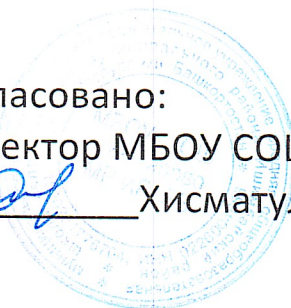


Согласовано:

Директор МБОУ СОШ с.Макарово

Хисматуллина Г.Р.



Утверждаю



**ОСНОВНОЕ ОРГАНИЗОВАННОЕ МЕНЮ
НА ВЕСЕННИЙ ПЕРИОД 2026г
ДЛЯ ДЕТЕЙ 1-4 класс(завтраки),
ОВЗ,инвалиды (завтрак, обед)**

Г. ИШИМБАЙ ИШИМБАЙСКИЙ РАЙОН РЕСПУБЛИКИ БАШКОРТОСТАН

**Основное (организованное) меню для обучающихся муниципальных общеобразовательных организаций
муниципального района Ишимбайский район ГБ**

1 неделя : 1-4 кл - завтрак; ОВЗ, инвалиды, СВО - завтрак, обед

Прием пищи, наименование блюда		выход	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
1 день						
№ТК	Завтрак 1-4кл, ОВЗ,инвалиды, СВО					
ТК №208	Каша пшеничная молочная	180	6,7	7,6	32,6	222
ТК № 286	Чай с сахаром	200	0.1	0.02	9.9	25
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витаминный	50	2.7	3.2	19.6	146
ТК № 1.3	Масло сливочное	8	3,88	6,8	5,6	62
ТК№83.02	Фрукт (яблоко)	100	4,46	0,4	9,8	65
	Итого за прием	538	17.84	18.02	77.5	520
	Сумма: 76.96 руб.					
Обед ОВЗ, инвалиды, СВО						
ТК№41	Салат картоф. с солеными огурцами	60	0.8	3.7	5.5	61
ТК № 55	Борщ из свежей капусты с картофелем	200	1.4	4.1	9.4	79
ТК № 138	Плов из птицы	180	12	14	29	319
ТК № 303	Кисель из концент.на плод. и ягодн. экстрактах	200	4	0	25	76
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витаминный	30	3.2	3.36	18.8	116
СПРЕБРЖ	Хлеб ржано-пшеничный витамин	30	3.3	2.8	14.9	105
	Итого за прием	700	24.7	28.0	102.6	756
	Итого за день	1238	42.5	46.0	180.1	1276
	Сумма: 160.48 руб.					
	Сумма: 163.03 руб (СВО)					
2 день						
Прием пищи, наименование блюда		выход	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак 1-4кл, ОВЗ,инвалиды, СВО						
ТК № 97	Котлеты (биточки, шницели). соус томатный	100	7.8	10,8	8,3	163
ТК № 175	Каша гречневая рассыпчатая	150	8.4	5.4	34.6	224
ТК № 286	Чай с сахаром	200	0.1	0.02	9.9	25
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	55	2.7	3.2	19.6	146
	Итого за прием	505	19	19.42	72.4	558
	Сумма: 76.96 руб.					
Обед ОВЗ, инвалиды, СВО						
ТК№1.6	Свекла отварная	60	0.8	0.1	4.3	21
ТК № 53	Рассольник ленинградский	200	1,7	4,8	12,3	104
ТК № 82	Котлеты (биточки) рыбные. соус томатный	100	11,7	10,3	13,7	188
ТК № 141	Картофельное пюре	150	3,1	4,6	20,1	137
ТК № 301	Напиток яблочный	200	0	0	27,3	89
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	30	3.6	3.43	18.8	116
СПРЕБРЖ	Хлеб ржано-пшеничный витамин	30	3.3	2.8	14.9	105
	Итого за прием	770	24.2	26.0	111.4	760
	Итого за день	1275	43.2	45.5	183.8	1318
	Сумма: 160.48 руб.					
	Сумма: 163.03 руб (СВО)					
3 день						
Прием пищи, наименование блюда		выход	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак 1-4кл, ОВЗ,инвалиды, СВО						
ТК № 131	Котлеты из птицы. соус томатный	100	7,5	10,7	7,7	158
ТК № 216	Макаронные изделия отварные	150	5.2	3.5	32.4	188
ТК № 291	Какао с молоком	200	2,4	2,3	10,2	69
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	50	2.7	3.2	19.6	146
ТК № 1.4	Сыр порционнo	8	0,28	0,05	0	27
	Итого за прием	508	18.08	19.75	69.9	588
	Сумма: 76.96 руб.					
Обед ОВЗ, инвалиды, СВО						
ТК№45	Салат из белокач. капусты	60	1.1	3.05	5.19	52
ТК№ 62	Суп картофельный с бобовыми	200	6.2	4.1	25.5	169
ТК № 433	Гуляш из птицы	90	6.23	6.59	1.44	90
ТК № 179	Каша рисовая рассыпчатая	150	3.7	3.6	37.6	217
ТК № 286	Чай с сахаром	200	0.1	0.02	9.9	25
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	30	3.2	3.36	18.8	116
СПРЕБРЖ	Хлеб ржано-пшеничный витамин	30	3.3	2.98	14.9	105
	Итого за прием	760	23.83	23.7	113.33	774
	Итого за день	1278	41.91	43.45	183.23	1362

