

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

А.Л.Онянова

СП МАОУ «Соколовская средняя школа»

14.09.2026 (Меню 5-11 классы

1nn)

Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	----------------------------

Завтрак

60	Бутерброд с повидлом	Калорийность-176, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-33, Магний-5	=
230	Каша "Дружба"	Калорийность-292, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-43, ВитаминА-46, ВитаминС-2, Магний-64	=
200	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-22	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8	=
Итого за Завтрак		Калорийность-703, Белки-20, Жиры-16, Углеводы-120, ВитаминА-65, ВитаминС-3, Магний-99	125-03

Обед

100	Икра кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-136, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-10, ВитаминС-28, Магний-17	=
250	Суп картофельный с макаронными изделиями	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-16, ВитаминС-8, Магний-26	=
130	Фрикадельки из говядины, тушеные в соусе	Калорийность-183, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминА-58, ВитаминС-1, Магний-19	=
180	Рис припущенный	Калорийность-208, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-12, ВитаминА-29, Магний-106	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-44, Углеводы-11, ВитаминС- 17, Магний-6	=
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-28	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
Итого за Обед		Калорийность-907, Белки-33, Жиры-35, Углеводы-98, ВитаминА-87, ВитаминС-54, Магний-209	125-03

Итого за день Калорийность-1 610, Белки-53, Жиры-51,
Углеводы-218, ВитаминА-152, ВитаминС-
57, Магний-308

Ген.директор

Заведующая
столовой

Инженер-
технолог



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

А.Л.Онянова

СП МАОУ «Соколовская средняя школа»

14.09.2026 (Меню 1-4 класс

1пт)

Меню с 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
35	Бутерброд с повидлом	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-20, Магний-3	=
200	Каша "Дружба"	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-41, ВитаминА-44, ВитаминС-1, Магний-61	=
200	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-22	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
Итого за Завтрак		Калорийность-592, Белки-17, Жиры-16, Углеводы-95, ВитаминА-63, ВитаминС-2, Магний-92	111-51
Обед			
60	Икра кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-82, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6, ВитаминС-17, Магний-10	=
200	Суп картофельный с макаронными изделиями	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-21	=
120	Фрикадельки из говядины, тушенные в соусе	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминА-53, ВитаминС-1, Магний-17	=
150	Рис припущенный	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, ВитаминА-24, Магний-89	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-44, Углеводы-11, ВитаминС- 17, Магний-6	=
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-28	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
Итого за Обед		Калорийность-767, Белки-30, Жиры-27, Углеводы-88, ВитаминА-77, ВитаминС-41, Магний-177	111-51
Итого за день		Калорийность-1 359, Белки-47, Жиры-43, Углеводы-183, ВитаминА-140, ВитаминС- 43, Магний-269	

Ген.директор

Заведующая
столовой

Инженер-
технолог

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

14.09.2026 (Меню 5-11классы)

СП МАОУ «Соколовская средняя школа»

1 nm)

Меню с 12 лет и старше ОВЗ

Завтрак

60	Бутерброд с повидлом	Калорийность-176, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-33, Магний-5	=
230	Каша "Дружба"	Калорийность-292, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-43, ВитаминА-46, ВитаминС-2, Магний-64	=
200	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-22	=
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8	=

Итого за Завтрак	Калорийность-703, Белки-20, Жиры-16, Углеводы-120, ВитаминА-65, ВитаминС-3, Магний-99	=
-------------------------	---	---

Обед

100	Икра кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-136, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-10, ВитаминС-28, Магний-17	=
250	Суп картофельный с макаронными изделиями	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-16, ВитаминС-8, Магний-26	=
130	Фрикадельки из говядины, тушенные в соусе	Калорийность-183, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминаА-58, ВитаминС-1, Магний-19	=
180	Рис припущенный	Калорийность-208, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-12, ВитаминаА-29, Магний-106	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-44, Углеводы-11, ВитаминС- 17, Магний-6	=
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-28	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=

