

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Кутиевская средняя школа  
"Интеграция"

Е.В. Эйхгорн

02.03.2026 (Н.школа 1-4 класс  
(зимне-весенний), 2пп)

## Меню с 7-11 лет ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
40	Бутерброды с повидлом	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-20, ВитаминА-20, Магний-4	=
200	Каша "Дружба"	Калорийность-192, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-28, ВитаминА-39, ВитаминС-1, Магний-31	=
200	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-13	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
30	Пряники	Калорийность-110, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-23, Магний-3	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-581, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-100, ВитаминА-78, ВитаминС-2, Магний-55	=
<u>Обед</u>			
60	Икра кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5, ВитаминС-4, Магний-9	=
200	Суп картофельный с макаронными изделиями	Калорийность-89, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15, ВитаминС-7, Магний-19	=
90	Фрикадельки из говядины паровые	Калорийность-177, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-6, Магний-15	=
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, ВитаминА-24, Магний-89	=
200	Сок фруктовый	Калорийность-108, Белки-1, Углеводы-25, ВитаминС-5, Магний-10	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-765, Белки-28, Жиры-24, Углеводы-91, ВитаминА-24, ВитаминС-16, Магний-162	=
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 346, Белки-42, Жиры-39, Углеводы-191, ВитаминА-102, ВитаминС-18, Магний-217	<b>165-48</b>



Ген. директор

М.А.Паева

Заведующая  
столовой

Юрлова Т.С.

Инженер-  
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАОУ "Култаевская средняя школа  
 "Интеграция"

Е.В. Эйхгорн

03.03.2026 (Н.школа 1-4 класс  
 (зимне-весенний), 2вт)

### Меню с 7-11 лет ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
90	Тефтели из говядины (паровые)	Калорийность-156, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-8, ВитаминС-1, Магний-17	=
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-190, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-30, ВитаминА-34, Магний-9	=
200	Чай с лимоном	Калорийность-40, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-5	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-509, Белки-22, Жиры-14, Углеводы-73, ВитаминА-34, ВитаминС-2, Магний-49	=
<b>Обед</b>			
60	Салат из соленых огурцов с луком	Калорийность-36, Жиры-4, Углеводы-1, ВитаминС-1, Магний-1	=
200/5	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-6, ВитаминС-15, Магний-18	=
210	Плов из отварной птицы	Калорийность-408, Белки-21, Жиры-24, Углеводы-27, ВитаминА-82, ВитаминС-1, Магний-37	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-766, Белки-29, Жиры-33, Углеводы-87, ВитаминА-82, ВитаминС-17, Магний-95	=
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 275, Белки-51, Жиры-47, Углеводы-160, ВитаминА-116, ВитаминС-19, Магний-144	<b>165-48</b>



Ген. директор М.А. Паева

Заведующая  
столовой

Золотова Т.С.

Инженер-  
технолог

Хадиуллина С.П.



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАОУ "Култаевская средняя школа  
 "Интеграция"

Е.В. Эйхгорн

05.03.2026 (Н.школа 1-4 класс  
 (зимне-весенний), 2чт)

## Меню с 7-11 лет ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
150	<b>Запеканка из творога</b>	Калорийность-425, Белки-24, Жиры-25, Углеводы-24, ВитаминС-1, Магний-38	=
30	<b>Молоко сгущенное</b>	Калорийность-98, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-17, Магний-10	=
200	<b>Чай с сахаром</b>	Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4	=
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
100	<b>Фрукты свежие</b>	Калорийность-44, Углеводы-10, ВитаминС-7, Магний-9	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-676, Белки-28, Жиры-28, Углеводы-75, ВитаминС-8, Магний-65	=
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из свеклы отварной</b>	Калорийность-53, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, ВитаминС-3, Магний-11	=
200	<b>Суп картофельный с бобовыми</b>	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12, ВитаминС-7, Магний-20	=
90	<b>Котлеты "Школьные"</b>	Калорийность-189, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-11, ВитаминА-22, ВитаминС-1, Магний-19	=
150	<b>Капуста тушеная</b>	Калорийность-108, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-12, ВитаминА-26, ВитаминС-21, Магний-34	=
200	<b>Компот из апельсинов с яблоками</b>	Калорийность-93, Белки-1, Углеводы-22, ВитаминС-12, Магний-8	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
60	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-28	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-728, Белки-27, Жиры-22, Углеводы-102, ВитаминА-48, ВитаминС-44, Магний-126	=
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 404, Белки-55, Жиры-50, Углеводы-177, ВитаминА-48, ВитаминС-52, Магний-191	<b>165-48</b>



