Организация: МБОУ Ивановская СОШ
Название меню: ОВЗ 1-4 класс 2026-2027
Возрастная категория: от 7 до 11 лет
Характеристика питающихся: Дети с ОВЗ
Срок действия меню: 02.09.2026 - 28.05.2027

№ рецептуры	Название блюда	Масса г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал
	Понедельник, 1 неделя					
	Завтрак					
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	20	4,6	5,9	0	71,7
54-13к	Каша вязкая молочная пшеничная	200	8,1	9,2	38,6	270,3
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	3	13,4
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
	Итого за Завтрак	**500**	**18,7**	**16**	**76,2**	**523,8**
	Обед					
54-7з	Салат из белокочанной капусты	60	1,5	6,1	6,2	85,8
54-24с	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	3,2	1,9	15,1	90,8
54-7г	Рис припущенный	150	3,5	4,8	35	196,8
54-9р	Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)	90	17,2	17,9	5,1	249,6
54-2хн	Компот из кураги	180	0,9	0	14,1	60,2
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
Пром.	Банан	150	2,3	0,8	31,5	141,8
	Итого за Обед	**910**	**34,4**	**32,3**	**141,6**	**993,4**
	Итого за день	1410	53,1	48,3	217,8	1517,2
	Вторник, 1 неделя					
	Завтрак					
53-19з	Масло сливочное (порциями)	20	0,2	14,5	0,3	132,2
54-20к	Каша жидкая молочная гречневая	200	7,1	5,8	26,7	187,3
11	Какао с молоком и сахаром (3-7)	200	3,3	3,2	9,1	78,2
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
	Итого за Завтрак	**500**	**16,4**	**24,3**	**70,7**	**566,1**
	Обед					
54-13з	Салат из свеклы отварной	60	0,8	2,7	4,6	45,7
54-9с	Суп фасолевый	200	5,2	4,3	14	115,9
54-11г	Картофельное пюре	150	3,1	5,3	19,8	139,4
54-5м	Котлета из курицы	90	17,2	3,9	12,2	152,7
54-3соус	Соус красный основной	10	0,2	0,2	0,9	6,3
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	180	0,4	0	17,8	72,9
Пром.	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	66,6
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	Итого за Обед	**910**	**32,5**	**17,7**	**113,7**	**744,5**
	Итого за день	1410	48,9	42	184,4	1310,6
	Среда, 1 неделя					
	Завтрак					
53-19з	1 Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	66,1
54-16к	Каша "Дружба"	200	5	5,9	24	168,9
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	2,8	12,3
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
Пром.	Джем из абрикосов	30	0,2	0	21,6	86,9
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
	Итого за Завтрак	**520**	**11,3**	**14**	**83,1**	**502,6**
	Обед					
54-11з	Салат из моркови и яблок	60	0,5	6,1	4,3	74,3
54-22с	Борщ с капустой и картофелем	200	2,5	3,2	7	66,8
54-28м	Жаркое по-домашнему из курицы	200	24,8	6,2	17,6	225,6
Пром.	Сок яблочный	180	0,9	0,2	18,2	77,9
54-14в	Ватрушка с повидлом	120	7,5	3,3	77,7	370,6
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2

Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8
	Итого за Обед	**820**	**40,5**	**19,5**	**151,2**	**943,2**
	Итого за день	1340	51,8	33,5	234,3	1445,8
	Четверг, 1 неделя					
	Завтрак					
12	Бутерброд с маслом и сыром	70	5,9	12,5	15,7	198,6
54-27к	Каша жидкая молочная манная	200	5,3	5,7	23,5	167
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	7,6	71,4
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	Итого за Завтрак	**500**	**17,1**	**21,5**	**56,8**	**488,2**
	Обед					
54-3з	Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,8
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	200	2,9	5,4	5,3	80,7
П/Ф	Пельмени	240	20,3	31,7	56,8	593,5
54-11хн	Компот из брусники	180	0,1	0,1	7,1	29,4
Пром.	Апельсин	150	1,4	0,3	12,2	56,7
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	Итого за Обед	**910**	**31,2**	**38,4**	**118,3**	**941,5**
	Итого за день	1410	48,3	59,9	175,1	1429,7
	Пятница, 1 неделя					
	Завтрак					
53-19з	Масло сливочное (порциями)	20	0,2	14,5	0,3	132,2
54-9к	Каша вязкая молочная овсяная	150	6,4	8,4	25,7	204,6
54-6о	Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	56,6
54-21гн	Какао с молоком	200	4,7	3,5	8,9	85,9
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Пром.	Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	68,3
	Итого за Завтрак	**500**	**22,5**	**31,3**	**73,2**	**664,8**
	Обед					
54-34з	Салат картофельный с морковью и зеленым гор	60	1,7	4,3	6,2	70,3
54-25с	Суп гороховый (вариант 2)	200	5,1	2,6	14,6	101,6
54-12м	Плов с курицей	200	27,3	6,5	33,3	300,4
54-2хн	Компот из кураги	180	0,9	0	14,1	60,2
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Пром.	Груша	150	0,6	0,5	15,5	68,3
	Итого за Обед	**870**	**41,4**	**14,7**	**118,3**	**769,2**
	Итого за день	1370	63,9	46	191,5	1434
	Понедельник, 2 неделя					
	Завтрак					
54-16к	Каша "Дружба"	200	5	5,9	24	168,9
54-21гн	Какао с молоком	200	4,7	3,5	8,9	85,9
54-9в	Булочка школьная	60	5,2	1,8	34	172,6
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
	Итого за Завтрак	**510**	**18,7**	**11,6**	**91,5**	**544,6**
	Обед					
54-11з	Салат из моркови и яблок	60	0,5	6,1	4,3	74,3
54-18с	Свекольник (со сметаной)	200	1,8	4,3	10,7	88,3
П/Ф	Вареники	200	22,6	11,3	29,5	309,6
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	180	0,4	0	17,8	72,9
Пром.	Печенье шоколадное	50	2,7	10,9	24,6	207,4
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	Итого за Обед	**770**	**33,8**	**33,4**	**121,5**	**920,9**
	Итого за день	1280	52,5	45	213	1465,5
	Вторник, 2 неделя					
	Завтрак					
53-19з	Масло сливочное (порциями)	20	0,2	14,5	0,3	132,2
54-20к	Каша жидкая молочная гречневая	200	7,1	5,8	26,7	187,3
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	3	13,4