Итого за Обед	Калорийность-907, Белки-33, Жиры-35, Углеводы-98, ВитаминаА-87, ВитаминС-54, Магний-209	=
----------------------	---	---

Итого за день Калорийность-1 610, Белки-53, Жиры-51, Углеводы-218, ВитаминА-152, ВитаминС-57, Магний-308 **191-01**

Ген.директор

Заведующая
столовой

Инженер-технолог

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

А.Л.Онянова

СП МАОУ «Соколовская средняя школа»

14.09.2026 (Меню 1-4 класс

1nm)

Меню с 7-11 лет ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	----------------------------

Завтрак

40	Бутерброд с повидлом	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-20, Магний-3	=
220	Каша "Дружба"	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-41, ВитаминА-44, ВитаминС-1, Магний-61	=
200	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-22	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=

Итого за Завтрак Калорийность-592, Белки-17, Жиры-16,
Углеводы-95, ВитаминА-63, ВитаминС-2,
Магний-92

Обед

60	Икра кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-82, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6, ВитаминС-17, Магний-10	=
200	Суп картофельный с макаронными изделиями	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-21	=
120	Фрикадельки из говядины, тушенные в соусе	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминА-53, ВитаминС-1, Магний-17	=
150	Рис припущенный	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, ВитаминА-24, Магний-89	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-44, Углеводы-11, ВитаминС- 17, Магний-6	=
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-28	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=

Итого за Обед Калорийность-767, Белки-30, Жиры-27,
Углеводы-88, ВитаминА-77, ВитаминС-41,
Магний-177

Итого за день Калорийность-1 359, Белки-47, Жиры-43,
Углеводы-183, ВитаминА-140, ВитаминС-
43, Магний-269

Ген.директор

Заведующая
столовой

Инженер-
технолог



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

15.09.2026 (Меню 5-11 классы

16т)

А.Л.Онянова

СП МАОУ «Соколовская средняя школа»

Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	----------------------------

Завтрак

100 Котлеты "Школьные"

Калорийность-176, Белки-2, Жиры-4,
Углеводы-33, Магний-5

=

180 Каша гречневая рассыпчатая

Калорийность-292, Белки-10, Жиры-9,
Углеводы-43, ВитаминА-46, ВитаминС-2,
Магний-64

=

200 Чай с сахаром

Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3,
Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1,
Магний-22

=

30 Хлеб ржаной

Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20,
Магний-6

=

30 Хлеб пшеничный

Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30,
Магний-8

=

Итого за Завтрак

Калорийность-703, Белки-20, Жиры-16,
Углеводы-120, ВитаминА-65, ВитаминС-3,
Магний-99

125-03

Обед

100 Салат из квашеной капусты с
луком

Калорийность-136, Белки-2, Жиры-10,
Углеводы-10, ВитаминС-28, Магний-17

=

250 Суп картофельный с бобовыми

Калорийность-121, Белки-2, Жиры-5,
Углеводы-16, ВитаминС-8, Магний-26

=

260 Плов из отварной птицы

Калорийность-183, Белки-15, Жиры-10,
Углеводы-9, ВитаминА-58, ВитаминС-1,
Магний-19

=

200 Чай каркаде

Калорийность-44, Углеводы-11, ВитаминС-
17, Магний-6

=

40 Хлеб пшеничный

Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1,
Углеводы-20, Магний-28

=

40 Хлеб ржаной

Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20,
Магний-6

=

Итого за Обед

Калорийность-907, Белки-33, Жиры-35,
Углеводы-98, ВитаминА-87, ВитаминС-54,
Магний-209

125-03

Итого за день

Калорийность-1 610, Белки-53, Жиры-51,
Углеводы-218, ВитаминА-152, ВитаминС-
57, Магний-308

Ген.директор

Заведующая
столовой

Инженер-
технолог



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

А.Л.Онянова

СП МАОУ «Соколовская средняя школа»

15.09.2026 (Меню 1-4 класс

1вт)

Меню с 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	----------------------------