Зав. директор

М.А. Паева

Заведующая  
столовой

Отева Т.С.

Инженер-  
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАОУ "Кузлаевская средняя школа  
 "Интеграция"



Е.В. Зайгорин

06.03.2026 (Н.школа 1-4 класс  
 (зимне-весенний), 2пт)

## Меню с 7-11 лет ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
60	<b>Овощи консервированные порциями (огурцы)</b>	Калорийность-7, Углеводы-1, ВитаминС-2, Магний-8	=
200	<b>Рагу из птицы</b>	Калорийность-283, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-18, ВитаминС-12, Магний-45	=
200	<b>Какао с молоком</b>	Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-22	=
30	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-507, Белки-23, Жиры-19, Углеводы-58, ВитаминА-19, ВитаминС-15, Магний-93	=
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из квашеной капусты с яблоками</b>	Калорийность-70, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-3, ВитаминС-9, Магний-7	=
200/5	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной</b>	Калорийность-84, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-9, ВитаминС-8, Магний-21	=
120	<b>Тефтели из говядины в молочном соусе</b>	Калорийность-219, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-19	=
150	<b>Макаронные изделия отварные</b>	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8	=
200	<b>Компот из ягод замороженных</b>	Калорийность-44, Углеводы-11, ВитаминС-17, Магний-6	=
40	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-725, Белки-27, Жиры-26, Углеводы-95, ВитаминС-35, Магний-86	=
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 232, Белки-50, Жиры-45, Углеводы-153, ВитаминА-19, ВитаминС-50, Магний-179	<b>165-48</b>



Ген. директор М.А. Паева

Заведующая  
столовой

*Зотева Т.С.*

Зотева Т.С.

Инженер-технолог

*Халиуллина С.П.*

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАОУ "Култаевская средняя школа  
 "Интеграция"

Е.В. Эйхгорн

10.03.2026 (Н.школа 1-4 класс  
 (зимне-весенний), 1пн)

## Меню с 7-11 лет ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
40	Бутерброды с повидлом	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-20, ВитаминА-20, Магний-4	=
220	Каша "Дружба"	Калорийность-211, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-30, ВитаминА-43, ВитаминС-1, Магний-34	=
200	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-13	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-514, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-84, ВитаминА-82, ВитаминС-2, Магний-57	=
<u>Обед</u>			
60	Икра кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5, ВитаминС-4, Магний-9	=
200	Суп картофельный с макаронными изделиями	Калорийность-89, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15, ВитаминС-7, Магний-19	=
120	Фрикадельки из говядины, тушеные в соусе	Калорийность-216, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-9, Магний-16	=
150	Рис припущенный	Калорийность-177, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-29, ВитаминА-26, Магний-18	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-760, Белки-24, Жиры-26, Углеводы-103, ВитаминА-26, ВитаминС-11, Магний-94	=
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 274, Белки-38, Жиры-40, Углеводы-187, ВитаминА-108, ВитаминС-13, Магний-151	<b>165-48</b>



Ген. директор М.А. Паева

Заведующая  
столовой

*Зотева Т.С.*

Зотева Т.С.