	Сумма: 160.48 руб.					
	Сумма: 163.03 руб (СВО)					
	4 день					
	Прием пищи, наименование блюда	выход	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак 1-4кл, ОВЗ,инвалиды, СВО					
ТК № 107	Тефтели из говядины с рисом	100	7,5	7,9	9,4	171
ТК № 141	Картофельное пюре	150	3,1	4,6	20,1	137
ТК № 8.18	Чай витаминный с плодами шиповника	200	0,12	0,04	15,14	61
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	53	4.8	3.27	28.2	146
	Итого за прием	503	15.52	15.81	72.84	515
	Сумма: 76.96 руб.					
	Обед ОВЗ, инвалиды, СВО					
ТК № 41	Винегрет овощной	60	0,8	3,1	4	76
ТК № 59	Суп картофельный с лапшой домашней	200	2,3	2,2	14,3	88
ТК № 129	Фрикадельки из птицы. соус томатный	100	7,9	11,3	7,87	165
ТК № 175	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,4	5,4	34,6	224
ТК № 278	Компот из сухофруктов	200	1	0.05	27.5	110
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	30	3.2	3.36	18.8	86
СПРЕБРЖ	Хлеб ржано-пшеничный витамин	25	1.35	1.2	10.1	73
	Итого за прием	765	24.95	27.65	117.17	822
	Итого за день:	1268	40.47	43.46	190.01	1337
	Сумма: 160.48 руб.					
	Сумма: 163.03 руб (СВО)					
	5 день					
	Прием пищи, наименование блюда	выход	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак 1-4кл, ОВЗ,инвалиды, СВО					
ТК № 138	Плов из птицы	180	12	14	29	319
ТК № 286	Чай с сахаром	200	0.1	0.02	9.9	25
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	50	2.7	3.2	19.6	146
ТК№ 1.2	Йогурт детский питьевой	100	3.9	2.53	10	98
	Итого за прием	530	18.7	19.75	68.5	588
	Сумма: 76.96 руб.					
	Обед ОВЗ, инвалиды, СВО					
ТК № 1.5	Огурец консерв.(порционно)	60	0.1	0.0	1.5	8
ТК№52	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1.4	4.5	6.8	81
ТК № 97	Котлеты (биточки, шницели). соус томатный	100	11.7	13,1	11,7	201
ТК № 216	Рожки отварные	150	5,2	3,5	32,4	188
ТК № 278	Компот из сухофруктов	200	1	0.05	27.5	110
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	30	3.2	3.36	18.8	116
СПРЕБРЖ	Хлеб ржано-пшеничный витамин	25	1.35	1.2	10	73
	Итого за прием	765	24.0	25.7	108.7	777
	Итого за день	1300	42.7	45.5	177.2	1365
	Сумма: 160.48 руб.					
	Сумма: 163.03 руб (СВО)					
	2 неделя : 1-4 кл - завтрак; ОВЗ, инвалиды, СВО - завтрак, обед					
	Прием пищи, наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
	6 день					
	Завтрак 1-4кл, ОВЗ,инвалиды, СВО					
ТК № 210	Каша молочная "Дружба"	200	6.27	8.13	33.47	232
ТК № 227	Булочка домашняя	60	9.69	6.8	14.48	159
ТК № 286	Чай с сахаром	200	0.1	0.02	9.9	25
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	50	2.7	3.2	19.6	146
	Итого за прием	510	18.76	18.15	77.45	562
	Сумма: 76.96 руб.					
	Обед ОВЗ, инвалиды, СВО					
ТК№1.6	Свекла отварная	60	0.8	0.1	4.3	21
ТК № 61	Суп картофельный с макарон. изделиями	200	2.2	2.1	15.1	89
ТК № 131	Котлеты из птицы. соус томатный	100	7,5	10,7	7,7	158
ТК № 170	Гороховое пюре	150	6,7	5,1	28,9	206
ТК № 278	Компот из сухофруктов	200	1	0.05	27.5	110
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	30	3.2	3.36	18.8	116
СПРЕБРЖ	Хлеб ржано-пшеничный витамин	30	3.3	2.8	14.9	105
	Итого за прием	770	24.7	24.2	117.2	805