Завтрак

90	Котлеты "Школьные"	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-20, Магний-3	=
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-41, ВитаминА-44, ВитаминС-1, Магний-61	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-22	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
Итого за Завтрак		Калорийность-592, Белки-17, Жиры-16, Углеводы-95, ВитаминА-63, ВитаминС-2, Магний-92	111-51

Обед

60	Салат из квашеной капусты с луком	Калорийность-82, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6, ВитаминС-17, Магний-10	=
200	Суп картофельный с бобовыми	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-21	=
240	Плов из отварной птицы	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминА-53, ВитаминС-1, Магний-17	=
200	Чай каркаде	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, ВитаминА-24, Магний-89	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-44, Углеводы-11, ВитаминС- 17, Магний-6	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-28	=
Итого за Обед		Калорийность-767, Белки-30, Жиры-27, Углеводы-88, ВитаминА-77, ВитаминС-41, Магний-177	111-51

Итого за день Калорийность-1 359, Белки-47, Жиры-43,
Углеводы-183, ВитаминА-140, ВитаминС-
43, Магний-269

Ген.директор



Заведующая
столовой

Инженер-
технолог

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

15.09.2026 (Меню 5-11 классы

16т)

А.Л.Онянова

СП МАОУ «Соколовская средняя школа»

Меню с 12 лет и старше ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
100	Котлеты "Школьные"	Калорийность-176, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-33, Магний-5	=
180	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-292, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-43, ВитаминаА-46, ВитаминС-2, Магний-64	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминаА-19, ВитаминС-1, Магний-22	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8	=
Итого за Завтрак		Калорийность-703, Белки-20, Жиры-16, Углеводы-120, ВитаминаА-65, ВитаминС-3, Магний-99	=
Обед			
100	Салат из квашеной капусты с луком	Калорийность-136, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-10, ВитаминС-28, Магний-17	=
250	Суп картофельный с бобовыми	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-16, ВитаминС-8, Магний-26	=
260	Плов из отварной птицы	Калорийность-183, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминаА-58, ВитаминС-1, Магний-19	=
200	Чай каркаде	Калорийность-208, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-12, ВитаминаА-29, Магний-106	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-44, Углеводы-11, ВитаминС- 17, Магний-6	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-28	=
Итого за Обед		Калорийность-907, Белки-33, Жиры-35, Углеводы-98, ВитаминаА-87, ВитаминС-54, Магний-209	=
Итого за день		Калорийность-1 610, Белки-53, Жиры-51, Углеводы-218, ВитаминаА-152, ВитаминС- 57, Магний-308	191-01

Ген.директор

Заведующая
столовой

Инженер-
технолог



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

А.Л.Онянова

СП МАОУ «Соколовская средняя школа»

15.09.2026 (Меню 1-4 класс

1вт)

Меню с 7-11 лет ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	----------------------------

Завтрак

90	Котлеты "Школьные"	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-20, Магний-3	=
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-41, ВитаминА-44, ВитаминС-1, Магний-61	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-22	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
Итого за Завтрак		Калорийность-592, Белки-17, Жиры-16, Углеводы-95, ВитаминА-63, ВитаминС-2, Магний-92	=

Обед

60	Салат из квашеной капусты с луком	Калорийность-82, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6, ВитаминС-17, Магний-10	=
200	Суп картофельный с бобовыми	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-21	=
240	Плов из отварной птицы	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминА-53, ВитаминС-1, Магний-17	=
200	Чай каркаде	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, ВитаминА-24, Магний-89	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-44, Углеводы-11, ВитаминС- 17, Магний-6	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-28	=
Итого за Обед		Калорийность-767, Белки-30, Жиры-27, Углеводы-88, ВитаминА-77, ВитаминС-41, Магний-177	=

Итого за день Калорийность-1 359, Белки-47, Жиры-43,
Углеводы-183, ВитаминА-140, ВитаминС-
43, Магний-269 **165-48**

Ген.директор



Заведующая
столовой

Инженер-
технолог

УТВЕРЖДАЮ

И.о. Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

16.09.2026 (Меню 5-11 классы

1ср)

А.Л.Онянова

СП МАОУ «Соколовская средняя школа»

Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	----------------------------

Завтрак

100	Овощи консервированные отварные (зеленый горошек)	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3	=
180	Омлет натуральный	Калорийность-209, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-3	=
200	Чай с лимоном	Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
40	Печенье	Калорийность-167, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-30	=
Итого за Завтрак		Калорийность-555, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-84, ВитаминА-104, ВитаминС-12, Магний-72	125-03

Обед

100	Кукуруза отварная	Калорийность-8, Углеводы-1	=
250/10	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Калорийность-76, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-9	=
100	Котлеты «Пермские»	Калорийность-102, Белки-13, Жиры-2, Углеводы-9	=
180	Капуста тушеная	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9	=
200	Сок фруктовый	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
60	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19	=
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
Итого за Обед		Калорийность-944, Белки-32, Жиры-36, Углеводы-122, ВитаминА-41, ВитаминС-18, Магний-106	125-03

Итого за день Калорийность-1 500, Белки-49, Жиры-53,
Углеводы-206, ВитаминА-145, ВитаминС-
30, Магний-178

Ген.директор

Протасова А.А.

Заведующая
столовой

Инженер-
технолог



УТВЕРЖДАЮ

И.о. Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

16.09.2026 (Меню 1-4 класс
1ср)

А.Л.Онянова

СП МАОУ «Соколовская средняя школа»

Меню с 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	----------------------------

Завтрак

60	Овощи консервированные отварные (зеленый горошек)	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3	=
160	Омлет натуральный	Калорийность-209, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-3	=
200	Чай с лимоном	Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
40	Печенье	Калорийность-167, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-30	=
Итого за Завтрак		Калорийность-504, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-80, ВитаминаА-87, ВитаминС-12, Магний-66	111-51

Обед

60	Кукуруза отварная	Калорийность-8, Углеводы-1	=
200/10	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Калорийность-76, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-9	=
90	Котлеты «Пермские»	Калорийность-102, Белки-13, Жиры-2, Углеводы-9	=
150	Капуста тушеная	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9	=
200	Сок фруктовый	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
60	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19	=
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
Итого за Обед		Калорийность-795, Белки-28, Жиры-29, Углеводы-105, ВитаминаА-34, ВитаминС-13, Магний-90	111-51

Итого за день Калорийность-1 298, Белки-42, Жиры-44,
Углеводы-185, ВитаминаА-121, ВитаминС-
25, Магний-156

Ген.директор

Заведующая
столовой

Инженер-
технолог



УТВЕРЖДАЮ

И.о. Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

16.09.2026 (Меню 5-11 классы
1сп)

А.Л.Онянова
СП МАОУ «Сokolовская средняя школа»

Меню с 12 лет и старше ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
100	Овощи консервированные отварные (зеленый горошек)	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3	=
180	Омлет натуральный	Калорийность-209, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-3	=
200	Чай с лимоном	Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
40	Печенье	Калорийность-167, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-30	=
Итого за Завтрак		Калорийность-555, Белки-17, Жиры-17, Углеводы-84, ВитаминА-104, ВитаминС-12, Магний-72	=
Обед			
100	Кукуруза отварная	Калорийность-8, Углеводы-1	=
250/10	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Калорийность-76, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-9	=
100	Котлеты «Пермские»	Калорийность-102, Белки-13, Жиры-2, Углеводы-9	=
180	Капуста тушеная	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9	=
200	Сок фруктовый	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
60	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19	=
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
Итого за Обед		Калорийность-944, Белки-32, Жиры-36, Углеводы-122, ВитаминА-41, ВитаминС-18, Магний-106	=
Итого за день		Калорийность-1 500, Белки-49, Жиры-53, Углеводы-206, ВитаминА-145, ВитаминС- 30, Магний-178	191-01

Ген.директор



Заведующая
столовой

Инженер-
технолог

УТВЕРЖДАЮ

И.о. Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

16.09.2026 (Меню 1-4 класс

1ср)

А.Л.Онянова
СП МАОУ «Соколовская средняя школа»