Инженер-  
технолог

*Халиуллина С.П.*

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАОУ "Култаевская средняя школа  
 "Интеграция"

Е.В. Эйхгорн

11.03.2026 (Н.школа 1-4 класс  
 (зимне-весенний), 1ср)

## Меню с 7-11 лет ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
60	<b>Овощи консервированные отварные (зеленый горошек)</b>	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3, ВитаминА-11, ВитаминС-1, Магний-11	=
160	<b>Омлет натуральный</b>	Калорийность-209, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-3, ВитаминА-278, Магний-20	=
200	<b>Чай с лимоном</b>	Калорийность-40, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-5	=
40	<b>Печенье</b>	Калорийность-167, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-30, Магний-8	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-548, Белки-22, Жиры-22, Углеводы-66, ВитаминА-289, ВитаминС-2, Магний-50	=
<b>Обед</b>			
60	<b>Кукуруза отварная</b>	Калорийность-200, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-37, Магний-38	=
200/5	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной</b>	Калорийность-69, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-6, ВитаминС-6, Магний-21, ВитаминА-5	=
90	<b>Котлеты "Пермские"</b>	Калорийность-154, Белки-13, Жиры-8, Углеводы-9, ВитаминС-1, Магний-17	=
150	<b>Капуста тушеная</b>	Калорийность-108, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-12, ВитаминА-26, ВитаминС-21, Магний-34	=
200	<b>Сок фруктовый</b>	Калорийность-108, Белки-1, Углеводы-25, ВитаминС-5, Магний-10	=
30	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-760, Белки-27, Жиры-21, Углеводы-114, ВитаминА-31, ВитаминС-33, Магний-138	=
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 309, Белки-49, Жиры-43, Углеводы-180, ВитаминА-320, ВитаминС-35, Магний-188	<b>165-48</b>



Ген директор

М.А.Паева

Заведующая  
столовой

*[Signature]*

Ютева Т.С.

Инженер-  
технолог

Халиуллина С.П.

*[Signature]*

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Кудатаевская средняя школа  
"Интеграция"

Е.В. Эихгорн

12.03.2026 (Н.школа 1-4 класс  
зимне-весенний), 1чт)

## Меню с 7-11 лет ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
20	<b>Сыр сычужный твердый порциями</b>	Калорийность-69, Белки-5, Жиры-5, Магний-10	=
200	<b>Каша пшеничная молочная жидкая</b>	Калорийность-200, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-29, ВитаминА-37, ВитаминС-1, Магний-37	=
200	<b>Какао с молоком</b>	Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-22	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
120	<b>Фрукты свежие</b>	Калорийность-53, Углеводы-12, ВитаминС-8, Магний-11	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-509, Белки-17, Жиры-15, Углеводы-75, ВитаминА-56, ВитаминС-10, Магний-86	=
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из свеклы отварной</b>	Калорийность-53, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, ВитаминС-3, Магний-11	=
200/5	<b>Рассольник ленинградский со сметаной</b>	Калорийность-105, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-21	=
120	<b>Тефтели из печени с рисом</b>	Калорийность-202, Белки-15, Жиры-8, Углеводы-18, ВитаминА-4 461, ВитаминС-12, Магний-30	=
150	<b>Пюре картофельное</b>	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминА-30, ВитаминС-4, Магний-25	=
200	<b>Компот из яблок с лимоном</b>	Калорийность-60, Углеводы-14, ВитаминС-3, Магний-6	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
60	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-28	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-721, Белки-28, Жиры-23, Углеводы-99, ВитаминА-4 491, ВитаминС-28, Магний-127	=
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 230, Белки-45, Жиры-38, Углеводы-174, ВитаминА-4 547, ВитаминС-38, Магний-213	<b>165-48</b>



Заведующая  
столовой

*Степанова Т.С.*

Степанова Т.С.

