

Согласовано:  
Директор  
Дата: 9.09.2026

Утверждаю:  
Директор МАОУ ППМС-центр Яльчикского МО  
Муравьева Г.Л.  
Дата: 9.09.2026

| Меню для обучающихся образовательных учреждений |                                    |             |        |       |       |          |      |       |      |      |        |        |       |      |  |
|-------------------------------------------------|------------------------------------|-------------|--------|-------|-------|----------|------|-------|------|------|--------|--------|-------|------|--|
| Возрастная категория: с 12 лет и старше.        |                                    |             |        |       |       |          |      |       |      |      |        |        |       |      |  |
| Осенне-зимний сезон                             |                                    |             |        |       |       |          |      |       |      |      |        |        |       |      |  |
| День 6 (Понедельник)                            |                                    |             |        |       |       |          |      |       |      |      |        |        |       |      |  |
| № по СР                                         | Наименование блюда                 | Выход (гр)  | Ккал   | Белки | Жиры  | Углеводы | В1   | С     | А    | Е    | Са     | Р      | Mg    | Fe   |  |
| Завтрак                                         | 3 Бутерброд с сыром                | 50          | 162,8  | 5,76  | 7,95  | 14,83    | 0,04 | 0,1   | 0,6  | 0,16 | 139,7  | 96     | 9,45  | 0,49 |  |
| 174                                             | Каша молоч.рисовая с маслом        | 210(200/10) | 281,28 | 5,89  | 11,16 | 38,83    | 0,06 | 1,3   | 0,06 | 0,28 | 124,68 | 157,4  | 35,64 | 0,55 |  |
| 382                                             | Какао с молоком                    | 200         | 143    | 3,79  | 3,2   | 25,81    | 0,04 | 1,3   | 0    | 0,01 | 125,12 | 116,2  | 31    | 0,98 |  |
|                                                 | Хлеб пшеничный                     | 20          | 47,6   | 1,52  | 0,16  | 9,72     | 0,02 | 0     | 0    | 0,02 | 4      | 13     | 2,8   | 0,22 |  |
| 338                                             | Яблоки св.порциями                 | 100         | 45     | 0,4   | 0,4   | 9,8      | 0,03 | 4     | 0,01 | 0,4  | 10     | 8      | 2     | 1    |  |
|                                                 | Итого                              | 580         | 679,68 | 17,36 | 22,87 | 98,99    | 0,19 | 6,7   | 0,67 | 0,87 | 403    | 390,6  | 80,89 | 3,24 |  |
| Обед                                            | 62 Салат из моркови с сахаром      | 100         | 49,02  | 0,74  | 0,05  | 6,89     | 0,04 | 2,02  | 0,04 | 0    | 15,46  | 31,66  | 21,63 | 0,4  |  |
| 102                                             | Суп картофельный с горохом         | 250         | 148,29 | 5,13  | 5,33  | 19,5     | 0,23 | 13,73 | 0,27 | 2,45 | 34,72  | 87,88  | 36,42 | 2,05 |  |
| 294                                             | Котлеты рубленые из птицы с соусом | 100         | 164    | 8,45  | 9,85  | 10,36    | 0,13 | 0,84  | 0,13 | 1,79 | 37,94  | 48,8   | 13,4  | 0,98 |  |
| 309                                             | Макароны отварные                  | 200         | 267,03 | 7,24  | 6,52  | 43,61    | 0,07 | 0     | 0,03 | 1,12 | 5,54   | 52,04  | 9,3   | 1,09 |  |
| 349                                             | Компот из сухофруктов              | 200         | 126,05 | 0,57  | 0     | 32,21    | 0    | 0     | 0    | 0    | 0      | 0      | 0     | 0    |  |
|                                                 | Хлеб Дарницкий                     | 40          | 98     | 3,12  | 0,36  | 0        | 0    | 0     | 0    | 0    | 0      | 0      | 0     | 0    |  |
|                                                 | Хлеб пшеничный                     | 20          | 47,6   | 1,52  | 0,16  | 9,72     | 0,02 | 0     | 0    | 0,02 | 4      | 13     | 2,8   | 0,22 |  |
|                                                 | Итого                              | 910         | 899,99 | 26,77 | 22,27 | 122,29   | 0,49 | 16,59 | 0,47 | 5,38 | 97,66  | 233,38 | 83,55 | 4,74 |  |

