



Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
Зюзинская средняя общеобразовательная школа
Барабинского района Новосибирской области

Утверждаю:
Директор школы: _____
Л.В. Монастырева
« 28 » сентября 2026г.

Недельное меню для организации питания обучающихся с 5-11 класс ОВЗ

Завтраки								ОБЕДЫ							
Энергетическая ценность								Энергетическая ценность							
беки	ж и р ы	Углевод ы	Ккал л	№ т/к	наименован ие	По рц ия (гр .)	стоимо сть	Белк и	жир ы	Углево ды	Кка лл	№ т/к	наименовани е	Пор ция (гр)	стоимос ть
ПОНЕДЕЛЬНИК 28.09.2026								ПОНЕДЕЛЬНИК 28.09.2026							
7	8 , 9	0	107, 5	54- 1з	Сыр в нарезке	30	21-60	1,6	10,1	9,6	135, 9	54- 8з	Салат из капусты и моркови	100	11-27
6,6	6 , 8	35,8	230, 7	54- 25. 1к	Каша жидкая молочная рисовая	25 0	24-75	6,5	5,4	19,9	154, 8	54- 8с	Суп гороховый	250	10-66
0,2	0 , 1	6,6	27,9	54- 3гн	Чай с сахаром и лимоном	20 0	3-00	9,9	7,6	43,1	280, 4	54- 4к	Каша гречневая рассыпчатая	180	17-50
4,6	0 , 4	29,6	140, 6	Пр ом.	Хлеб пшеничный	60	6-00	18,2	17,4	16,4	295, 2	Про м	Котлета из говядины	100	38-00
3	2 , 4	37,5	183	пр ом	Пряник	50	13-00	1,6	1,2	4,5	35,3	54-3 соус	Соус основной красный	50	5-18
								0,2	0,1	9,9	41,6	54- 32хн	Компот из свежих яблок	200	11-85
								4,3	0,6	24,8	121, 5	Про м.	Хлеб в ассортименте	60	6-00
							68-35								100-46
ВТОРНИК 29.09.2026								ВТОРНИК 29.09.2026							
39,5	1 4 , 2	22,8	377, 5	54- 1т	Запеканка из творога	20 0	68-44	0,8	0,1	2,5	14,1	про м	Огурец в нарезке	100	14-00
0,2	0	2,8	12,3	54- 2гн	Чай с сахаром	20 0	1-50	3,6	6,7	12,1	123, 6	54- 2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	17-49
2,3	0 , 2	14,8	70,3	Пр ом.	Хлеб пшеничный	38	3-80	3,7	6,4	23,8	167, 2	54- 11г	Картофельно е пюре	180	35-39
1,4	1 , 7	11,1	65,5	пр ом	Молоко сгущенное с сахаром	20	7-80	20,1	19	8	283, 8	54- 18м	Печень говяжья по - строгановски	120	73-47

1,2	0 , 3	11,3	52,5	пр ом	Мандарин	12 0	36-00	0,4	0	19,8	80,8	54- 35х н	Компот из смеси сухофруктов	200	4-92
								4,3	0,6	24,8	121, 5	Про м.	Хлеб в ассортименте	80	8-00
							117-54								
															153-27
СРЕДА 30.09.2026								СРЕДА 30.09.2026							
8,5	9 , 3	30,8	240, 8	54- 22к	Каша жидкая молочнаяма нная	25 0	23-68	2,1	0,4	10,2	52,2	про м	Кукуруза сахарная	100	21-00
4,7	3 , 5	8,9	85,9	54- 21 гн	Какао с молоком	20 0	15-85	3, 8	6,9	16,5	143, 4	54- 3с	Рассольник Ленинградск ий	250	19-83
3,8	0 , 4	24,6	117, 2	Пр ом.	Хлпшеничн ый	50	5-00	4,3	5,8	43,7	244, 2	54- 6г	Рис отварной	180	23-03
2,4	0 , 8 9	33,6	151, 2	Пр ом	Банан	16 0	35-20	15,5	6,3	4,9	138, 4	54- 25м	Курица тушеная с морковью	100	43-38
								1	0,1	15,6	66,9	54- 2хн	Компот из кураги	200	8-60
								4,3	0,6	24,8	121, 5	Про м.	Хлеб в ассортименте	60	6-00
							79-73								
															121-84
ЧЕТВЕРГ 01.10.2026								ЧЕТВЕРГ 01.10.2026							
7	8 , 9	0	108	54- 1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	21-60	0,9	10,2	7,1	123, 8	54- 11з	Салат из моркови и яблок	100	15-90
7,5	7 , 8	33,9	236, 6	54- 25к	Каша жидкая молочная пшённая	25 0	35-29	3,6	6,7	6,6	100, 9	54- 1с	Щи из свежей капусты со сметаной	250	15-77
0,2	0 , 1	3	13,4	54- 3гн	Чай с сахаром и лимоном	20 0	3-00	18,2	17,4	16,4	295, 2	Про м	Котлета из говядины	100	38-00
3,8	0 , 4	24,6	117, 2	Пр ом.	Хлеб пшеничный	50	5-00	6,4	5,9	39,4	236, 2	54- 1г	Макароны отварные	180	14-91
								0,4	0,5	1,7	12,7	54- 3соу с	Соус красный основной	50	5-18
0,6	0 , 4	14,4	63,7	пр ом	Груша	14 0	53-20	4,3	0,6	24,8	121, 5	Про м.	Хлеб в ассортименте	60	6-00
													Компот из изюма	200	8-60
							118-09								104-36
ПЯТНИЦА 02.10.2026								ПЯТНИЦА 02.10.2026							
16,9	2	4,3	300,	54-	Омлет	20	70-78	4	2,4	18,9	113,	54-	Суп с	250	9-74

	4		7	10	натуральный	0					5	24с	картофелем и макаронами		
3,9	2,9	7,6	71,4	54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	11-10	4,3	5,4	17,5	136,2	54-8г	Капуста тушеная	180	32-64
3,8	0,4	24,6	117,2	Пром.	Хлеб пшеничный	50	5-00	11,1	11,8	10,9	194,1	Пром	Тефтели из говядины	100	48-00
0,6	0,6	14,7	66,6	пром	Яблоко	150	37-50	1,8	3,7	4,8	59,6+	54-5соус	Соус молочный натуральный	50	1-47
								0,4	0	19,8	80,8	54-35хн	Компот из смеси сухофруктов	200	4-92
								4,3	0,6	24,8	121,5	Пром.	Хлеб в ассортименте	90	9-00
124-38															105-77