,05	2,8	3,36	№1Сбор 2004г.Лапина	
	Компот из с/ф	200	126,20	126,20	1	1	0,1	0,1	17,1	17,1	№495Сбор 2018г.Перевалов	
	Хлеб пшеничный	30/50	67,20	112,00	24,3	40,5	0,39	0,65	14,61	24,35		
	Хлеб ржаной	40/50	103,2	129	2,55	4,25	0,99	1,65	30,45	50,45		
	Итого выход	765/890										
			706,19	837,27	54,84	75,66	23,53	27,71	99,95	136,99		

СОШ "Шевелова Н.В."

Утверждаю:
Директор М
20.08.2025г.

3 день

Сезон: осень-зима			Химический состав								№ рецептур
Наименование блюда	с 7 л./ с 12л.	Энерг.ценн.		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г			
		Ккал									
		Мл.	Ст.	Мл.	Ст.	Мл.	Ст.	Мл.	Ст.		
3 день											
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	200/220	205,6	257,0	6,4	8	7,4	9,25	29,2	36,5	№212С6ор.2018 Перевалов
	Чай с сахаром и лимоном	200/7	36,6	36,6	0,1	0,1	0	0	9,3	9,3	№459С6ор.2018 Перевалов
	Бутерброд с маслом	100	184,5	184,5	5,6	5,6	9,8	9,8	26,4	26,4	№69С6ор.2018/ Перевалов
	Хлеб пшеничный	20/30	44,8	67,2	16,2	24,3	0,26	0,39	9,74	14,61	
	Хлеб ржаной	30/40	77,4	103,2	2,55	3,4	0,99	1,32	30,45	40,45	
	Итого выход:	557/597	548,9	648,5	30,85	41,4	18,45	20,76	105,09	127,26	

ПРИМЕРНОЕ
ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
для обучающихся с ОВЗ
МКОУ "Смолинская СОШ"

Утверждаю: _____
Директор МКОУ "Смолинская СОШ" Шевелев Н.В.

20.08.2025г.



Сезон: осень-зима

Наименование блюда	Выход, г с 7 л./с 12л.	Энерг.ценн.		Химический состав						№ рецептур	
		Ккал		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г			
		мл.	ст.	мл.	ст.	мл.	ст.	мл.	ст.		
3 День											
Кукуруза консер.отвар	80/100	53,84	67,3	0,61	0,76	4,87	6,09	1,9	2,38	№13Сбор.2004 Лапшина	
Обед Суп картофельный с макаронами	200/250	137,04	171,3	3,3	3,4	4,4	5,5	19,12	23,9	№130Сбор 2018г.Перевалов	
Рыба припущенная	90/100	80,1	89,0	14,31	15,9	0,9	1,0	0	0	№245Сбор 2004г.Лапшина	
Рис отварной	150/180	243,0	291,6	3,6	4,32	3,8	4,56	41,2	49,44	№386Сбор 2018г.Перевалов	
Сок фруктовый	200	128,0	128,0	0	0	0	0	31,8	31,8	№496Сбор 2018г.Перевалов	
Хлеб пшеничный	20/20	44,8	44,8	16,2	16,2	0,26	0,26	9,74	9,74		
Хлеб ржаной	20/30	51,6	77,4	1,7	2,55	0,66	0,99	20,45	30,45		
Итого выход	760/880										
		738,38	869,4	39,72	43,13	14,89	18,4	124,21	147,71		

ПРИМЕРНОЕ
ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
для обучающихся с ОВЗ
МКОУ "Смолинская СОШ"

Утверждаю:
Директор МКОУ "Смолинская СОШ" Шевелева Н.В.
20.08.2025г.