	Итого за день	1280	43,5	42,4	194,7	1307
	Сумма: 160.48 руб.					
	Сумма: 163.03 руб (СВО)					
	7 день					
	Прием пищи, наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак 1-4кл, ОВЗ,инвалиды, СВО					
ТК № 138	Плов из птицы	180	12	14	29	319
ТК № 286	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	9,9	25
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	50	2,7	3,2	19,6	146
ТК№83.02	Фрукт (яблоко)	100	4,46	0,4	9,8	65
	Итого за прием	530	19,26	17,62	68,3	555
	Сумма: 76.96 руб.					
	Обед ОВЗ, инвалиды, СВО					
ТК№45	Салат из белокач. капусты	60	1,1	3,05	5,19	52
ТК № 53	Рассольник ленинградский	200	1,7	4,8	12,3	104
ТК № 129	Фрикадельки из птицы. соус томатный	100	7,9	11,3	7,87	165
ТК № 175	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,4	5,4	34,6	224
ТК № 303	Кисель из концент.на плод. и ягодн. экстрактах	200	4	0	25	76
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	25	2,5	1,9	18,8	116
СПРЕБРЖ	Хлеб ржано-пшеничный витамин	25	1,35	1,2	10	73
	Итого за прием	760	26,95	27,65	113,76	810
	Итого за день	1290	46,21	45,27	182,06	1365
	Сумма: 160.48 руб.					
	Сумма: 163.03 руб (СВО)					
	8 день					
	Прием пищи, наименование блюда	Выход	Белки,	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак 1-4кл, ОВЗ,инвалиды, СВО					
ТК № 70	Котлеты нежные. соус томатный	100	9,6	10,78	11,7	176
ТК № 141	Картофельное пюре	150	3,1	4,6	20,1	137
ТК № 286	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	9,9	25
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин	55	3	3,5	28,6	160
	Итого за прием	505	15,8	18,9	70,3	498
	Сумма: 76.96 руб.					
	Обед ОВЗ, инвалиды, СВО					
ТК№41	Салат картоф. с солеными огурцами	60	0,8	3,7	5,5	61
ТК № 64	Суп крестьянский с крупой	200	1,8	3,9	10,1	87
ТК № 99	Гуляш из говядины	90	8,1	9,3	7,2	138
ТК № 216	Рожки отварные	150	5,2	3,5	32,4	188
ТК № 286	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	9,9	25
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	30	3,2	3,36	18,8	116
СПРЕБРЖ	Хлеб ржано-пшеничный витамин	35	3,9	4,4	22,1	132
	Итого за прием	765	23,1	28,18	106	747
	Итого за день	1270	38,9	47,08	176,3	1245
	Сумма: 160.48 руб.					
	Сумма: 163.03 руб (СВО)					
	9 день					
	Прием пищи, наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак 1-4кл, ОВЗ,инвалиды, СВО					
ТК № 107	Тефтели из говядины с рисом	100	7,5	7,9	9,4	171
ТК № 175	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,4	5,4	34,6	224
ТК № 8.18	Чай витаминный с плодами шиповника	200	0,12	0,04	15,14	61
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	50	2,7	3,2	19,6	105
ТК № 1.4	Сыр порционнo	8	0,28	0,05	0	27
	Итого за прием	508	19	16,59	78,74	588
	Сумма: 76.96 руб.					
	Обед ОВЗ, инвалиды, СВО					
ТК № 41	Винегрет овощной	60	1	3,1	4	76
ТК№ 62	Суп картофельный с бобовыми	200	6,2	4,1	25,5	169
ТК № 97	Котлеты (биточки) рыбные. соус томатный	100	11,7	13,1	11,7	201
ТК № 141	Картофельное пюре	150	3,1	4,6	20,1	137
ТК № 278	Компот из сухофруктов	200	1	0,05	27,5	110
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	30	3,2	3,36	9,65	116
СПРЕБРЖ	Хлеб ржано-пшеничный витамин	25	1,35	1,2	10	73
	Итого за прием	765	27,6	29,5	108,5	882
	Итого за день	1273	46,6	46,1	187,2	1470
	Сумма: 160.48 руб.					
	Сумма: 163.03 руб (СВО)					

	10 день					
	Прием пищи, наименование блюда	выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак 1-4кл, ОВЗ,инвалиды, СВО					
ТК № 216	Макаронные изделия отварные	150	5,2	3,5	32,4	188
ТК № 131	Котлеты из птицы. соус томатный	100	7,5	10,7	7,7	158
ТК № 291	Какао с молоком	200	2,4	2,3	10,2	69
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	50	2,7	3,2	19,6	146
	Итого за прием	500	17,8	19,7	69,9	561
	Сумма: 76.96 руб.					
	Обед ОВЗ, инвалиды, СВО					
ТК № 1.5	Огурец консерв.(порционно)	60	0,1	0,0	1,5	8
ТК№52	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,4	4,5	6,8	81
ТК № 138	Плов из птицы	180	15,1	14	29	319
ТК № 301	Напиток яблочный	200	0	0	27,3	89
СПРЕБРЖ	Хлеб пшеничный витамин.	30	3,2	3,3	18,8	116
СПРЕБРЖ	Хлеб ржано-пшеничный витамин	30	3,3	2,1	19,5	105
	Итого за прием	700	23,1	23,9	102,9	718
	Итого за день	1200	40,9	43,6	172,8	1279
	Сумма: 160.48 руб.					
	Сумма: 163.03 руб (СВО)					