



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СОШ №4 р.п. Линево»

Т.Ю. Гуляева

**Примерное десятидневное меню
Для детей 1-4 классов категории ОВЗ
МБОУ «СОШ №4 р.п. Линево»
2026-2027**

МУНИЦИПАЛЬНОЕ
БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА №4 Р.П. ЛИНЕВО"
ИСКИТИМСКОГО РАЙОНА
НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ

Подписано цифровой подписью:
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА №4 Р.П. ЛИНЕВО"
ИСКИТИМСКОГО РАЙОНА
НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ
Дата: 2026.09.15 12:53:53 +07'00'

Неделя первая	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции 6-11 лет	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность, ккал
				Б	Ж	У	
День 1 Понедельник							
Завтрак 1	54-1з	Сыр твёрдых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7
	54-9к	Каша вязкая молочная овсяная	200	8,6	11,3	34,3	272,8
	54-2гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,25	0,05	6,61	27,9
	пром	Круасан	40	2,68	0,78	22,34	107,1
	Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,2
Обед	54-12с	Суп с рыбными консервами (горбуша)	200	7,91	3,81	12,43	115,66
	54-8з	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1	6,1	5,8	81,5
	54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7
	54-16м	Тефтеля из говядины с рисом	60	8,67	8,77	4,86	133,1
	54-2соус	Соус белый основной	20	0,5	0,8	0,9	12,5
	54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
	Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	Пром.	Яблоко	160	0,64	0,64	15,68	71

Неделя третья	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции 6-11 лет	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность, ккал
				Б	Ж	У	
День 2 Вторник							
Завтрак 1	54-20к	Каша молочная жидкая гречневая	200	7,15	5,76	26,71	187,3
	54-21гн	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4
	Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,2
	54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	25	5,8	7,37	0	89,6
	пром	Печенье апельсиновое	35	2,13	7,62	18,71	151,9
Обед	54-2с	Борщ с капустой и картошкой со сметаной	200	4,7	5,7	10,1	110,4
	54-3з	Помидор свежий в нарезке	30	0,35	0,005	1,15	6,4
	54-12м	Плов с курицей	150	20,43	6,08	24,9	235,9
	54-32хн	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,1	9,9	41,6
	Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	Пром	Банан	150	2,3	0,8	31,5	141,5

Неделя первая	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции 6-11 лет	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность, ккал
				Б	Ж	У	
День 3 Среда							
Завтрак 1	54-1о	Омлет натуральный	135	11,42	16,18	2,92	202,9
	54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
	Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,2
	54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	6,96	8,85	0	107,5
	54-80з	Горошек зеленый	60	1,75	0,11	3,55	22,1
	пром	Яблоко	160	0,64	0,64	15,68	71
Обед	54-8с	Суп гороховый	200	6,7	4,6	16,3	133,1
	54-2з	Огурец свежий в нарезке	30	0,25	0,05	0,75	4,25
	54-11г	Картофельное пюре	150	3,1	5,3	19,8	139,4
	54-2м	Гуляш из говядины	80	13,59	13,21	3,11	185,8
	54-2хн	Компот из кураги	200	1	0,1	15,6	66,9
	Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	Пром.	Пряник «с какао»	100	5,5	6,5	70	360,5

Неделя первая	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции 6-11 лет	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность, ккал
				Б	Ж	У	
День 4 Четверг							
Завтрак 1	54-6к	Каша вязкая молочная пшённая	250	10,39	12,64	47,06	343,5
	54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,6	50,9
	Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,2
	54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	6,96	8,85	0	107,5
Обед	54-7с	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	5,2	2,8	18,5	119,6
	54-20з	Зелёный горошек	30	0,9	0,1	1,8	11,1
	54-6г	Рис отварной	150	3,6	4,8	36,4	203,5
	54-1р	Котлета рыбная (Горбуша)	100	17,52	6,6	8,57	163,6
	54-3соус	Соус красный основной	20	0,66	0,48	1,78	14,2
	54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
	Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	Пром	Банан	200	3	1	42	189