Инженер-  
технолог

*Халиуллина С.П.*

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАОУ "Кутавская средняя школа  
 "Интеграция"

Е.В. Эпхгори

13.03.2026 (Н.школа 1-4 класс  
 (зимне-весенний), 1шт)

## Меню с 7-11 лет ОБЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
90	<b>Биточки рыбные</b>	Калорийность-102, Белки-13, Жиры-2, Углеводы-9, Магний-21	=
150	<b>Рис отварной</b>	Калорийность-205, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-34, Магний-23	=
200	<b>Чай каркаде</b>	Калорийность-56, Углеводы-14, ВитаминА-3	=
30	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-509, Белки-22, Жиры-8, Углеводы-87, ВитаминА-3, Магний-64	=
<u>Обед</u>			
60	<b>Овощи консервированные порциями (огурцы)</b>	Калорийность-7, Углеводы-1, ВитаминС-2, Магний-8	=
200/5	<b>Суп из овощей со сметаной</b>	Калорийность-75, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-7, ВитаминС-7, Магний-17	=
90	<b>Кнели из птицы с рисом</b>	Калорийность-240, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-6, ВитаминА-76, ВитаминС-1, Магний-20	=
150	<b>Макароны отварные с овощами</b>	Калорийность-156, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-26, ВитаминА-25, ВитаминС-3, Магний-18	=
200	<b>Напиток из шиповника</b>	Калорийность-97, Белки-1, Углеводы-23, ВитаминС-70, Магний-3	=
60	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-28	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-773, Белки-29, Жиры-27, Углеводы-103, ВитаминА-101, ВитаминС-83, Магний-100	=
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 282, Белки-51, Жиры-35, Углеводы-190, ВитаминА-104, ВитаминС-83, Магний-164	<b>165-48</b>

Ген. директор

М.А. Пасва

Заведующая  
столовой

Зюрова Т.С.

Инженер-  
технолог

Халиуллина С.П.



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАОУ "Куатаевская средняя школа  
 "Интеграция"



Е.В. Эйхгорн

16.03.2026 (Н.школа 1-4 класс  
 (зимне-весенний), 2пн)

## Меню с 7-11 лет ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
40	Бутерброды с повидлом	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-20, Витамина-20, Магний-4	=
200	Каша "Дружба"	Калорийность-192, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-28, Витамина-39, ВитаминС-1, Магний-31	=
200	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, Витамина-19, ВитаминС-1, Магний-13	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
30	Пряники	Калорийность-110, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-23, Магний-3	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-581, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-100, ВитаминА-78, ВитаминС-2, Магний-55	=
<u>Обед</u>			
60	Икра кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5, ВитаминС-4, Магний-9	=
200	Суп картофельный с макаронными изделиями	Калорийность-89, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15, ВитаминС-7, Магний-19	=
90	Фрикадельки из говядины паровые	Калорийность-177, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-6, Магний-15	=
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, ВитаминА-24, Магний-89	=
200	Сок фруктовый	Калорийность-108, Белки-1, Углеводы-25, ВитаминС-5, Магний-10	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-765, Белки-28, Жиры-24, Углеводы-91, Витамина-24, ВитаминС-16, Магний-162	=
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 346, Белки-42, Жиры-39, Углеводы-191, Витамина-102, ВитаминС-18, Магний-217	<b>165-48</b>



Ген. директор М.А. Паева

Заведующая  
столовой

*Зотева Т.С.*

Зотева Т.С.

Инженер-  
технолог

*Халиуллина С.П.*

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАОУ "Култаевская средняя школа  
 "Интеграция"

Е.В. Эйхгорн

17.03.2026 (Н.школа 1-4 класс  
 (зимне-весенний), 2вт)

## Меню с 7-11 лет ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
90	<b>Тефтели из говядины (паровые)</b>	Калорийность-156, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-8, ВитаминС-1, Магний-17	=
150	<b>Макаронные изделия отварные</b>	Калорийность-190, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-30, ВитаминА-34, Магний-9	=
200	<b>Чай с лимоном</b>	Калорийность-40, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-5	=
30	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-509, Белки-22, Жиры-14, Углеводы-73, ВитаминА-34, ВитаминС-2, Магний-49	=
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из соленых огурцов с луком</b>	Калорийность-36, Жиры-4, Углеводы-1, ВитаминС-1, Магний-1	=
200/5	<b>Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной</b>	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-6, ВитаминС-15, Магний-18	=
210	<b>Плов из отварной птицы</b>	Калорийность-408, Белки-21, Жиры-24, Углеводы-27, ВитаминА-82, ВитаминС-1, Магний-37	=
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
40	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-766, Белки-29, Жиры-33, Углеводы-87, ВитаминА-82, ВитаминС-17, Магний-95	=
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 275, Белки-51, Жиры-47, Углеводы-160, ВитаминА-116, ВитаминС-19, Магний-144	<b>165-48</b>



Заведующая  
 столовой

Золева Т.С.