Сезон: осень-зима													
	Наименование блюда	с 7 л./ с 11л.	Энерг.ценн.		Химический состав						№ рецептур		
			Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г							
							Мл.	Ст.	Мл.	Ст.		Мл.	Ст.
4 День													
Завтрак	Каша манная	200/220	158,64	174,5	6,24	6,86	6,1	6,71	19,7	21,67	№214Сбор.2018 Перевалов		
	Какао с молоком Витошка	200	145,0	145,0	3,9	3,9	3,1	3,1	25,16	25,16	№502Сбор.2018 Перевалов		
	Бутерброд с сыром	15/40	54,6	72,8	3,48	4,64	4,43	5,9	0	0			
	Хлеб пшеничный	30/40	67,2	89,6	24,3	32,4	0,39	0,52	14,61	19,48			
	Хлеб ржаной	30/40	77,4	103,2	2,55	3,4	0,99	1,32	30,45	40,45			
	Итого выход:	515/555	502,84	585,1	40,47	51,2	15,01	17,55	89,92	106,76			

ПРИМЕРНОЕ
ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
Для обучающихся с ОВЗ
МКОУ "Смолинская СОШ"

Утверждаю: _____

20.08.2025г.

Ректор МКОУ "Смолинская СОШ" Шевелева Н.В.



Наименование блюда	Выход, г с 7 л./ с 12л.	Энерг.ценн.		Химический состав						№ рецептур		
		Ккал		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г				
		мл.	ст.	мл.	ст.	мл.	ст.	мл.	ст.			
4 День												
Обед	Сыр порционный	15/20	54,6	72,8	3,48	4,64	4,43	5,9	0	0	№42Сбор2005Пересичный	
	Суп картофельный с бобовыми	200/250	107,8	134,75	4,39	5,49	4,22	5,28	13,06	16,33		№206Сбор 2005г.Пересичный
	Биточки	100	243,0	243,0	17,0	17,0	18,0	18,0	2,0	2,0		
	Омлет натуральный	150/180	225,22	270,27	6,45	7,75	11,03	13,23	3,04	3,62		№306Сбор 2004г.Лапина
	Напиток Витошка	200	80,0	80,0	0,0	0,0	0,0	0,0	19,0	19,0		
Хлеб пшеничный	20/30	44,8	67,2	16,2	24,3	0,26	0,39	9,74	14,61			
Хлеб ржаной	20/30	51,6	77,4	1,7	2,55	0,66	0,99	20,45	30,45			
Итого выход	705/810											
		807,02	945,42	49,22	61,73	38,6	43,79	67,29	86,01			

**ПРИМЕРНОЕ
ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
для обучающихся с ОВЗ
МКОУ "Смолинская СОШ"**

Утверждаю:
 Директор МКОУ "Смолинская СОШ" Шевелева Н.В.
 20.08.2025г.



Сезон: осень-зима													МКОУ "Смолинская СОШ"												
	Наименование блюда	с 7 л./ с 12л.	Энерг. ценн.		Химический состав								№ рецептур												
			Ккал	Мл.	Ст.	Мл.	Ст.	Мл.	Ст.	Мл.	Ст.														
												Белки, г		Жиры, г	Углеводы, г										
5 День																									
Завтрак	Суп молочный с вермишелью	200/250	145,2	181,5	5,75	7,19	5,21	6,51	18,84	23,55	№93Сбор.2010 Тутельян														
	Бутерброд с сыром	15/40	215,2	215,2	6,9	6,9	9,1	9,1	18,3	18,3	№63Сбор.2018 Перевалов														
	Чай с сахаром	200	38,0	38,0	0,1	0,1	3,09	3,09	9,8	9,8	№457Сбор2018ПЕРЕВАЛОВ														
	Хлеб пшеничный	20/20	44,8	44,8	16,2	16,2	0,26	0,26	9,74	9,74															
	Хлеб ржаной	30/30	77,4	77,4	2,55	2,55	0,99	0,99	30,45	30,45															
	Итого выход:	505/555	520,6	556,9	31,5	32,94	18,65	19,95	87,13	91,84															

ПРИМЕРНОЕ
ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
Для обучающихся с ОВЗ
МКОУ "Смолинская СОШ"



Директор МКОУ "Смолинская СОШ" Шевелева Н.В.
20.08.2025г.