Пром.		Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
Пром.		Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
		Итого за Завтрак	**500**	**13,3**	**21,2**	**64,6**	**501,3**
		Обед					
54-3з		Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,8
54-3с		Рассольник Ленинградский	200	3,1	5,5	13,2	114,8
54-1г		Макароны отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8
	73	Тефтели куриные в сметанном соусе (3-7)	90	18,1	19,1	5,9	267,8
	38	Компот из сухофруктов (3-7)	180	0,3	0	14,6	59,7
Пром.		Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Пром.		Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
Пром.		Йогурт 2.5%	100	3,4	2,5	5,5	58,1
		Итого за Обед	**860**	**36,7**	**32,9**	**108,9**	**878,4**
		Итого за день	1360	50	54,1	173,5	1379,7
		Среда, 2 неделя					
		Завтрак					
53-19з		Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	66,1
54-19к		Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,5	4,5	16,9	130,6
54-23гн		Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	7,6	71,4
Пром.		Джем из абрикосов	30	0,2	0	21,6	86,9
Пром.		Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Пром.		Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
		Итого за Завтрак	**520**	**15,5**	**15,5**	**80,8**	**523,4**
		Обед					
54-16з		Винегрет с растительным маслом	60	0,7	5,4	4	67,1
54-6с		Суп картофельный с клецками	200	2,9	3	11	82,8
54-6г	3	Рис отварной	150	3,6	4,8	36,4	203,5
	89	Печень, тушенная в сметанном соусе (3-7)	90	12,4	8,4	8	156,9
54-12хн		Компот из клюквы	200	0,1	0	7	28,8
Пром.		Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
Пром.		Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	66,6
Пром.		Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8
		Итого за Обед	**910**	**24,6**	**22,7**	**107,5**	**733,7**
		Итого за день	1430	40,1	38,2	188,3	1257,1
		Четверг, 2 неделя					
		Завтрак					
54-1к		Каша жидкая молочная кукурузная	200	5,9	5,8	33	207,8
54-2гн		Чай с сахаром	200	0,2	0	2,8	12,3
Пром.		Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Пром.		Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
Пром.		Джем из абрикосов	30	0,2	0	21,6	86,9
		Итого за Завтрак	**510**	**12,1**	**6,6**	**92**	**475,4**
		Обед					
54-7з		Салат из белокочанной капусты	60	1,5	6,1	6,2	85,8
54-2с		Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	2,9	5,4	9,7	98,9
54-4г	8	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7
54-34м		Гуляш из отварной птицы	90	12,2	1,7	1,4	69,8
54-1хн		Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
Пром.		Мармелад фруктово-ягодный формовой	50	0,8	4,6	32,1	172,8
Пром.		Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Пром.		Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
		Итого за Обед	**830**	**31,9**	**24,9**	**139,7**	**910,4**
		Итого за день	1340	44	31,5	231,7	1385,8
		Пятница, 2 неделя					
		Завтрак					
53-19з		Масло сливочное (порциями)	20	0,2	14,5	0,3	132,2
54-2о		Омлет с зеленым горошком	200	12,9	14,2	6,4	204,7
54-3гн		Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	3	13,4
Пром.		Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Пром.		Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
		Итого за Завтрак	**500**	**19,1**	**29,6**	**44,3**	**518,7**
		Обед					

54-2з	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5
54-27с	Суп с рыбными консервами (сайра)	200	5,9	6,8	12,5	134,6
54-9м	Жаркое по-домашнему	200	20,1	18,8	17,2	317,9
54-3хн	Компот из чернослива	200	0,5	0,2	19,4	81,3
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
Пром.	Йогурт 2.5%	100	3,4	2,5	5,5	58,1
	Итого за Обед	**840**	**36,2**	**29,2**	**90,7**	**768,8**
	Итого за день	1340	55,3	58,8	135	1287,5

	Масса г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал
Средние показатели за Завтрак	506	16,47	19,16	73,32	530,89
Средние показатели за Обед	863	34,32	26,57	121,14	860,4
Средние показатели за период	1369	50,8	45,7	194,5	1391,3