

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ «Култаевская средняя школа»
"Интеграция" СП МАОУ «Баши-Култаевская школа»

Е.В. Эшгорн

04.05.2026 (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 | Каши "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 | Пряники | Калорийность-110, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-23, Магний-3 | = |
| 30 | Хлеб пшеничный | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4 | = |
| Итого за Завтрак | | 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 | Каши 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 | = |
| Итого за Обед | | Калорийность-765, Белки-28, Жиры-24, Углеводы-91, ВитаминА-24, ВитаминС-16, Магний-162 | = |
| Итого за день | | Калорийность-1346, Белки-42, Жиры-39, Углеводы-191, ВитаминА-102, ВитаминС-18, Магний-217 | 165-48 |

Ген. директор М.А. Пасова

Заведующая
столовой

Кукумова Н.Х.

Инженер-
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ «Култаевская средняя школа
"Интеграция" СП МАОУ «Битт-Култаевская школа»
Е.В. Эхлерт



05.05.2026 (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) |
|-------------------------|--|--|----------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 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 | = |
| Итого за Завтрак | | Калорийность-509, Белки-22, Жиры-14, Углеводы-73, ВитаминА-34, ВитаминС-2, Магний-49 | = |
| <u>Обед</u> | | | |
| 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 | = |
| Итого за Обед | | Калорийность-766, Белки-29, Жиры-33, Углеводы-87, ВитаминА-82, ВитаминС-17, Магний-95 | = |
| Итого за день | | Калорийность-1 275, Белки-51, Жиры-47, Углеводы-160, ВитаминА-116, ВитаминС-19, Магний-144 | 165-48 |

Ген. директор



Заведующий
столовой

Кулумона Н.Х.

Инженер-
технолог

Халиуллина С.Н.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ «Култаевская средняя школа
"Интеграция" СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

Е.В. Эйхгорн

06.05.2026 (Н.школа 1-4 класс
(зимне-весенний), 2ср)

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> | | | |
| 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, Витамин А-43, Витамин С-2, Магний-49 | = |
| 200 | Чай каркаде | Калорийность-56, Углеводы-14, Витамин А-3 | = |
| 30 | Печенье | Калорийность-125, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-22, Магний-6 | = |
| 30 | Хлеб пшеничный | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4 | = |
| Итого за Завтрак | | Калорийность-516, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-77, Витамин А-46, Витамин С-2, Магний-64 | = |
| <u>Обед</u> | | | |
| 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, Витамин С-6, Магний-21 | = |
| 90 | Шницель рыбный натуральный | Калорийность-102, Белки-14, Жиры-1, Углеводы-9, Витамин А-18, Витамин С-3, Магний-32 | = |
| 150 | Пюре картофельное | Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, Витамин А-30, Витамин С-4, Магний-25 | = |
| 200 | Напиток из шиповника | Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18, Витамин С-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 | = |
| Итого за Обед | | Калорийность-750, Белки-31, Жиры-15, Углеводы-119, Витамин А-48, Витамин С-93, Магний-144 | = |
| Итого за день | | Калорийность-1 267, Белки-46, Жиры-31, Углеводы-196, Витамин А-94, Витамин С-95, Магний-208 | 165-48 |

Ген. директор М.А. Плева

Плева

Заведующая
столовой

Кушова Н.Х.

Инженер-
технолог

Халиуллина С.П.

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа"
"Интеграция" СП-МАОУ «Баши-Култаевская школа»

Е.В. Эйхгорн

07.05.2026 (Н.школа 1-4 класс
(зимне-весенний), 2чт)

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> | | | |
| 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 | = |
| Итого за Завтрак | | Калорийность-676, Белки-28, Жиры-28, Углеводы-75, ВитаминС-8, Магний-65 | = |
| <u>Обед</u> | | | |
| 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 | = |
| Итого за Обед | | Калорийность-723, Белки-27, Жиры-22, Углеводы-102, ВитаминА-48, ВитаминС-44, Магний-126 | = |
| Итого за день | | Калорийность-1404, Белки-55, Жиры-50, Углеводы-177, ВитаминА-48, ВитаминС-52, Магний-191 | 165-48 |



Ген. директор

М.А. Палева

Заведующая
столовой

Кузимова Н.Х.