Повар

Медсестра

Согласовано:  
Директор  
Дата: 9.09.2026

Утверждаю:  
Директор МАОУ ППМС-центр Яльчикского МО  
Муравьева Г.Л.  
Дата: 9.09.2026

| Меню для обучающихся образовательных учреждений |                                     |            |        |       |       |          |       |       |       |        |        |        |      |      |  |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------|------------|--------|-------|-------|----------|-------|-------|-------|--------|--------|--------|------|------|--|
| Возрастная категория: с 12 лет и старше.        |                                     |            |        |       |       |          |       |       |       |        |        |        |      |      |  |
| Осенне-зимний сезон                             |                                     |            |        |       |       |          |       |       |       |        |        |        |      |      |  |
| День 7 (Вторник)                                |                                     |            |        |       |       |          |       |       |       |        |        |        |      |      |  |
| № по СР                                         | Наименование блюда                  | Выход (гр) | Ккал   | Белки | Жиры  | Углеводы | В1    | С     | А     | Е      | Са     | Р      | Mg   | Fe   |  |
| Завтрак                                         | 219 Сырники из творога с повидлом   | 100/20     | 287,48 | 21,68 | 17,94 | 34,28    | 0,084 | 0,66  | 73,8  | 0,57   | 313,76 | 36,68  | 0,76 |      |  |
| 376                                             | Чай с сахаром                       | 200(15)    | 56,85  | 0,1   | 0,03  | 14,99    | 0     | 0     | 0     | 0      | 0      | 0      | 0    | 0    |  |
| 2                                               | Бутерброд с повидлом                | 55         | 156,7  | 2,38  | 4,39  | 27,11    | 0,05  | 0,1   | 0,02  | 10,9   | 29,4   | 11,3   | 0,87 |      |  |
|                                                 | Хлеб пшеничный                      | 40         | 95,2   | 3,04  | 0,32  | 19,44    | 0,04  | 0     | 0     | 0      | 8      | 26     | 5,6  | 0,44 |  |
|                                                 | Итого                               | 550        | 596,23 | 27,2  | 22,68 | 95,82    | 0,174 | 0,76  | 73,82 | 19,47  | 369,16 | 53,58  | 2,07 |      |  |
| Обед                                            | 67 Винегрет овощной                 | 100        | 124,34 | 1,34  | 10,11 | 6,86     | 0,05  | 12,95 | 0,22  | 26,65  | 41,08  | 18,53  | 0,77 |      |  |
| 82                                              | Борщ с капустой картофелем со смет. | 255(250/5) | 114,89 | 2,04  | 5,96  | 14,37    | 0,05  | 12,35 | 0,27  | 45,01  | 58,06  | 28,33  | 1,24 |      |  |
| 291                                             | Плов из птицы                       | 200        | 305,34 | 16,94 | 10,46 | 35,74    | 0,1   | 6,03  | 0,1   | 46,34  | 175,34 | 54,04  | 1,98 |      |  |
| 348                                             | Компот из кураги                    | 200        | 124,18 | 1,08  | 0     | 31,33    | 0,02  | 0,83  | 0,12  | 33,08  | 30,19  | 21,71  | 0,66 |      |  |
|                                                 | Хлеб Дарницкий                      | 40         | 98     | 3,12  | 0,36  | 0        | 0     | 0     | 0     | 0      | 0      | 0      | 0    | 0    |  |
|                                                 | Хлеб пшеничный                      | 20         | 47,6   | 1,52  | 0,16  | 9,72     | 0,02  | 0     | 0     | 0      | 4      | 13     | 2,8  | 0,22 |  |
|                                                 | Итого                               | 795        | 766,75 | 24,52 | 26,89 | 88,3     | 0,22  | 32,16 | 0,71  | 151,08 | 304,67 | 122,61 | 4,65 |      |  |