Инженер-  
 технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАОУ "Куптаевская средняя школа  
 "Интеграция"

Е.В. Эйхгорн

18.03.2026 (Н.школа 1-4 класс  
 (зимне-весенний), 2ср)

## Меню с 7-11 лет ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
40	Яйца вареные	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5, Магний-5	=
200	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	Калорийность-202, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-26, ВитаминА-43, ВитаминС-2, Магний-49	=
200	Чай каркаде	Калорийность-56, Углеводы-14, ВитаминА-3	=
30	Печенье	Калорийность-125, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-22, Магний-6	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-516, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-77, ВитаминА-46, ВитаминС-2, Магний-64	=
<b>Обед</b>			
60	Кукуруза отварная	Калорийность-200, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-37, Магний-38	=
200/5	Рассольник ленинградский со сметаной	Калорийность-105, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-21	=
90	Шницель рыбный натуральный	Калорийность-102, Белки-14, Жиры-1, Углеводы-9, ВитаминА-18, ВитаминС-3, Магний-32	=
150	Пюре картофельное	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминА-30, ВитаминС-4, Магний-25	=
200	Напиток из шиповника	Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18, ВитаминС-80, Магний-3	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-750, Белки-31, Жиры-15, Углеводы-119, ВитаминА-48, ВитаминС-93, Магний-144	=
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 267, Белки-46, Жиры-31, Углеводы-196, ВитаминА-94, ВитаминС-95, Магний-208	<b>165-48</b>

Ген. директор

М.А. Паева

Заведующая  
столовой

Золотова Т.С.

Инженер-  
технолог

Халиуллина С.П.



*[Handwritten signature]*

*[Handwritten signature]*

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа  
"Интеграция"

Е.В. Эйхори

19.03.2026 (Н.школа 1-4 класс  
(зимне-весенний), 2чт)

## Меню с 7-11 лет ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
150	Запеканка из творога	Калорийность-425, Белки-24, Жиры-25, Углеводы-24, ВитаминС-1, Магний-38	=
30	Молоко сгущенное	Калорийность-98, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-17, Магний-10	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
100	Фрукты свежие	Калорийность-44, Углеводы-10, ВитаминС-7, Магний-9	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-676, Белки-28, Жиры-28, Углеводы-75, ВитаминС-8, Магний-65	=
<b>Обед</b>			
60	Салат из свеклы отварной	Калорийность-53, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, ВитаминС-3, Магний-11	=
200	Суп картофельный с бобовыми	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12, ВитаминС-7, Магний-20	=
90	Котлеты "Школьные"	Калорийность-189, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-11, ВитаминА-22, ВитаминС-1, Магний-19	=
150	Капуста тушеная	Калорийность-108, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-12, ВитаминА-26, ВитаминС-21, Магний-34	=
200	Компот из апельсинов с яблоками	Калорийность-93, Белки-1, Углеводы-22, ВитаминС-12, Магний-8	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
60	Хлеб ржаной	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-28	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-728, Белки-27, Жиры-22, Углеводы-102, ВитаминА-48, ВитаминС-44, Магний-126	=
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 404, Белки-55, Жиры-50, Углеводы-177, ВитаминА-48, ВитаминС-52, Магний-191	<b>165-48</b>

Ген. директор

М.А. Паева

Заведующая  
столовой

Зюева Т.С.

Инженер-  
технолог

Халиуллина С.П.