Меню с 7-11 лет ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
60	Овощи консервированные отварные (зеленый горошек)	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3	=
160	Омлет натуральный	Калорийность-209, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-3	=
200	Чай с лимоном	Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
40	Печенье	Калорийность-167, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-30	=
Итого за Завтрак		Калорийность-504, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-80, ВитаминаА-87, ВитаминС-12, Магний-66	=
Обед			
60	Кукуруза отварная	Калорийность-8, Углеводы-1	=
200/10	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Калорийность-76, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-9	=
90	Котлеты «Пермские»	Калорийность-102, Белки-13, Жиры-2, Углеводы-9	=
150	Капуста тушеная	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9	=
200	Сок фруктовый	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
60	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19	=
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
Итого за Обед		Калорийность-795, Белки-28, Жиры-29, Углеводы-105, ВитаминаА-34, ВитаминС-13, Магний-90	=
Итого за день		Калорийность-1 298, Белки-42, Жиры-44, Углеводы-185, ВитаминаА-121, ВитаминС- 25, Магний-156	165-48

Ген.директор



Заведующая
столовой

Инженер-
технолог

УТВЕРЖДАЮ

И.о. Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

17.09.2026 (Меню 5-11классы

1чт)

А.Л.Онянова
СП МАОУ «Соколовская средняя школа»

Меню с 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
150	Фрукты свежие (яблоки)	Калорийность-176, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-33, Магний-5	
20	Сыр сычужный твердый порциями	Калорийность-176, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-33, Магний-5	=
230	Каша пшенная молочная жидкая	Калорийность-292, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-43, ВитаминА-46, ВитаминС-2, Магний-64	=
200	Какао с молоком	Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-22	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8	=
Итого за Завтрак		Калорийность-703, Белки-20, Жиры-16, Углеводы-120, ВитаминА-65, ВитаминС-3, Магний-99	125-03
Обед			
100	Салат из свеклы отварной	Калорийность-136, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-10, ВитаминС-28, Магний-17	=
250	Рассольник ленинградский	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-16, ВитаминС-8, Магний-26	=
10	Сметана	Калорийность-16, Жиры-2, Магний-1	=
100	Тефтели из печени с рисом	Калорийность-183, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминА-58, ВитаминС-1, Магний-19	=
180	Пюре картофельное	Калорийность-208, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-12, ВитаминА-29, Магний-106	=
200	Компот из яблок с лимоном	Калорийность-44, Углеводы-11, ВитаминС- 17, Магний-6	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-28	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
Итого за Обед		Калорийность-907, Белки-33, Жиры-35, Углеводы-98, ВитаминА-87, ВитаминС-54, Магний-209	125-03
Итого за день		Калорийность-1 610, Белки-53, Жиры-51, Углеводы-218, ВитаминА-152, ВитаминС- 57, Магний-308	

Ген.директор

Заведующая
столовой

Инженер-
технолог



УТВЕРЖДАЮ

И.о. Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

А.Л.Онянова
СП МАОУ «Соколовская средняя школа»

17.09.2026 (Меню 1-4 класс
1чт)

Меню с 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
120	Фрукты свежие (яблоки)	Калорийность-176, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-33, Магний-5	
20	Сыр сычужный твердый порциями	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-20, Магний-3	=
200	Каша пшениная молочная жидкая	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-41, ВитаминаА-44, ВитаминС-1, Магний-61	=
200	Какао с молоком	Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминаА-19, ВитаминС-1, Магний-22	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
Итого за Завтрак		Калорийность-592, Белки-17, Жиры-16, Углеводы-95, ВитаминаА-63, ВитаминС-2, Магний-92	111-51
Обед			
60	Салат из квашеной капусты	Калорийность-82, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6, ВитаминС-17, Магний-10	=
200	Рассольник ленинградский	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-21	=
5	Сметана	Калорийность-8, Жиры-1	=
90	Тефтели из печени с рисом	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминаА-53, ВитаминС-1, Магний-17	=
150	Пюре картофельное	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, ВитаминаА-24, Магний-89	=
200	Компот из яблок с лимоном	Калорийность-44, Углеводы-11, ВитаминС- 17, Магний-6	=
60	Хлеб ржаной	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-28	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
Итого за Обед		Калорийность-767, Белки-30, Жиры-27, Углеводы-88, ВитаминаА-77, ВитаминС-41, Магний-177	111-51
Итого за день		Калорийность-1 359, Белки-47, Жиры-43, Углеводы-183, ВитаминаА-140, ВитаминС- 43, Магний-269	

