

Утверждено:
Директор МКОУ СОШ №2 с.п. Псыгансу
30.08.2026г. [подпись]
для 1-ой смены



01.09.2026г

МЕНЮ
раскладка на 12 дней для организации питания детей
в возрастных группах с 7 - 11 лет в школьных образовательных учреждениях по
Урванскому муниципальному району КБР

Заведующий
[подпись]

ДЛЯ ПОВАРА

12 - дневное меню для организации питания детей в возрастных группах 7 - 11 лет 01.09.2026г.

ОВЗ (45р)

ОБЕД		
1 день (понедельник)		
№102 Суп картофельный с бобовыми (горох) - (200г)	№288 Филе птицы отварное в сметанном соусе (90г)	№45 Салат из белокочанной капусты с морковью - (60г)
горох -17г	Филе куринное- 70г	
картофель - 46г	сметана-10г	морковь-10г
морковь -10г	мука-2г	капуста -63г
лук - 8г	сл.масло-2г	раст.масло-3г.
зелень -1г	лук-3г	
раст.масло-3г	томат-2г	
сметана - 5г	вода 40г	
вода -160г		
		№376 Чай с сахаром - (200г)
		чай - 0,5г
Хлеб пшеничный -30г	№302 Каша рисовая рассыпч. - (150г)	сахар - 15г
Хлеб ржаной - 30г	крупа рисовая - 53г	
	масло слив. -2г	
		соль пищевая поваренная йодированная за весь день - 3г.

2 день (вторник)		
№96 Рассольник ленинградский-(200г)	№279 Тефтели мясные с соусом - (90/50г)	№ 52 Салат из свеклы отварной-(60г)
крупa перловая-10г	мясо -60г	свекла - 73г
картофель-40г	лук - 8г	масло раст.- 3г
морковь-10г.	рис-8г	
лук-7г	вода -16г	
соленые огурцы -15г	морковь -8г	
раст.масло -3г	яйцо - 3г	
зелень-1г	№366 соус (50г) -мука-3г,томат-2г,	№376 Чай с сахаром - (200г)
сметана-5г	лук-3г, масло раст.- 2,вода- 50г	чай - 0,5г
вода -160г		сахар - 15г
	№309Макароны отварные - (150г)	
Хлеб пшеничный -30г	вермишель -52г	
Хлеб ржаной - 30г	слив.масло -2г	
		соль пищевая поваренная
		йодированная за весь день - 3г.

3 день (среда)		
№82 Борщ с капустой и картофелем (200г)	№245 Бефстроганов из говядины- (90г)	№42 Сала из моркови с маслом- (60г)
капуста-25г	мясо говяжье (б/к)-70г	морковь -73г
картофель-30г	морковь -3г	масло раст. - 3г
морковь -10г	сметана -10г	
лук - 8г	мука -3г	
свекла -36г	раст.масло-2г	
зелень-1г	лук-3г	
томат - 4г	томат-2г	
масло раст.-3г	вода - 45г	
сметана - 5г		
вода -160г		№342 Компот из яблок - (200г)
		яблоки свежие - 20г
	№303 Каша пшенная вязкая - (150г)	сахар - 15г
	крупа пшенная -40г	
	слив.масло -2г	
Хлеб пшеничный -30г		
Хлеб ржаной - 30г		
		соль пищевая поваренная
		йодированная за весь день - 3г.

4 день (четверг)		
№111 Суп с макаронными изделиями (200г)	№322 Котлеты куриные с соусом - (90/60г)	№45Салат из белокочанной капусты с маслом - (60г)
вермишель - 17г	филе куриное (охлаждён.)-67г	капуста -63г
морковь - 10г	хлеб-17г	морковь-10г
раст.масло -3г	морковь-8г	раст.масло-3г.
зелень - 1г	раст.масло-0,5г	
лук -7г	яйцо-3г	
томат -3г	сухари паниров.-8г	
сметана -5г.	вода - 15г	
вода -190г	№366 соус (50г)-мука-3г,масло раст.-2г	
	томат-2г,лук-3г, вода-50г	
	№302Каша гречневая рассыпчатая- (150г)	№376 Чай с сахаром - (200г)
	крупa гречневая - 63г	чай - 0,5г
	слив.масло -2г	сахар - 15г
Хлеб пшеничный -30г		
Хлеб ржаной - 30г		
		соль пищевая поваренная йодированная за весь день - 3г.