Повар

Медсестра

Согласовано:  
Директор  
Дата: 9.09.2026

Утверждаю:  
Директор МАОУ ППМС-центр Яльчикского МО  
Муравьева Г.Л.  
Дата: 9.09.2026

| Меню для обучающихся образовательных учреждений |                                        |             |        |       |       |          |      |       |      |        |        |        |       |      |  |
|-------------------------------------------------|----------------------------------------|-------------|--------|-------|-------|----------|------|-------|------|--------|--------|--------|-------|------|--|
| Возрастная категория: с 12 лет и старше.        |                                        |             |        |       |       |          |      |       |      |        |        |        |       |      |  |
| Осенне-зимний сезон                             |                                        |             |        |       |       |          |      |       |      |        |        |        |       |      |  |
| День 8 (Среда)                                  |                                        |             |        |       |       |          |      |       |      |        |        |        |       |      |  |
| № по СР                                         | Наименование блюда                     | Выход (гр)  | Ккал   | Белки | Жиры  | Углеводы | В1   | С     | А    | Е      | Са     | Р      | Mg    | Fe   |  |
| Завтрак                                         | 14 Масло сл. порциями                  | 10          | 74,8   | 0,05  | 8,25  | 0,08     | 0    | 0     | 0,04 | 2,4    | 3      | 0      | 0,02  |      |  |
| 173                                             | Каша молоч.пшеничная с маслом          | 210(200/10) | 320,3  | 8,53  | 12,28 | 43,61    | 0,19 | 1,3   | 0,06 | 134,54 | 207,4  | 54,94  | 1,46  |      |  |
| 377                                             | Чай с лимоном                          | 200         | 33     | 9,02  | 2,28  | 15,52    | 0,02 | 7,34  | 0,02 | 226    | 371,08 | 198,13 | 36,84 |      |  |
|                                                 | Хлеб пшеничный                         | 40          | 95,2   | 3,04  | 0,32  | 19,44    | 0,04 | 0     | 0    | 8      | 26     | 5,6    | 0,44  |      |  |
| 338                                             | Яблоки св.порциями                     | 100         | 45     | 0,4   | 0,4   | 9,8      | 0,03 | 4     | 0,01 | 10     | 8      | 2      | 1     |      |  |
|                                                 | Итого                                  | 560         | 568,3  | 21,04 | 23,53 | 88,45    | 0,28 | 12,64 | 0,13 | 380,94 | 615,48 | 260,7  | 39,76 |      |  |
| Обед                                            | 24 Салат из свежих огурцов и помидоров | 100         | 70,6   | 0,9   | 6,06  | 3,05     | 0,04 | 9,44  | 0,04 | 27,18  | 30,1   | 16,51  | 0,76  |      |  |
| 103                                             | Суп картофельный с макарон.изделиями   | 250         | 121,95 | 2,82  | 2,79  | 20,91    | 0,11 | 21,6  | 0,32 | 27,45  | 68,25  | 28,3   | 1,08  |      |  |
| 234                                             | Рыба припущенная с соусом              | 120         | 118,76 | 7,21  | 5     | 10,92    | 0,06 | 0,62  | 0,03 | 45,26  | 102,07 | 8,82   | 0,4   |      |  |
| 312                                             | Пюре картофельное                      | 230         | 253,42 | 4,78  | 12,51 | 30,23    | 0,21 | 7,98  | 0,26 | 57,94  | 126,86 | 45,55  | 1,52  |      |  |
| 377                                             | Чай с лимоном                          | 200(15/7)   | 59,16  | 0,16  | 0,03  | 15,2     | 0    | 2,8   | 0    | 2,8    | 1,54   | 0,84   | 0,04  |      |  |
|                                                 | Хлеб Дарницкий                         | 40          | 98     | 3,12  | 0,36  | 0        | 0    | 0     | 0    | 0      | 0      | 0      | 0     | 0    |  |
|                                                 | Хлеб пшеничный                         | 20          | 47,6   | 1,52  | 0,16  | 9,72     | 0,02 | 0     | 0    | 0      | 4      | 13     | 2,8   | 0,22 |  |
|                                                 | Итого                                  | 930         | 769,49 | 20,51 | 26,91 | 90,03    | 0,44 | 42,44 | 0,65 | 164,63 | 341,82 | 102,82 | 4,02  |      |  |