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАОУ "Куптаевская средняя школа  
 "Интеграция"

Е.В. Эйхгорн

20.03.2026 (Н.школа 1-4 класс  
 (зимне-весенний), 2пт)

## Меню с 7-11 лет ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
60	Овощи консервированные порциями (огурцы)	Калорийность-7, Углеводы-1, ВитаминС-2, Магний-8	=
200	Рагу из птицы	Калорийность-283, Белки-16, Жиры-16, Углеводы-18, ВитаминС-12, Магний-45	=
200	Какао с молоком	Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-22	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-507, Белки-23, Жиры-19, Углеводы-58, ВитаминА-19, ВитаминС-15, Магний-93	=
<b>Обед</b>			
60	Салат из квашеной капусты с яблоками	Калорийность-70, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-3, ВитаминС-9, Магний-7	=
200/5	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Калорийность-84, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-9, ВитаминС-8, Магний-21	=
120	Тефтели из говядины в молочном соусе	Калорийность-219, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-19	=
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8	=
200	Компот из ягод замороженных	Калорийность-44, Углеводы-11, ВитаминС-17, Магний-6	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-725, Белки-27, Жиры-26, Углеводы-95, ВитаминС-35, Магний-86	=
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 232, Белки-50, Жиры-45, Углеводы-153, ВитаминА-19, ВитаминС-50, Магний-179	<b>165-48</b>

Ген. директор

М.А. Паева

Заведующая  
столовой

Вотева Т.С.

Инженер-  
технолог

Халиуллина С.П.



*(Handwritten signature)*

*(Handwritten signature)*

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАОУ "Култаевская средняя школа  
 "Интеграция"



Е.В. Эйхгорн

23.03.2026 (Н.школа 1-4 класс  
 (зимне-весенний), 1пн)

### Меню с 7-11 лет ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
40	Бутерброды с повидлом	Калорийность-121, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-20, ВитаминА-20, Магний-4	=
220	Каша "Дружба"	Калорийность-211, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-30, ВитаминА-43, ВитаминС-1, Магний-34	=
200	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-13	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-514, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-84, ВитаминА-82, ВитаминС-2, Магний-57	=
<b>Обед</b>			
60	Икра кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5, ВитаминС-4, Магний-9	=
200	Суп картофельный с макаронными изделиями	Калорийность-89, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15, ВитаминС-7, Магний-19	=
120	Фрикадельки из говядины, тушеные в соусе	Калорийность-216, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-9, Магний-16	=
150	Рис припущенный	Калорийность-177, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-29, ВитаминА-26, Магний-18	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-760, Белки-24, Жиры-26, Углеводы-103, ВитаминА-26, ВитаминС-11, Магний-94	=
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 274, Белки-38, Жиры-40, Углеводы-187, ВитаминА-108, ВитаминС-13, Магний-151	<b>165-48</b>



Ген. директор М.А. Паева

Заведующая  
 столовой

Золотова Т.С.

Инженер-  
 технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАОУ "Культяевская средняя школа  
 "Интеграция"

Е.В. Эйхгорн

25.03.2026 (Н.школа 1-4 класс  
 (зимне-весенний), 1ср)

### Меню с 7-11 лет ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
60	Овощи консервированные отварные (зеленый горошек)	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3, ВитаминА-11, ВитаминС-1, Магний-11	=
160	Омлет натуральный	Калорийность-209, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-3, ВитаминА-278, Магний-20	=
200	Чай с лимоном	Калорийность-40, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-5	=
40	Печенье	Калорийность-167, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-30, Магний-8	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-548, Белки-22, Жиры-22, Углеводы-66, ВитаминаА-289, ВитаминС-2, Магний-50	=
<b>Обед</b>			
60	Кукуруза отварная	Калорийность-200, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-37, Магний-38	=
200/5	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Калорийность-69, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-6, ВитаминС-6, Магний-21, ВитаминА-5	=
90	Котлеты "Пермские"	Калорийность-154, Белки-13, Жиры-8, Углеводы-9, ВитаминС-1, Магний-17	=
150	Капуста тушеная	Калорийность-108, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-12, ВитаминаА-26, ВитаминС-21, Магний-34	=
200	Сок фруктовый	Калорийность-108, Белки-1, Углеводы-25, ВитаминС-5, Магний-10	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-760, Белки-27, Жиры-21, Углеводы-114, ВитаминаА-31, ВитаминС-33, Магний-138	=
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 309, Белки-49, Жиры-43, Углеводы-180, ВитаминаА-320, ВитаминС-35, Магний-188	<b>165-48</b>



Генеральный директор М.А. Паева

Заведующая  
столовой

Зотьева Т.С.