Сезон: осень-зима

Наименование блюда	Выход, г с 7 л./ с 12л.	Энерг.ценн.		Химический состав						№ рецептур	
		Ккал		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
		Мл.	Ст.			Мл.	Ст.	Мл.	Ст.		
5 День											
Обед	Фрукты свежие	100	44	44	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	
	Суп с консервой Сайра	200/250	192,29	223,8	6,88	8,6	9,23	11,36	14,32	19,6	№200Сбор 2005г.Пересичный
	Тефтели мясные	100	190,0	190,0	16,0	16,0	18,0	18,0	0	0	№350Сбор 2018г.Перевалов
	Макароны отварные	150/180	189,9	227,88	5,3	6,36	3,0	3,6	34,1	40,92	№256Сбор 2018г.Перевалов
	Компот из с/ф	200	126,2	126,2	1	1	0,1	0,1	17,1	17,1	№495Сбор 2018г.Перевалов
	Хлеб пшеничный	20/30	44,8	67,2	16,2	24,3	0,26	0,39	9,74	14,61	
	Хлеб ржаной	20/30	51,6	44,4	1,7	2,55	0,66	0,99	20,45	30,45	
Итого выход	790/890										
		838,79	923,48	47,48	59,21	31,65	34,84	105,51	132,48		

ПРИМЕРНОЕ
ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
для обучающихся с ОВЗ
МКОУ "Смолинская СОШ"

Утверждаю: _____
Директор МКОУ "Смолинская СОШ" Шевелева Н.В.
20.08.2025г.

Сезон: осень-зима

Сезон: осень-зима											
	Наименование блюда	с 7 л./ с 12л.	Энерг.ценн.		Химический состав						№ рецептур
			Ккал		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		
			Мл.	Ст.	Мл.	Ст.	Мл.	Ст.	Мл.	Ст.	
6 день											
Завтрак	Каша геркулесовая	200/220	205,6	257,0	6,4	8,0	7,4	9,25	29,2	36,5	№212Сбор.20018Перевалов
	молочная										
	Сдоба с повидло	60	188,4	188,4	4,02	4,02	3,3	3,3	35,58	35,58	
	Чай с сахаром и лимоном	200/7	36,6	36,6	0,1	0,1	0	0	9,3	9,3	№459Сбор.2018 Перевалов
	Хлеб пшеничный	20/30	44,8	67,2	16,2	24,3	0,26	0,39	9,74	14,61	
	Хлеб ржаной	20/40	51,6	103,2	1,7	3,4	0,66	1,32	20,45	40,45	
	Итого выход:	507/557	527,0	652,4	28,42	39,82	11,62	14,26	104,27	136,44	



ПРИМЕРНОЕ
ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
для обучающихся с ОВЗ
МКОУ "Смолинская СОШ"



Утверждаю: _____
Директор МКОУ "Смолинская СОШ" Шевелева Н.В.
20.08.2025г.

Сезон: осень-зима

Наименование блюда	Выход, г с 7 л./ с 12л.	Энерг.ценн.		Химический состав						№ рецептур	
		Ккал		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г			
		мл.	ст.	мл.	ст.	мл.	ст.	мл.	ст.		
6 день											
Обед	Бутербод с сыром	15/40	215,2	215,2	6,9	6,9	9,1	9,1	18,3	18,3	№63Сбор2018 Перевалов
	Свекольник со сметаной	200/250	67,8	84,75	1,4	1,75	3,91	4,89	6,79	8,49	№124Сбор 2004г.Лапина
	Сметанном соусе	100	157,8	157,8	11,6	11,6	14,8	14,8	20,3	20,3	№367Сбор 2018г.Перевалов
	Картофельное пюре	150/180	132,6	159,12	3,1	3,72	8,7	10,44	22,1	26,52	№377Сбор 2018г.Перевалов
	Кисель	200	102,72	102,72	0,4	0,4	0,1	0,1	25,24	25,24	№376Сбор 2011г.Тутельян
	Хлеб пшеничный	20/30	44,8	67,2	16,2	24,3	0,26	0,39	9,74	14,61	
	Хлеб ржаной	20/30	51,6	77,4	1,7	2,55	0,66	0,99	20,45	30,45	
	Итого выход	745/845									
			772,52	864,19	41,3	51,22	37,53	40,71	122,92	143,91	

ПРИМЕРНОЕ
ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
для обучающихся с ОВЗ
МКОУ "Смолинская СОШ"

Утверждаю: ММ
Директор МКОУ "Смолинская СОШ" Шевелева Н.В.
20.08.2025г.