Повар

Медсестра

Согласовано:  
Директор  
Дата: 10.09.2026

Утверждаю:  
Директор МАОУ ППМС-центр Яльчикского МО  
Муравьева Г.Л.  
Дата: 10.09.2026

| Меню для обучающихся образовательных учреждений |                                               |            |        |       |       |          |      |       |      |        |        |       |      |      |  |
|-------------------------------------------------|-----------------------------------------------|------------|--------|-------|-------|----------|------|-------|------|--------|--------|-------|------|------|--|
| Возрастная категория: с 12 лет и старше.        |                                               |            |        |       |       |          |      |       |      |        |        |       |      |      |  |
| Осенне-зимний сезон                             |                                               |            |        |       |       |          |      |       |      |        |        |       |      |      |  |
| День 9 (Четверг)                                |                                               |            |        |       |       |          |      |       |      |        |        |       |      |      |  |
| № по СР                                         | Наименование блюда                            | Выход (гр) | Ккал   | Белки | Жиры  | Углеводы | В1   | С     | А    | Е      | Са     | Р     | Mg   | Fe   |  |
| Завтрак                                         | 1 Бутерброд с маслом сливочным                | 40         | 146,2  | 2,33  | 8,49  | 14,66    | 0,03 | 0     | 0,04 | 8,4    | 22,5   | 4,2   | 0,35 |      |  |
| 204                                             | Суп молочный с макаронными изделиями          | 250        | 286,32 | 10,95 | 9,41  | 38,33    | 0,07 | 0,14  | 0,07 | 66,21  | 121,92 | 14,52 | 1,13 |      |  |
| 332                                             | Какао с молоком                               | 200        | 143    | 3,79  | 3,2   | 25,81    | 0,04 | 1,3   | 0,02 | 125,12 | 116,2  | 31    | 0,98 |      |  |
|                                                 | Хлеб пшеничный                                | 40         | 95,2   | 3,04  | 0,32  | 19,44    | 0,04 | 0     | 0    | 8      | 26     | 5,6   | 0,44 |      |  |
| 338                                             | Яблоки св.порциями                            | 100        | 45     | 0,4   | 0,4   | 9,8      | 0,03 | 4     | 0,01 | 10     | 8      | 2     | 1    |      |  |
|                                                 | Итого                                         | 625        | 715,72 | 20,51 | 21,82 | 108,04   | 0,21 | 5,44  | 0,14 | 217,73 | 294,62 | 57,32 | 3,9  |      |  |
| Обед                                            | 43 Салат из белокочанной капусты              | 100        | 86,07  | 1,48  | 5,08  | 8,98     | 0,03 | 36,01 | 0,21 | 40,57  | 29,96  | 16,42 | 0,54 |      |  |
| 98                                              | Суп с рыбными консервами                      | 250        | 109,76 | 1,89  | 4,97  | 14,28    | 0,05 | 18    | 0,23 | 23,5   | 50,1   | 20,75 | 0,65 |      |  |
| Обед                                            | 280 Фрикадельки из говядины, тушенные в соусе | 100        | 161,44 | 8,37  | 9,52  | 11,52    | 0,05 | 1,6   | 0,01 | 30,86  | 96,23  | 13,62 | 1,28 |      |  |
| 303                                             | Каша пшеничная вязкая                         | 200        | 230,22 | 5,47  | 8,39  | 32,65    | 0,11 | 0     | 0,04 | 21,12  | 125,87 | 28,29 | 2,09 |      |  |
| 377                                             | Чай с лимоном                                 | 200(15/7)  | 59,16  | 0,16  | 0,02  | 15,2     | 0    | 2,8   | 0    | 2,8    | 1,54   | 0,84  | 0,04 |      |  |
|                                                 | Хлеб Дарницкий                                | 40         | 98     | 3,12  | 0,36  | 0        | 0    | 0     | 0    | 0      | 0      | 0     | 0    | 0    |  |
|                                                 | Хлеб пшеничный                                | 20         | 47,6   | 1,52  | 0,16  | 9,72     | 0,02 | 0     | 0    | 0      | 4      | 13    | 2,8  | 0,22 |  |
|                                                 | Итого                                         | 890        | 744,65 | 20,49 | 28,35 | 82,63    | 0,24 | 58,41 | 0,49 | 118,85 | 303,7  | 79,92 | 4,6  |      |  |

