Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ № 3
Т.А. Быкова

**МЕНЮ для обучающихся 1-4 классов**
**Вторник 17.11.2026 года**

| Прием пищи | Наименование блюда | Масса, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Эн.цен. ккал | Стоимость | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Неделя 3 | Каша вязкая молочная пшенная | 100 | 4,2 | 5,1 | 18,8 | 137,5 | 15,76 | 54-6к |
| День 2 | Запеканка из творога с морковью | 140 | 14,5 | 8,5 | 21,1 | 219,4 | 60,68 | 54-2т |
| | Чай без сахара | 200 | 0,2 | 0 | 0,1 | 1,4 | 1,18 | 54-1гн |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3 | 0,3 | 19,7 | 93,8 | 4,20 | Пром. |
| | Повидло яблочное | 20 | 0,1 | 0 | 13 | 52,3 | 5,01 | Пром. |
| | Итого за Завтрак | 500 | 22 | 13,9 | 75,4 | 515,3 | 86,83 | |

**МЕНЮ для обучающихся 5- 11 классов**
**Вторник 17.11.2026 года**

| Прием пищи | Наименование блюда | Масса, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Эн.цен. ккал | Стоимость | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Неделя 3 | Каша вязкая молочная пшенная | 160 | 6,2 | 7,6 | 28,2 | 206,2 | 23,64 | 54-6к |
| День 2 | Запеканка из творога с морковью | 130 | 13,5 | 7,9 | 19,6 | 203,7 | 56,35 | 54-2т |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 2,8 | 12,3 | 1,63 | 54-2гн |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,3 | 3,15 | Пром. |
| | Повидло яблочное | 30 | 0,1 | 0 | 19,5 | 78,5 | 5,93 | Пром. |
| | Итого за Завтрак | 550 | 22,3 | 15,7 | 84,9 | 571 | 90,70 | |

**МЕНЮ и пищевая ценность блюд обучающих с ОВЗ 1-4 классов**
**Вторник 17.11.2026 года(завтрак)**

| Прием пищи | Наименование блюда | Масса, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Эн.цен. ккал | Стоимость | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Неделя 3 | Каша вязкая молочная пшенная | 100 | 4,2 | 5,1 | 18,8 | 137,5 | 15,76 | 54-6к |
| День 2 | Запеканка из творога с морковью | 140 | 14,5 | 8,5 | 21,1 | 219,4 | 60,68 | 54-2т |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 2,8 | 12,3 | 1,63 | 54-2гн |
| | Повидло яблочное | 20 | 0,1 | 0 | 13 | 52,3 | 4,56 | Пром. |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3 | 0,3 | 19,7 | 93,8 | 4,20 | Пром. |
| | Итого за Завтрак | 500 | 22 | 13,9 | 75,4 | 515,3 | 86,83 | |

**МЕНЮ и пищевая ценность блюд обучающих с ОВЗ 1-4 классов**
**Вторник 17.11.09.2026 года(обед)**

| Прием пищи | Наименование блюда | Масса, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Эн.цен. ккал | Стоимость | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Неделя 3 | Суп гороховый | 170 | 8,6 | 7,7 | 14,5 | 161,8 | 12,22 | 54-8с |
| День 2 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,2 | 6,3 | 35,9 | 233,7 | 16,55 | 54-4г |
| | Шницель из курицы | 80 | 15,3 | 2,9 | 10,7 | 130,3 | 60,40 | 54-24м |
| | Соус красный основной | 20 | 1,2 | 1,2 | 1,9 | 22,9 | 2,94 | 54-3соус |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,4 | 0 | 19,8 | 80,8 | 11,43 | 54-35хн |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,2 | 9,8 | 46,9 | 1,13 | Пром. |
| | Итого за Обед | 640 | 35,2 | 18,3 | 92,6 | 676,4 | 104,67 | |

**МЕНЮ и пищевая ценность блюд обучающих с ОВЗ 5-11 классов**
**Вторник 17.11.2026 года (завтрак)**

| Прием пищи | Наименование блюда | Масса, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Эн.цен. ккал | Стоимость | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Неделя 3 | Каша вязкая молочная пшенная | 100 | 4,2 | 5,1 | 18,8 | 137,5 | 15,76 | 54-6к |
| День 2 | Запеканка из творога с морковью | 140 | 14,5 | 8,5 | 21,1 | 219,4 | 60,68 | 54-2т |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 2,8 | 12,3 | 1,63 | 54-2гн |
| | Повидло яблочное | 20 | 0,1 | 0 | 13 | 52,3 | 4 | Пром. |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,3 | 3,15 | Пром. |
| | Итого за Завтрак | 490 | 21,3 | 13,8 | 70,5 | 491,8 | 85,22 | |