Сезон: осень-зима												№ рецептур	
Наименование блюда	с 7 л./ с 12л.	Энерг.ценн.		Химический состав				№					
		Ккал	Мл.	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г							
							Ст.		Мл.	Ст.	Мл.		Ст.
7 День													
Завтрак	Каша гречневая	200/220	202,0	222,2	6,4	7,04	7,4	8,14	27,2	29,92	№168Сбор.2018 Перевалов		
	Сыр	15/20	54,6	72,8	3,48	4,64	4,43	5,9	0	0	№42Сбор2005Пересичный		
	Коф.нап.с молоком	200	106,4	106,4	3,1	3,1	3,2	3,2	14,4	14,4	№465Сбор.2018 Перевалов		
	Хлеб пшеничный	40/50	89,6	112	32,4	40,5	0,52	0,65	19,48	24,35			
	Хлеб ржаной	50/60	129	154,8	4,25	5,1	1,65	1,98	50,45	60,45			
Итого выход:		505/550	581,6	668,2	49,63	60,38	17,2	19,87	111,53	129,12			

ПРИМЕРНОЕ
ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
для обучающихся с ОВЗ
МКОУ "Смолинская СОШ"



Директор МКОУ "Смолинская СОШ" Шевелева Н.В.
20.08.2025г.

Утверждаю: _____

204 -

Сезон: осень-зима

	Выход, г с 7 л./ с 12л.	Энерг.ценн.		Химический состав						№ рецептур	
		Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г						
						мл.	ст.	мл.	ст.		мл.
Наименование блюд											
7 день											
Обед											
	Кукуруза консер.отвар	30/35	18,0	21,00	0,75	0,87	0,05	0,06	3,36	3,92	№2СБор 2004г.лапшина
	Суп овощной со сметаной	200/250	83,8	104,75	2,15	2,69	2,27	2,84	13,71	17,14	№208СБор 2004г.Лапшина
	Котлета рыбная	80	185,6	185,6	4,0	4,0	6,0	6,0	28,0	28,0	№245СБор 2018г.Перевалов
	Рис отварной	150/180	243,0	291,6	3,6	4,32	3,8	4,56	41,2	49,44	№386СБор 2018г.Перевалов
	Сок фруктовый	200	128,0	128,0	0	0	0	0	24,8	24,8	№75СБор 2018г.ПереваловаЯ
	Хлеб пшеничный	30/40	67,2	89,6	2,31	2,31	0,33	0,33	14,3	14,3	
Хлеб ржаной	30/30	77,4	77,4	2,55	2,55	0,99	0,99	30,45	30,45		
Итого выход	720/815										
		803,0	898,0	15,4	16,7	13,4	14,8	155,8	168,1		

Сезон: осень-зима

ПРИМЕРНОЕ
ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
для обучающихся с ОВЗ
МКОУ "Смолинская СОШ"

Утверждаю: ММ
Директор МКОУ "Смолинская СОШ" Шевелева Н.В.
20.08.2025г.