5 день (пятница)		
№102 Суп картофельный с бобовыми (фасоль) - (200г)	№244Плов из отварной говядины- (150г)	№ 52 Салат из свеклы отварной с маслом - (60г)
фасоль -15г	мясо говяжье б/к - 70г	свекла - 73г
картофель - 46г	крупа рисовая -35г	раст.масло -3г
морковь - 10г	морковь-12г	
раст.масло -3г	лук-7г	
томат -3г	раст.масло - 5г	
лук -7г	вода - 80г	
сметана - 5г		№342 Компот из яблок - (200г)
вода - 160г		яблоки свежие - 20г
		сахар - 15г
Хлеб пшеничный -30г		
Хлеб ржаной - 30г		
		соль пищевая поваренная
		йодированная за весь день - 3г.

6 день (суббота)		
№96 Рассольник ленинградский со сметаной-(200г)	№322 Биточки куриные с соусом - (90/60г)	№42 Салат из моркови с маслом - (60г)
крупа перловая-10г	филе куриное (охлаждён.)-67г	морковь -73г
картофель-40г	хлеб-17г	масло раст.-3г
морковь-10г.	морковь-8г	
лук-7г	раст.масло-0,5г	
соленые огурцы -15г	яйцо-3г	
раст.масло -3г,	сухари паниров.-8г	
зелень-1г	вода - 15г	
сметана-5г	№366 соус (50г)-мука-3г,масло раст.-2г	
вода-160г	томат-2г,лук-3г, вода-50г	
	№309Макароны отварные - (150г)	№376 Чай с сахаром - (200г)
	вермишель -52г	чай - 0,5г
	слив.масло -2г	сахар - 15г
Хлеб ржаной - 30г		
Хлеб пшеничный -30г		
		соль пищевая поваренная
		йодированная за весь день - 3г.

7 день (понедельник)		
№103 Суп картофельный с вермишелью (200г)	№279 Тефтели мясные с соусом - (90/50г)	№45 Салат из белокочанной капусты(60г)
	мясо -60г	морковь-10г
картофель -46г	лук - 8г	капуста -63г
вермишель - 10г	рис-8г	раст.масло-3г.
морковь - 10г	яйцо -3г	
раст.масло -3г	морковь -8г	
зелень - 1г	вода -16г	
лук -7г	№366 соус (50г) -мука-3г, томат-2г,	
томат -3г	лук-3г, масло раст.-2г, вода-50г	
сметана -5г.		
вода - 170г		
	№302 Каша гречневая рассыпчатая (150г)	№376 Чай с сахаром - (200г)
		чай - 0,5г
Хлеб пшеничный -30г	крупa гречневая - 63г	сахар - 15г
Хлеб ржаной - 30г	слив.масло -2г	
		соль пищевая поваренная йодированная за весь день - 3г.

8 день (вторник)		
№101 Суп картофельный с крупой - (200г)	№288 Филе птицы отварное в сметанном соусе (90г)	№ 52 Салат из свеклы отварной с маслом - (60г)
картофель-70г	Филе куриное- 70г	свекла - 73г
морковь-10г.	сметана-10г	раст.масло -3г
лук-7г	мука-2г	
раст.масло -3г	сл.масло-2г	
пшено -7г	лук-3г	
зелень-1г	томат-2г	
томат - 2г	вода 40г	
сметана -5г		
вода - 150г		
	№303 Каша пшенная вязкая - (150г)	№342 Компот из яблок - (200г)
	крупка пшенная -40г	яблоки свежие - 20г
	слив.масло -2г	сахар - 15г
Хлеб пшеничный -30г		
Хлеб ржаной - 30г		
		соль пищевая поваренная
		йодированная за весь день - 3г.

