



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ-СОШ №8
Г.К.Шендрик

«01» сентября 2026 г.

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПОЛДНИКА
ДЕТЕЙ ОВЗ 3-4 классов
НА 2026-2027 УЧЕБНЫЙ ГОД
40 руб. в день на 1 обучающегося

№ реце п тур ы	Выход блюд в граммах	Наименование блюд	Пищевые вещества			Энергетиче ская ценность Ккал
			Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	
ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ						
ПОНЕДЕЛЬНИК						
	150	Яблоко	0,6	0,6	14,7	66
	200	Сок	1,6	0	29,0	122
	350	Пищевая ценность	2,2	0,6	43,7	188
ВТОРНИК						
	100	Мандарин	0,8	0,2	7,5	38
	40	Печенье Посольское	0,4	3,2	15,4	92
	140	Пищевая ценность	1,2	3,4	22,9	130
СРЕДА						
	200	Сок	1,6	0	29,0	122
	45	Пряник Тульский	0,4	3,2	15,4	92
	245	Пищевая ценность	2,0	3,2	44,4	214
ЧЕТВЕРГ						
	200	Апельсин	1,8	0,4	16,2	86
	200	Пищевая ценность	1,8	0,4	16,2	86
ПЯТНИЦА						
	170	Груша	0,68	0,51	17,51	78
	170	Пищевая ценность	0,68	0,51	17,51	78

ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ

ПОНЕДЕЛЬНИК

100	Мандарин	0,8	0,2	7,5	38
200	Сок	1,6	0	29,0	122
300	Пищевая ценность	2,4	0,2	36,5	160

ВТОРНИК

200	Банан	3,0	1,0	42,0	192
40	Печенье Посольское	0,4	3,2	15,4	92
240	Пищевая ценность	3,4	4,2	57,4	284

СРЕДА

200	Сок	1,6	0	29,0	122
45	Пряник Тульский	0,4	3,2	15,4	92
245	Пищевая ценность	2,0	3,2	44,4	214

ЧЕТВЕРГ

80	Рулет с корицей	5,2	6,9	39,0	242
200	Сок	1,6	0	29,0	122
280	Пищевая ценность	6,8	6,9	68,0	364

ПЯТНИЦА

120	Киви	0,8	0,4	8,1	47
120	Пищевая ценность	0,8	0,4	8,1	47