Неделя первая	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции 6-11 лет	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность, ккал
				Б	Ж	У	
День 5 Пятница							
Завтрак 1	54-25.1К	Каша молочная жидкая рисовая	200	5,28	5,42	28,66	184,5
	54-23хн	Кисель из смородины	200	0,24	0,08	12,22	50,5
	Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,2
	54-1з	Сыр твёрдых сортов в нарезке	30	6,96	8,85	0	107,5
	пром	Печенье шоколадное	40	2,17	8,71	19,71	165,9
Обед	54-3с	Рассольник Ленинградский	200	4,8	5,8	13,6	125,5
	54-11з	Салат из моркови и яблок	60	0,5	6,1	4,3	74,3
	54-5г	Каша перловая рассыпчатая	200	5,9	7,02	40,67	249,5
	54-25м	Курица тушёная с морковью	100	14,12	5,78	4,46	126,4
	54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,25	0,05	6,61	27,9
	Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	Пром.	Яблоко	240	0,96	0,96	23,52	106,6

Неделя вторая	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции 6-11лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, ккал
				Б	Ж	У	
День 1 Понедельник							
Завтрак 1	54-1к	Каша жидкая молочная кукурузная	200	5,8	5,8	33	207,8
	54-2гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,25	0,05	6,61	27,9
	Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,2
	54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	6,96	8,85	0	107,5
	пром	Печенье	50	3,75	4,9	37,2	207,9
Обед	54-10с	Суп крестьянский с крупой (крупа перловая)	200	5,1	5,8	10,8	115,6
	54-3з	Помидор свежий в нарезке	30	0,35	0,005	1,15	6,4
	54-1г	Макароны отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8
	54-7м	Шницель из говядины	75	13,7	13	12,3	221,4
	54-3соус	Соус красный основной	20	0,66	0,48	1,78	14,2
	54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
	Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	Пром	Банан	200	3	1	42	189

Неделя вторая	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции 6-11 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, ккал
				Б	Ж	У	
День 2 Вторник							
Завтрак 1	54-21к	Каша вязкая молочная ячневая	200	7,2	9,4	34	249
	54-21гн	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4
	Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,2
	54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	6,96	8,85	0	107,5
	пром	Круасан	35	2,34	0,68	19,55	93,7
Обед	54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	200	4,7	5,6	5,7	92,2
	54-16з	Винегрет с растительным маслом	60	0,71	5,38	4,01	67,1
	54-28м	Жаркое по-домашнему с курицы	200	24,81	6,23	17,59	225,7
	54-32хн	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,1	9,9	41,6
	Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	Пром.	Яблоко	240	0,96	0,96	23,52	106,6

Неделя вторая	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции 6-11 лет	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность, ккал
				Б	Ж	У	
День 3 Среда							
Завтрак 1	Пром	Вареники с картошки	200	22,56	11,26	29,48	309,6
	53-19з	Масло сливочное	30	0,24	21,75	0,39	198,3
	пром	Яблоко	240	0,96	0,96	23,52	106,6
	54-2хн	Кисель из облепихи	200	0,28	1,14	11,87	58,8
Обед	54-9с	Суп фасолевый	200	6,8	4,6	14,4	125,9
	54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7
	54-18м	Печень говяжья по-строгановски	80	13,4	12,7	5,3	189,2
	54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
	Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	Пром	Печенье апельсиновое	50	3,04	10,88	26,73	217

Неделя вторая	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции 6-11 лет	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность, ккал
				Б	Ж	У	
День 4 Четверг							
Завтрак 1	Пром	Яйцо варёное в крутую (2 шт)	125	14,92	12,65	0,8	176,7
	54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,6	50,9
	Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,2
Обед	54,9с	Суп картофельный с клёцками	200	4,62	3,27	11,40	93,54
	54-21з	Кукуруза сахарная	60	1,24	0,21	6,12	31,3
	54-6г	Рис отварной	150	3,6	4,8	36,4	203,5
	54-10р	Рыба тушеная в томате с овощами	70	11,38	7,91	4,4	134,3
	54-2хн	Компот из кураги	200	1	0,1	15,6	66,9
	Пром	Банан	200	3	1	42	189
	Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6

Неделя вторая	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции 6-11 лет	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность, ккал
				Б	Ж	У	
День 5 Пятница							
Завтрак 1	пром	Сок (в ассортименте)	200	0,6	0	33	134,4
	пром	Булочка (в ассортименте)	100	6,7	1,95	55,85	267,8
	пром	банан	200	3	1	42	189
Обед	54-4с	Рассольник домашний	200	4,6	5,7	11,6	116,1
	54-2з	Огурец свежий в нарезке	30	0,25	0,05	0,75	4,25
	54-21г	Горошница	150	14,5	1,3	33,8	204,8
	54-23м	Биточек их курицы	75	14,3	3,2	10	126,5
	54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,25	0,05	6,61	27,9
	Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	Пром	Банан	200	3	1	42	189