Утверждаю
Директор МБОУ "СОШ ст. Евсино" Искитимского района Новосибирской области
Е.А. Денего_____
"_____"_____2026г.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА СТ.ЕВСИНО" ИСКИТИМСКОГО РАЙОНА НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ

Подписано цифровой подписью: МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА СТ.ЕВСИНО" ИСКИТИМСКОГО РАЙОНА НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ
DN: c=RU, st=Новосибирская область, street=Октябрьская улица, 8 А., l=ст. Евсино, title=Директор, o=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА СТ.ЕВСИНО" ИСКИТИМСКОГО РАЙОНА НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ, 1.2.643.100.1=120D313032353430343637303232 34, 1.2.643.100.3=120B303033313836363037313 5, 1.2.643.100.4=120A353434333131333239 39, 1.2.643.3.131.1.1=120C353434363135343333393034, email=centrbu0@mail.ru, givenName=Евгения Александровна, sn=Денего, cn=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА СТ.ЕВСИНО" ИСКИТИМСКОГО РАЙОНА НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ
Дата: 2026.08.25 07:50:38 +07'00'

Организация: Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение "Средняя общеобразовательная школа ст.Евсино"
Название меню: горячие завтраки и обеды ОВЗ
Возрастная категория: от 12 до 18 лет
Характеристика питающихся: Дети с ОВЗ
Срок действия меню: 01.09.2026 - 28.05.2027

№ рецептур	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углево	Энергетическая ценность
		г	г	г	г	ккал
	Понедельник, 1 неделя					
	Завтрак					
53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	66,1
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.	Шоколад полугорький	10	0,5	3,5	5,3	54,7
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8
Пром.	Груша	100	0,4	0,3	10,3	45,5
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	Итого за Завтрак	**590**	**15,2**	**20,4**	**76,5**	**549,7**
	Обед					
54-3з	Помидор в нарезке	100	1,1	0,2	3,8	21,4
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	250	3,6	6,7	6,6	100,9

54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,9	7,6	43,1	280,4
54-2м	Гуляш из говядины	100	17	16,5	3,9	231,7
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.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	Итого за Обед	**920**	**38,7**	**31,9**	**116,7**	**907,2**
	Итого за день	**1510**	**53,9**	**52,3**	**193,2**	**1456,9**
	Вторник, 1 неделя					
	Завтрак					
54-1т	Запеканка из творога	200	39,5	14,2	22,8	377,5
54-1соус	Соус сметанный	30	0,4	2,5	1	27,9
54-13хн	Напиток из шиповника	200	0,6	0,2	15,1	65,4
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Пром.	Апельсин	100	0,9	0,2	8,1	37,8
	Итого за Завтрак	**580**	**45**	**17,5**	**68,5**	**613,1**
	Обед					
19 - с	салат овощной с яблоками	100	0,5	7,5	5,1	89,8
17 - п	суп гороховый	250	8,1	9,6	20,6	201,4
54-11г	Картофельное пюре	180	3,7	6,4	23,8	167,2
54-5м	Котлета из курицы	100	19,1	4,3	13,6	169,7
54-2соус	Соус белый основной	10	0,2	0,4	0,4	5,5
54-24хн	Кисель из облепихи	200	0,3	1,1	11,9	58,9
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	35	2,3	0,4	13,9	68,5
	Итого за Обед	**935**	**38,8**	**30,2**	**118,8**	**901,6**
	Итого за день	**1515**	**83,8**	**47,7**	**187,3**	**1514,7**
	Среда, 1 неделя					
	Завтрак					
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	20	4,6	5,9	0	71,7
54-11к	Каша вязкая молочная овсяная с курагой	200	8,6	10,8	35,8	274,7