Ген.директор



Заведующая
столовой

Инженер-
технолог

УТВЕРЖДАЮ

И.о. Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

17.09.2026 (Меню 5-11классы

А.Л.Онянова

СП МАОУ «Соколовская средняя школа»

1чт)

Меню с 12 лет и старше ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
150	Фрукты свежие (яблоки)	Калорийность-176, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-33, Магний-5	
20	Сыр сычужный твердый порциями	Калорийность-176, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-33, Магний-5	=
230	Каша пшенная молочная жидкая	Калорийность-292, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-43, ВитаминА-46, ВитаминС-2, Магний-64	=
200	Какао с молоком	Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-22	=
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8	=
Итого за Завтрак		Калорийность-703, Белки-20, Жиры-16, Углеводы-120, ВитаминА-65, ВитаминС-3, Магний-99	=
<u>Обед</u>			
100	Салат из свеклы отварной	Калорийность-136, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-10, ВитаминС-28, Магний-17	=
250	Рассольник ленинградский	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-16, ВитаминС-8, Магний-26	=
10	Сметана	Калорийность-16, Жиры-2, Магний-1	=
100	Тефтели из печени с рисом	Калорийность-183, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминА-58, ВитаминС-1, Магний-19	=
180	Пюре картофельное	Калорийность-208, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-12, ВитаминА-29, Магний-106	=
200	Компот из яблок с лимоном	Калорийность-44, Углеводы-11, ВитаминС- 17, Магний-6	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-28	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
Итого за Обед		Калорийность-907, Белки-33, Жиры-35, Углеводы-98, ВитаминА-87, ВитаминС-54, Магний-209	=
Итого за день		Калорийность-1 610, Белки-53, Жиры-51, Углеводы-218, ВитаминА-152, ВитаминС- 57, Магний-308	191-01

Ген.директор

Заведующая
столовой

Инженер-
технолог



УТВЕРЖДАЮ

И.о. Директор МАОУ "Савинская средняя школа"

17.09.2026 (Меню 1-4 класс

1чт)

А.Л.Онянова

СП МАОУ «Соколовская средняя школа»

Меню с 7-11 лет ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
120	Фрукты свежие (яблоки)	Калорийность-176, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-33, Магний-5	
20	Сыр сычужный твердый порциями	Калорийность-124, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-20, Магний-3	=
200	Каша пшениная молочная жидкая	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-41, ВитаминА-44, ВитаминС-1, Магний-61	=
200	Какао с молоком	Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-22	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
Итого за Завтрак		Калорийность-592, Белки-17, Жиры-16, Углеводы-95, ВитаминА-63, ВитаминС-2, Магний-92	=
Обед			
60	Салат из свеклы отварной	Калорийность-82, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6, ВитаминС-17, Магний-10	=
200	Рассольник ленинградский	Калорийность-97, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-21	=
5	Сметана	Калорийность-8, Жиры-1	=
90	Тефтели из печени с рисом	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминА-53, ВитаминС-1, Магний-17	=
150	Пюре картофельное	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, ВитаминА-24, Магний-89	=
200	Компот из яблок с лимоном	Калорийность-44, Углеводы-11, ВитаминС-17, Магний-6	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-28	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
Итого за Обед		Калорийность-767, Белки-30, Жиры-27, Углеводы-88, ВитаминА-77, ВитаминС-41, Магний-177	=
Итого за день		Калорийность-1 359, Белки-47, Жиры-43, Углеводы-183, ВитаминА-140, ВитаминС-43, Магний-269	165-48

Ген.директор

Заведующая
столовой

Инженер-
технолог