9 день (среда)		
№82 Борщ с капустой и картофелем (200г)	№268 Котлеты рубленые из говядины - (90г)	№42 Салат из моркови с маслом - (60г)
капуста-25г	мясо говяжье (б/к)-65г	морковь -73г
картофель-30г	сухари - 8г	масло раст.-3г
морковь -10г	хлеб-15г	
лук - 8г	лук -8г	
свекла -36г	раст.масло-0,5г.	
зелень-1г	яйцо-3г	
томат - 4г	вода - 19г.	
масло раст.-3г	№366 соус (50г)-мука-3г,масло раст.-2г	
сметана - 5г	томат-2г,лук-3г, вода-50г	
вода - 200г		№376 Чай с сахаром - (200г)
		чай - 0,5г
		сахар - 15г
	№302 Каша рисовая рассыпч. - (150г)	
	крупа рисовая - 53г	
Хлеб ржаной - 30г	масло слив. -2г	
Хлеб пшеничный -30г		
		соль пищевая поваренная
		йодированная за весь день - 3г.

10 день (четверг)		
№102 Суп картофельный с бобовыми (горох) - (200г)	№322 Котлеты куриные с соусом - (90/60г)	№45Салат из белокочанной капусты(60г)
	филе куриное (охлаждён.)-67г	
горох -17г	хлеб-17г	морковь-10г
картофель - 46г	морковь-8г	капуста -63г
морковь -10г	раст.масло-0,5г	раст.масло-3г.
лук -8г	яйцо-3г	
зелень -1г	сухари паниров.-8г	
раст.масло-3г	вода - 15г	
сметана - 5г	№366 соус (50г) -мука-3г,масло раст.-2г	
вода - 160г	томат-2г,лук-3г, вода-50г	
Хлеб ржаной - 30г	№309Макароны отварные - (150г)	№376 Чай с сахаром - (200г)
Хлеб пшеничный -30г	вермишель -52г	чай - 0,5г
	слив.масло -2г	сахар - 15г
		соль пищевая поваренная
		йодированная за весь день - 3г.

11 день (пятница)		
№96 Рассольник ленинградский со сметаной - (200г)	№244Плов из отварной говядины- (150г)	№ 52 Салат из свеклы отварной - (60г)
крупа перловая-10г	мясо говяжье б/к - 70г	свекла - 73г
картофель-40г	крупа рисовая -35г	раст.масло -3г
морковь-10г	морковь-12г	
лук-7г	лук-7г	
срленные огурцы -15г	раст.масло - 5г	
раст.масло -3г	вода - 80г	
зелень-1г		
сметана-5г		№342 Компот из яблок - (200г)
вода - 150г		яблоки свежие - 20г
		сахар - 15г
Хлеб пшеничный -30г		
Хлеб ржаной - 30г		
		соль пищевая поваренная йодированная за весь день - 3г.

12 день (суббота)		
№102 Суп картофельный с бобовыми (фасоль) - (200г)	№246 Гуляш из отварной говядины (90г)	№42 Салат из моркови с маслом - (60г)
фасоль -15г	мясо говяжье (б/к) -70г	морковь -73г
картофель - 46г	морковь-3г	масло раст.-3г
морковь - 10г	раст.масло-3г	
раст.масло -3г	лук -4г	
лук -7г	мука -3г	
томат -3г	томат - 4г	
сметана - 5г	вода - 52г	
вода - 160г		
Хлеб пшеничный -30г	№303 Каша пшенная вязкая - (150г)	№342 Компот из яблок - (200г)
Хлеб ржаной - 30г	крупа пшенная -40г	яблоки свежие - 20г
	слив.масло -2г	сахар - 15г
		соль пищевая поваренная
		йодированная за весь день - 3г.