54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	3	13,4
54-17в	Крендель сахарный	30	2	3,5	15,1	100,1
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
	Итого за Завтрак	**580**	**18,1**	**20,9**	**78,5**	**574,6**
	Обед					
54-28з	Свекла отварная дольками	100	1,5	0,1	8,7	42
54-32с	Уха ростовская	250	7,8	4,3	12,4	119,4
54-1г	Макароны отварные	180	6,4	5,9	39,4	236,2
54-21м	Курица отварная	100	32,1	2,4	1,1	154,8
54-21гн	Какао с молоком	200	4,7	3,5	8,9	85,9
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	Итого за Обед	**920**	**59,1**	**17,1**	**110**	**830,1**
	Итого за день	**1500**	**77,2**	**38**	**188,5**	**1404,7**
	Четверг, 1 неделя					
	Завтрак					
54-20з	Горошек зеленый	60	1,7	0,1	3,5	22,1
54-1о	Омлет натуральный	200	16,9	24	4,3	300,7
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	7,6	71,4
Пром.	Банан	100	1,5	0,5	21	94,5
Пром.	Хлеб пшеничный	35	2,7	0,3	17,2	82
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2
	Итого за Завтрак	**615**	**28**	**28**	**60,3**	**604,9**
	Обед					
54-11з	Салат из моркови и яблок	100	0,9	10,2	7,1	123,8
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	3,6	6,7	12,1	123,6
54-26г	Рис с овощами	180	3,8	6,8	31,2	201,4
54-11р	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	100	13,9	7,4	6,3	147,1
54-16хн	Компот из облепихи с медом	200	0,3	1	8,3	43,1
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2

	Итого за Обед	**920**	**29,1**	**33**	**104,5**	**830,8**
	Итого за день	**1535**	**57,1**	**61**	**164,8**	**1435,7**
	Пятница, 1 неделя					
	Завтрак					
53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	66,1
54-12г	Каша пшенная рассыпчатая	200	8,5	8,6	47,3	301,1
54-33хн	Напиток апельсиновый	200	0,2	0	8	33
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
Пром.	Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	35
	Итого за Завтрак	**570**	**14,2**	**16,6**	**92,4**	**575,8**
	Обед					
54-5з	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	1	5,1	3,1	62,4
54-11с	Суп крестьянский с крупой (крупа рисовая)	250	3,8	5,6	13,6	120,4
54-11г	Картофельное пюре	180	3,7	6,4	23,8	167,2
4-вт	голубцы ленивые	100	12,6	14,8	8	216
54-4соус	Соус сметанный натуральный	20	0,6	3,3	1,3	37,2
54-27хн	Напиток из шиповника с сиропом шиповника на сорбите	200	0,6	0,2	12,4	54,5
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	Итого за Обед	**940**	**28,9**	**36,3**	**101,7**	**849,5**
	Итого за день	**1510**	**43,1**	**52,9**	**194,1**	**1425,3**
	Понедельник, 2 неделя					
	Завтрак					
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8,9	0	107,5
54-26к	Каша жидкая молочная рисовая	200	4,6	5,8	24,3	167,2
54-38гн	Чай с малиной и малиновым сиропом на фруктозе	200	0,3	0,1	3,9	17,7
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Пром.	Банан	100	1,5	0,5	21	94,5
Пром.	Печенье	20	1,5	2	14,9	83,2
	Итого за Завтрак	**610**	**19,2**	**17,9**	**88,9**	**591,6**

	Обед					
54-11з	Салат из моркови и яблок	100	0,9	10,2	7,1	123,8
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	250	3,6	6,7	6,6	100,9
54-1г	Макароны отварные	180	6,4	5,9	39,4	236,2
54-25м	Курица тушеная с морковью	100	14,1	5,7	4,4	125,8
54-3хн	Компот из чернослива	200	0,5	0,2	19,4	81,3
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8
Пром.	Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	68,3
	Итого за Обед	**910**	**31,1**	**29,5**	**110**	**830,1**
	Итого за день	**1520**	**50,3**	**47,4**	**198,9**	**1421,7**
	Вторник, 2 неделя					
	Завтрак					
54-1т	Запеканка из творога	200	39,5	14,2	22,8	377,5
54-1соус	Соус сметанный	30	0,4	2,5	1	27,9
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
	Итого за Завтрак	**560**	**43,1**	**17,3**	**68,2**	**601,1**
	Обед					
54-17з	Салат из моркови и чернослива	100	1,6	0,3	21,5	94,6
54-3с	Рассольник Ленинградский	250	3,8	6,9	16,5	143,4
54-11г	Картофельное пюре	180	3,7	6,4	23,8	167,2
54-10м	Капуста тушеная с мясом	100	11	11	6,7	169,7
54-24хн	Кисель из облепихи	200	0,3	1,1	11,9	58,9
Пром.	Хлеб ржаной	35	2,3	0,4	11,7	59,8
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	Итого за Обед	**925**	**27,3**	**26,6**	**121,6**	**834,2**
	Итого за день	**1485**	**70,4**	**43,9**	**189,8**	**1435,3**
	Среда, 2 неделя					
	Завтрак					
53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	66,1