Сезон: осень-зима												
	Наименование блюда	с 7 л./ с 12л.	Энерг.ценн.		Химический состав						№ рецептур	
			Ккал		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г			
			Мл.	Ст.	Мл.	Ст.	Мл.	Ст.	Мл.	Ст.		
8 день												
Завтрак	Омлет натуральный	150/180	225,22	270,27	6,45	7,75	11,03	13,23	3,04	3,62	№306Сбор.2004 Лапшина	
	Фрукты (банан)	100	95,0	95,0	1,5	1,5	0,5	0,5	21	21	№368 Сбор2011	
	Чай с сахаром	200	38,0	38,0	0,1	0,1	3,09	3,09	9,8	9,8	№457Сбор.2018 Перевалов	
	Хлеб пшеничный	30/30	67,2	67,2	1,54	1,54	0,22	0,22	9,5	9,5		
	Хлеб ржаной	30/40	77,4	103,2	2,55	3,4	0,99	1,32	30,45	40,45		
	Итого выход:	510/550	502,82	573,67	12,14	14,29	15,83	18,36	73,79	84,37		

ПРИМЕРНОЕ
ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
для обучающихся с ОВЗ
МКОУ "Смолинская СОШ"

[illegible]

Наименование блюда	Выход, г с 7 л./с 12л.	Энерг. ценн.		Химический состав						№ рецептур	
		Ккал		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г					
		мл.	ст.				мл.	ст.	мл.		ст.
8 день											
Салат из св. огурцов	80/100	53,84	67,3	0,61	0,76	4,87	6,09	1,9	2,38	№13Сбор 2004 Лапина	
Обед	Суп картофельный с бобовыми	200/250	107,8	134,75	4,39	5,49	4,22	5,28	13,06	16,33	№206Сбор 2005г. Пересичный
	Котлета отварная	100	220,0	220,0	12,0	12,0	14,0	14,0	11,0	11,0	№339Сбор 2018г. Перевалов
	Макароны отварные	150/180	189,9	227,88	5,3	6,36	3,0	3,6	34,1	40,92	№256Сбор 2018г. Перевалов
	Напиток Витошка	200	80,0	80,0	0	0	0	0	19,0	19,0	№507Сбор 2018г. Перевалов
	Хлеб пшеничный	30/30	67,2	67,2	24,3	24,3	0,39	0,39	14,61	14,61	
Хлеб ржаной	20/30	51,6	77,4	1,7	2,55	0,66	0,99	20,45	30,45		
Итого выход	780/890	770,34	874,53	48,3	51,46	27,14	30,35	114,12	134,69		

Сезон: осень-зима

ПРИМЕРНОЕ
ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
для обучающихся с ОВЗ
МКОУ "Смолинская СОШ"

Утверждаю: ММ
Директор МКОУ "Смолинская СОШ" Шевелева Н.В.
20.08.2025г.



Наименование блюда	с 7 л./ с 12л.	Энерг. ценн.		Химический состав						№ рецептур	
		Ккал		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г			
		Мл.	Ст.	Мл.	Ст.	Мл.	Ст.	Мл.	Ст.		
9 день											
Завтрак	Суп молочный с вермишелью	200/250	145,2	181,5	5,8	7,19	5,21	6,51	18,84	23,55	№93Сбор.2010 Тугельян №462Сбор.2018 Перевалов
	Какао с молоком	200	134,8	134,8	2,6	2,6	3,3	3,3	24,1	24,1	
	Сдоба с повидло	60	188,4	188,4	4,02	4,02	3,3	3,3	35,58	35,58	
	Хлеб пшеничный	20/20	44,8	44,8	16,2	16,2	0,26	0,26	9,74	9,74	
	Хлеб ржаной	30/30	77,4	77,4	2,55	2,55	0,99	0,99	30,45	30,45	
	Итого выход:	510/560	590,6	626,9	31,12	32,56	13,06	14,36	118,71	123,42	

МКОУ "Смолинская СОШ"

ПРИМЕРНОЕ

ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

Для обучающихся с ОВЗ

МКОУ "Смолинская СОШ"

Директор МКОУ "Смолинская СОШ" Шевелева Н.В.

Утверждаю:

Чевелева Н.В.

20.08.2025г.



