

Согласовано:

Председатель Родительского комитета

Мухоморова Н.А.

01 сентября 2025г.

Утверждено:

Директор

МБОУ «Ротовская ООШ»:

В.А. Путинков



Путенков В.А.

2025 г.

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ
(десятидневное)
МБОУ «Ротовская ООШ»
на 2025-2026 учебный год

- завтрак + обед

(дети с ограниченными возможностями здоровья, инвалиды, дети родителей СВО, многодетные малообеспеченные);

- обед (1-4 класс);

- обед без первого (5-9 классы)

Название блюда	1-9 классы
	Выход (вес) порции (мл или гр)
1 НЕДЕЛЯ	
Понедельник	
Завтрак: ОВЗ, СВО, ИНВ, ММ	
Булка с маслом, яйцо вареное	30/10
Чай	200
Мучные кондитерские изделия	20
Фрукт	100
ИТОГО	360
Обед:	
Салат из моркови с р/м	100
Щи из свежей (или квашеной) капусты с картофелем	250
Гуляш (мясо, птица)	100
Макаронны отварные	150
Чай	200
Мучные кондитерские изделия	10
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30
Итого:	840
Вторник	
Завтрак: ОВЗ, СВО, ИНВ, ММ	
Сырники творожные со сгущенным молоком	150
Кофейный напиток	200
Хлеб пшеничный, ржаной	30
ИТОГО	380
Обед:	
Салат из свеклы с р/м	100
Суп крестьянский с крупой	250
Голубцы ленивые	230
Компот из сухофруктов	200
Хлеб пшеничный	20
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30
Итого	830
Среда	
Завтрак: ОВЗ, СВО, ИНВ, ММ	
Суп молочный с макаронными изделиями	200
Бутерброд с маслом	30/10
Чай	200
Мучные кондитерские изделия	30
ИТОГО	470
ОБЕД	
Капуста квашеная	100
Суп картофельный с макаронными изделиями	250
Тефтели (мясо, птица)	100
Картофельное пюре	150
Чай с лимоном	200
Хлеб пшеничный	20
Хлеб ржаной(ржано-пшеничный)	30

Итого	850
Четверг	
Завтрак: ОВЗ, СВО, ИНВ, ММ	
Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом	200
Мучные кондитерские изделия	20
Чай с лимоном	200
Хлеб пшеничный, ржаной	30
ИТОГО	450
ОБЕД	
Салат из моркови с р/м	100
Борщ с картофелем	250
Плов из мяса (птицы)	250
Напиток кофейный	200
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30
Мучные кондитерские изделия	20
Итого	850
Пятница	
Завтрак ОВЗ, СВО, ИНВ, ММ	
Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом	200
Бутерброд с повидлом	30/10
Кофейный напиток	200
ИТОГО	450
ОБЕД	
Огурец соленый (свежий) в нарезке	100
Суп овощной с мясными фрикадельками	250/20
Котлета рыбная	100
Картофель отварной	150
Кисель из ягод (замороженных или свежих)	200
Мучные кондитерские изделия	20
Хлеб ржаной(ржано-пшеничный)	30
Итого	870
2 НЕДЕЛЯ	
Понедельник	
Завтрак: ОВЗ, СВО, ИНВ, ММ	
Омлет с зеленым горошком	150
Бутерброд с маслом	30/10
Компот из ягод (замороженных или свежих)	200
Фрукт	80
ИТОГО	470
ОБЕД	
Салат из свежей (квашеной) капусты	100
Суп гороховый со сметаной	250/10
Тефтели (мясные)	100
Вермишель отварная	150
Кофейный напиток	200
Хлеб пшеничный	20
Хлеб ржаной(ржано-пшеничный)	30
Итого	860

Вторник	
Завтрак: ОВЗ, СВО, ИНВ, ММ	
Каша жидкая молочная пшеничная с маслом	200
Бутерброд с повидлом	30/10
Какао с молоком	200
ИТОГО	440
ОБЕД	
Салат из свеклы с р/м	100
Суп рыбный	250
Куры тушеные	100
Рис припущенный	150
Чай с лимоном	200
Мучные кондитерские изделия	20
Хлеб ржаной(ржано-пшеничный)	30
Итого	850
Среда	
Завтрак: ОВЗ, СВО, ИНВ, ММ	
Суп молочный с макаронными изделиями	200
Бутерброд с маслом	30/10
Чай	200
Мучные кондитерские изделия	30
ИТОГО	470
ОБЕД	
Салат картофельный с зеленым горшком с р/м	100
Суп овощной	250
Жаркое по-домашнему	200
Компот из сухофруктов	200
Хлеб пшеничный	20
Хлеб ржаной(ржано-пшеничный)	30
Итого	800
Четверг	
Завтрак: ОВЗ, СВО, ИНВ, ММ	
Каша рисовая с изюмом	200/10
Бутерброд с маслом	30/10
Какао с молоком	200
Фрукт	80
ИТОГО	530
ОБЕД	
Винегрет с р/м	100
Рассольник по-ленинградски	250
Рыба тушеная в томате с овощами	200
Кофейный напиток	200
Мучные кондитерские изделия	20
Хлеб ржаной(ржано-пшеничный)	30
Итого	790

Пятница	
ЗАВТРАК	
Каша геркулесовая с маслом	180/5
Кондитерские изделия	30
Чай с лимоном	200
Хлеб пшеничный, ржаной, обогащенный	30
Фрукт	75
ИТОГО	498
ОБЕД	
Овощи в нарезке – огурец свежий (соленый)	100
Борщ со сметаной	250/10
Биточки (мясо или птица)	100
Каша рисовая	150
Напиток кофейный	200
Печенье	20
Хлеб ржаной(ржано-пшеничный)	30
Итого	860