54-1к	Каша жидкая молочная кукурузная	200	5,9	5,8	33	207,8
54-21гн	Какао с молоком	200	4,7	3,5	8,9	85,9
Пром.	Апельсин	100	0,9	0,2	8,1	37,8
Пром.	Булочка с повидлом	30	2,4	4,2	16,8	114,6
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
	Итого за Завтрак	**600**	**18,3**	**21,6**	**91,7**	**633,7**
	Обед					
54-4з	Перец болгарский в нарезке	100	1,3	0,1	4,9	25,7
54-33с	Солянка домашняя	250	8,9	11,2	3,3	149,6
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,9	7,6	43,1	280,4
54-23м	Биточек из курицы	100	19,1	3,6	13,4	162,8
54-27хн	Напиток из шиповника с сиропом шиповника на сорбите	200	0,6	0,2	12,4	54,5
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0,7	20	102,5
	Итого за Обед	**950**	**48,4**	**23,9**	**126,6**	**916,1**
	Итого за день	**1550**	**66,7**	**45,5**	**218,3**	**1549,8**
	Четверг, 2 неделя					
	Завтрак					
54-21з	Кукуруза сахарная	30	0,6	0,1	3,1	15,7
54-1о	Омлет натуральный	200	16,9	24	4,3	300,7
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	7,6	71,4
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2
Пром.	Груша	100	0,4	0,3	10,3	45,5
	Итого за Завтрак	**620**	**28,4**	**28,2**	**64,8**	**625,1**
	Обед					
54-14з	Салат из свеклы с курагой и изюмом	100	1,8	5,4	16,6	122,3
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	3,6	6,7	12,1	123,6
54-6г	Рис отварной	180	4,3	5,8	43,7	244,2
54-8р	Рыба, запеченная в сметанном соусе (горбуша)	100	23,5	25,2	5,6	343
54-16хн	Компот из облепихи с медом	200	0,3	1	8,3	43,1

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 Обед	**920**	**39,9**	**45**	**124,3**	**1061,7**		
	Итого за день	**1540**	**68,3**	**73,2**	**189,1**	**1686,8**		
	Пятница, 2 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		
54-19гн	Чай фруктовый с вишней, малиной и яблоками	200	0,3	0,1	1,6	8,6		
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3		
Пром.	Круассан	20	1,3	0,4	11,2	53,6		
Пром.	Банан	100	1,5	0,5	21	94,5		
	Итого за Завтрак	**570**	**18,1**	**16,3**	**87,2**	**569**		
	Обед							
54-17з	Салат из моркови и чернослива	100	1,6	0,3	21,5	94,6		
17 - п	суп гороховый	250	8,1	9,6	20,6	201,4		
54-11г	Картофельное пюре	180	3,7	6,4	23,8	167,2		
15 - вт	тефтели из говядины с рисом	100	15,8	4,6	7,5	134,8		
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.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4		
	Итого за Обед	**940**	**37,6**	**22**	**139,4**	**905**		
	Итого за день	**1510**	**55,7**	**38,3**	**226,6**	**1474**		
		Масса	**Белки**	**Жиры**	**Углево**	**Энергетическая ценность**	**В1**	**В2**
		г	**г**	**г**	**г**	**ккал**	**мг**	**мг**
	Средние показатели за Завтрак	**589,5**	**24,76**	**20,47**	**77,7**	**593,86**	**0,26**	**0,43**
	Средние показатели за Обед	**928**	**37,89**	**29,55**	**117,4**	**886,63**	**0,48**	**0,62**
	Средние показатели за период	**1518**	**62,7**	**50**	**195,1**	**1480,5**	**0,7**	**1,1**

A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
мкг рет.эк	мкг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мг	мкг	мкг	мкг
152,29	0,8	31,75	647,91	360	379,93	90,4	395,06	4,76	43,68	32,13	89,08
405	1,55	67,27	1194,46	540	326,84	184,43	502,72	7,89	101,67	55,33	313,47
557,3	2,4	99	1842,4	900	706,8	274,8	897,8	12,7	145,4	87,5	402,6