**МЕНЮ и пищевая ценность блюд обучающих с ОВЗ 5-11 классов**
**Вторник 17.11.2026 года(обед)**

| Прием пищи | Наименование блюда | Масса, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Эн.цен. ккал | Стоимость | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Неделя 3 | Суп гороховый | 250 | 12,7 | 11,3 | 21,4 | 237,9 | 17,97 | 54-8с |
| День 2 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 9,9 | 7,6 | 43,1 | 280,4 | 19,86 | 54-4г |
| | Шницель из курицы | 100 | 19,1 | 3,6 | 13,4 | 162,9 | 75,5 | 54-24м |
| | Соус красный основной | 20 | 1,2 | 1,2 | 1,9 | 22,9 | 2,94 | 54-3соус |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,5 | 0 | 19,8 | 81 | 13,41 | 54-1хн |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,2 | 9,8 | 46,9 | 2,3 | Пром. |
| | Итого за Обед | 770 | 44,9 | 23,9 | 109,4 | 832 | 131,98 | |

**МЕНЮ и пищевая ценность блюд обучающих с диагнозом диабет 1-4 классов**
**Вторник 17.11.2026 года(завтрак)**

| Прием пищи | Наименование блюда | Масса, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Эн.цен. ккал | Стоимость | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Неделя 3 | Каша вязкая молочная пшенная | 100 | 4,2 | 5,1 | 18,8 | 137,5 | 15,76 | 54-6к |
| День 2 | Запеканка из творога с морковью | 140 | 14,5 | 8,5 | 21,1 | 219,4 | 60,68 | 54-2т |
| | Чай без сахара | 200 | 0,2 | 0 | 0,1 | 1,4 | 1,18 | 54-1гн |
| | Повидло яблочное | 20 | 0,1 | 0 | 13 | 52,3 | 4 | Пром. |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,3 | 3,15 | Пром. |
| | Итого за Завтрак | 490 | 21,3 | 13,8 | 67,8 | 480,9 | 84,77 | |

**МЕНЮ и пищевая ценность блюд обучающих с диагнозом диабет 1-4 классов**
**Вторник 17.11.2026 года(обед)**

| Прием пищи | Наименование блюда | Масса, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Эн.цен. ккал | Стоимость | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Неделя 3 | Суп гороховый | 170 | 8,6 | 7,7 | 14,5 | 161,8 | 12,22 | 54-8с |
| День 2 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,2 | 6,3 | 35,9 | 233,7 | 16,55 | 54-4г |
| | Шницель из курицы | 80 | 15,3 | 2,9 | 10,7 | 130,3 | 60,4 | 54-24м |
| | Соус красный основной | 20 | 1,2 | 1,2 | 1,9 | 22,9 | 2,94 | 54-3соус |
| | Компот из смеси сухофруктов без сахара | 200 | 0,5 | 0 | 13,4 | 55,6 | 12,36 | №11.6а |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,5 | 0,2 | 9,8 | 46,9 | 2,26 | Пром. |
| | Итого за Обед | 640 | 35,3 | 18,3 | 86,2 | 651,2 | 106,73 | |

**МЕНЮ и пищевая ценность блюд обучающих с диагнозом диабет 5-11 классов**
**Вторник 17.11.2026 года(завтрак)**

| Прием пищи | Наименование блюда | Масса, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Эн.цен. ккал | Стоимость | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Неделя 3 | Каша вязкая молочная пшенная | 100 | 4,2 | 5,1 | 18,8 | 137,5 | 15,76 | 54-6к |
| День 2 | Запеканка из творога с морковью | 140 | 14,5 | 8,5 | 21,1 | 219,4 | 60,68 | 54-2т |
| | Чай без сахара | 200 | 0,2 | 0 | 0,1 | 1,4 | 1,18 | 54-1гн |
| | Повидло яблочное | 20 | 0,1 | 0 | 13 | 52,3 | 4 | Пром. |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,3 | 3,15 | Пром. |
| | Итого за Завтрак | 490 | 21,3 | 13,8 | 67,8 | 480,9 | 84,77 | |

**МЕНЮ и пищевая ценность блюд обучающих с диагнозом диабет 5-11 классов**
**Вторник 13.10.2026 года(обед)**

| Прием пищи | Наименование блюда | Масса, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Эн.цен. ккал | Стоимость | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Неделя 3 | Суп гороховый | 250 | 12,7 | 11,3 | 21,4 | 237,9 | 17,97 | 54-8с |
| День 2 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 9,9 | 7,6 | 43,1 | 280,4 | 19,86 | 54-4г |
| | Шницель из курицы | 100 | 19,1 | 3,6 | 13,4 | 162,9 | 75,5 | 54-24м |
| | Соус красный основной | 30 | 1,8 | 1,8 | 2,9 | 34,4 | 4,41 | 54-3соус |
| | Компот из смеси сухофруктов без сахара | 200 | 0,5 | 0 | 13,4 | 55,6 | 12,36 | №11.6а |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 70,3 | 2,33 | Пром. |
| | Итого за Обед | 790 | 46,3 | 24,5 | 109 | 841,5 | 132,43 | |