Инженер-  
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАОУ "Культяевская средняя школа  
 "Интеграция"

Е.В. Эйхгорн

26.03.2026 (Н.школа 1-4 класс  
 (зимне-весенний), 1чт)

## Меню с 7-11 лет ОБЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
20	<b>Сыр сычужный твердый порциями</b>	Калорийность-69, Белки-5, Жиры-5, Магний-10	=
200	<b>Каша пшеничная молочная жидкая</b>	Калорийность-200, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-29, Витамины А-37, Витамин С-1, Магний-37	=
200	<b>Какао с молоком</b>	Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, Витамины А-19, Витамин С-1, Магний-22	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
120	<b>Фрукты свежие</b>	Калорийность-53, Углеводы-12, Витамин С-8, Магний-11	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-509, Белки-17, Жиры-15, Углеводы-75, Витамин А-56, Витамин С-10, Магний-86	=
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из свеклы отварной</b>	Калорийность-53, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, Витамин С-3, Магний-11	=
200/5	<b>Рассольник ленинградский со сметаной</b>	Калорийность-105, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13, Витамин С-6, Магний-21	=
120	<b>Тефтели из печени с рисом</b>	Калорийность-202, Белки-15, Жиры-8, Углеводы-18, Витамин А-4 461, Витамин С-12, Магний-30	=
150	<b>Пюре картофельное</b>	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, Витамин А-30, Витамин С-4, Магний-25	=
200	<b>Компот из яблок с лимоном</b>	Калорийность-60, Углеводы-14, Витамин С-3, Магний-6	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
60	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-28	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-721, Белки-28, Жиры-23, Углеводы-99, Витамин А-4 491, Витамин С-28, Магний-127	=
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 230, Белки-45, Жиры-38, Углеводы-174, Витамин А-4 547, Витамин С-38, Магний-213	<b>165-48</b>



Ген. директор М.А. Паева

Заведующая  
столовой

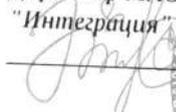
Зотева Т.С.

Инженер-  
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Культяевская средняя школа  
"Интеграция"



Е.В. Эйхгорн



27.03.2026 (Н.школа 1-4 класс  
(зимне-весенний), 1пт)

## Меню с 7-11 лет ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
90	Биточки рыбные	Калорийность-102, Белки-13, Жиры-2, Углеводы-9, Магний-21	=
150	Рис отварной	Калорийность-205, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-34, Магний-23	=
200	Чай каркаде	Калорийность-56, Углеводы-14, ВитаминА-3	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-509, Белки-22, Жиры-8, Углеводы-87, ВитаминА-3, Магний-64	=
<b>Обед</b>			
60	Овощи консервированные порциями (огурцы)	Калорийность-7, Углеводы-1, ВитаминС-2, Магний-8	=
200/5	Суп из овощей со сметаной	Калорийность-75, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-7, ВитаминС-7, Магний-17	=
90	Кнели из птицы с рисом	Калорийность-240, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-6, ВитаминА-76, ВитаминС-1, Магний-20	=
150	Макароны отварные с овощами	Калорийность-156, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-26, ВитаминА-25, ВитаминС-3, Магний-18	=
200	Напиток из шиповника	Калорийность-97, Белки-1, Углеводы-23, ВитаминС-70, Магний-3	=
60	Хлеб ржаной	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-28	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-773, Белки-29, Жиры-27, Углеводы-103, ВитаминА-101, ВитаминС-83, Магний-100	=
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 282, Белки-51, Жиры-35, Углеводы-190, ВитаминА-104, ВитаминС-83, Магний-164	<b>165-48</b>



Ген. директор М.А. Паева



Заведующая  
столовой



Зотева Т.С.

Инженер-  
технолог



Халиуллина С.П.