Наименование блюда	Выход, г с 7 л. / с 12л.	Энерг.ценн.		Химический состав						№ рецептур	
		Ккал	Мл.	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Мл.	Мл.	Мл.		
9 День											
Бутербод с маслом	100	184,6	184,6	5,6	5,6	9,8	9,8	26,4	26,4	№69Сбор2018ПЕРЕВАЛОВ	
Обед	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/250	118,8	148,5	5,83	7,29	4,56	5,7	13,59	16,99	№209Сбор 2005г.Пересичный
	Запеканка из творога со стущеным молоком	150/200	153,0	204,0	11,62	15,49	9,95	13,26	23,03	30,71	№788Сбор 2018г.ПЕРЕВАЛОВ
	Компот из сухофруктов	200	126,2	126,2	1	1	0,1	0,1	17,1	17,1	№495Сбор 2018г.ПЕРЕВАЛОВ
	Хлеб пшеничный	30/30	67,2	67,2	16,2	24,3	0,26	0,39	9,74	14,61	
	Хлеб ржаной	30/40	77,4	103,2	2,55	3,4	0,99	1,32	30,45	40,45	
Итого-выход	710/820										
		727,2	833,7	42,8	57,1	25,7	30,6	120,3	146,3		

ПРИМЕРНОЕ
ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
для обучающихся с ОВЗ
МКОУ "Смолинская СОШ"

Утверждаю: ШМ
Директор МКОУ "Смолинская СОШ" Шевелева Н.В.
20.08.2025г.



Сезон: осень-зима

Сезон: осень-зима										№ рецептур	
	Наименование блюда	с 7 л./ с 12л.	Энерг.ценн.		Химический состав						
			Ккал	Мл.	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Мл.	Ст.		
											Мл.
10 день											
Завтрак	Каша манная	200/220	158,64	174,5	6,24	6,86	6,1	6,71	19,7	21,67	№214Сбор.2018 Перевалов
	Сок фруктовый	200	128,0	128,0	0	0	0	0	31,8	31,8	№496Сбор.2018 Перевалов
	Яйцо отварное	40	63,0	63,0	5,1	5,1	4,6	4,6	0,3	0,3	№424Сбор.2005 Пеперсчный
	Хлеб пшеничный	30/40	67,2	89,6	24,3	32,4	0,39	0,52	14,61	19,48	
	Хлеб ржаной	30/50	77,4	129,0	2,55	4,25	0,99	1,65	30,45	50,45	
	Итого выход:	500/550	494,24	584,1	38,19	48,61	12,08	13,48	96,86	123,7	

ПРИМЕРНОЕ

ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

для обучающихся с ОВЗ

МКОУ "Смолинская СОШ"



Утверждаю:
Директор МКОУ "Смолинская СОШ" Шевелева Н.В.
20.08.2025г.

Сезон: осень-зима

Наименование блюда	Выход, г с 7 л./ с 12л.	Энерг.ценн.		Химический состав						№ рецептур	
		Ккал		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г			
		мл.	ст.	мл.	ст.	мл.	ст.	мл.	ст.		
10 день											
Обед											
Суп с консервой Сайра	200/250	192,3	223,8	6,88	8,6	9,23	11,36	14,32	19,6	№200Сбор 2005г.Пересичный	
Тефтели мясные	100	190,0	190,0	16,0	16,0	18,0	18,0	0	0	№350Сбор 2018г.Перевалов	
Капуста тушеная	150/180	100,5	120,6	3,2	3,84	3,9	4,68	14,1	16,92	№380Сбор 2018г.Перевалов	
Кисель "Витошка"	200	95	95	0	0	0	0	24	24	№692Сбор 2018г.Перевалов	
Хлеб пшеничный	30/40	67,2	89,6	24,3	32,4	0,39	0,52	14,61	19,48		
Хлеб ржаной	30/40	77,4	103,2	2,55	3,4	0,99	1,32	30,45	40,45		
Итого выход	710/810										
		722,39	822,2	52,93	64,24	32,51	35,88	97,48	120,45		
Итого:		7700,83	8820,84	434,77	532,53	272,83	306,39	1128,82	1354,36		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 206975708896086309713996961436711436381829397148

Владелец Шевелева Надежда Витальевна

Действителен с 02.07.2026 по 02.07.2027