Повар

Медсестра

Согласовано:  
Директор  
Дата: 11.09.2026

Утверждаю:  
Директор МАОУ ППМС-центр Яльчикского МО  
Муравьева Г.Л.  
Дата: 11.09.2026

| Меню для обучающихся образовательных учреждений |                                     |             |                  |       |        |          |                                 |       |        |        |        |        |      |    |  |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------|-------------|------------------|-------|--------|----------|---------------------------------|-------|--------|--------|--------|--------|------|----|--|
| Возрастная категория: с 12 лет и старше.        |                                     |             |                  |       |        |          |                                 |       |        |        |        |        |      |    |  |
| Осенне-зимний сезон                             |                                     |             |                  |       |        |          |                                 |       |        |        |        |        |      |    |  |
| День 10 (Пятница)                               |                                     |             |                  |       |        |          |                                 |       |        |        |        |        |      |    |  |
| № по СР                                         | Наименование блюда                  | Выход (гр)  | Пищевая ценность |       |        |          | Витамины и минеральные вещества |       |        |        |        |        |      |    |  |
|                                                 |                                     |             | Ккал             | Белки | Жиры   | Углеводы | В1                              | С     | А      | Е      | Са     | Р      | Mg   | Fe |  |
| Завтрак                                         | 182 Каша полбяная молочная с маслом | 260(250/10) | 239,04           | 4,86  | 10,2   | 31,84    | 0,06                            | 1,12  | 0,06   | 123,9  | 131,56 | 28,68  | 0,44 |    |  |
|                                                 | 379 Кофейный напиток с молоком      | 200         | 146,3            | 3,12  | 2,51   | 24,69    | 0,04                            | 1,4   | 0,02   | 120    | 90     | 14     | 0,1  |    |  |
|                                                 | Хлеб пшеничный                      | 40          | 95,2             | 3,04  | 0,32   | 19,44    | 0,04                            | 0     | 0      | 8      | 26     | 5,6    | 0,44 |    |  |
|                                                 | 338 Яблоки св. порции 1ми           | 100         | 45               | 0,4   | 0,4    | 9,8      | 0,03                            | 4     | 0,01   | 10     | 8      | 2      | 1    |    |  |
|                                                 | Итого                               | 600         | 525,54           | 11,42 | 13,43  | 85,77    | 0,17                            | 6,52  | 0,09   | 261,9  | 255,66 | 50,28  | 1,98 |    |  |
| Обед                                            | 52 Салат из свеклы                  | 100         | 89,85            | 1,35  | 6,08   | 7,87     | 0,02                            | 9,5   | 0      | 35,15  | 40,85  | 20,9   | 1,33 |    |  |
|                                                 | 96 Рассольник Ленинградский         | 250/25      | 148,5            | 7,29  | 5,7    | 16,99    | 0,15                            | 12,34 | 4,95   | 31,9   | 129,96 | 40,01  | 1,08 |    |  |
|                                                 | 290 Птица тушенная в смет соусе     | 110         | 113,6            | 14,42 | 19,99  | 7,95     | 0,01                            | 0,06  | 0,01   | 16,69  | 9,99   | 1,61   | 0,05 |    |  |
|                                                 | 302 Каша гречневая рассыпчатая      | 200         | 359,91           | 11,64 | 8,7    | 57,26    | 0,28                            | 0     | 0,03   | 20,07  | 276,58 | 184,24 | 6,19 |    |  |
|                                                 | 342 Компот из св.яблок              | 200         | 108,96           | 0,16  | 0,16   | 27,87    | 0,01                            | 1,6   | 0      | 4      | 3,2    | 0,8    | 0,4  |    |  |
|                                                 | Хлеб Дарницкий                      | 40          | 98               | 3,12  | 0,36   | 0        | 0                               | 0     | 0      | 0      | 0      | 0      | 0    |    |  |
|                                                 | Хлеб Пшеничный                      | 20          | 47,6             | 1,52  | 0,16   | 9,72     | 0,02                            | 0     | 0      | 4      | 13     | 2,8    | 0,22 |    |  |
| Итого                                           | 890                                 | 966,42      | 39,5             | 41,15 | 122,66 | 0,49     | 23,5                            | 4,99  | 111,81 | 473,58 | 250,36 | 9,27   |      |    |  |