Инженер-
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ «Кудрявская средняя школа
"Интеграция" ГДР МАОУ «Баш-Кудрявская школа»

Е.В. Эйгоров

08.05.2026 (Н.школа 1-4 класс
зимне-весенний), 2шт)

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> | | | |
| 60 | Овощи консервированные порциями (огурцы) | Калорийность-7, Углеводы-1, ВитаминС-2, Магний-6 | = |
| 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 | = |
| Итого за Завтрак | | Калорийность-507, Белки-23, Жиры-19, Углеводы-58, ВитаминА-19, ВитаминС-15, Магний-93 | = |
| <u>Обед</u> | | | |
| 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 | = |
| Итого за Обед | | Калорийность-725, Белки-27, Жиры-26, Углеводы-95, ВитаминС-35, Магний-86 | = |
| Итого за день | | Калорийность-1232, Белки-50, Жиры-45, Углеводы-153, ВитаминА-19, ВитаминС-50, Магний-179 | 165-48 |



Заведующий

М.А. Наева

Заведующая
столовой

Кудрямова Н.Х.

Инженер-
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа
"Интеграция" СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

Е.В. Эйхгорн

12.05.2026 (Н.школа 1-4 класс
(зимне-весенний), 1пн)

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> | | | |
| 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 | = |
| Итого за Завтрак | | 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 | = |
| Итого за Обед | | Калорийность-760, Белки-24, Жиры-26, Углеводы-103, ВитаминА-26, ВитаминС-11, Магний-94 | = |
| Итого за день | | Калорийность-1 274, Белки-38, Жиры-40, Углеводы-187, ВитаминА-108, ВитаминС-13, Магний-151 | 165-48 |

Ген. директор

М.А. Паева

Заведующая
столовой

Кучумова Н.Х.

Инженер-
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа"
"Интеграция" СП МАОУ «Баи-Култаевская школа»

Е.В. Эйхгорн

13.05.2026 (Н.школа 1-4 класс
(зимне-весенний), 1ср)

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> | | | |
| 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 | = |
| Итого за Завтрак | | Калорийность-548, Белки-22, Жиры-22, Углеводы-66, ВитаминА-289, ВитаминС-2, Магний-50 | = |
| <u>Обед</u> | | | |
| 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 | Коплеты "Пермские" | Калорийность-154, Белки-13, Жиры-8, Углеводы-9, ВитаминС-1, Магний-17 | = |
| 150 | Капуста тушеная | Калорийность-108, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-12, ВитаминА-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 | = |
| Итого за Обед | | Калорийность-760, Белки-27, Жиры-21, Углеводы-114, ВитаминА-31, ВитаминС-33, Магний-138 | = |
| Итого за день | | Калорийность-1309, Белки-49, Жиры-43, Углеводы-180, ВитаминА-320, ВитаминС-35, Магний-188 | 165-48 |

Ген. директор

М.А. Наева

Заведующая
столовой

Кулумова Н.Х.

Инженер-
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ Директор МАОУ «Калтаевская средняя школа "Интеграция" С.П. МАОУ «Б.С.и-Калтаевская школа»



14.05.2026 (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) |
|-------------------------|--------------------------------------|--|----------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 20 | Сыр сычужный твердый порциями | Калорийность-69, Белки-5, Жиры-5, Магний-19 | = |
| 200 | Каша пшеничная молочная жидкая | Калорийность-200, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-29, ВитаминА-37, ВитаминС-1, Магний-37 | = |
| 200 | Какао с молоком | Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-22 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| 120 | Фрукты свежие | Калорийность-53, Углеводы-12, ВитаминС-8, Магний-11 | = |
| Итого за Завтрак | | Калорийность-509, Белки-17, Жиры-15, Углеводы-75, ВитаминА-56, ВитаминС-10, Магний-85 | = |
| <u>Обед</u> | | | |
| 60 | Салат из свеклы отварной | Калорийность-53, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, ВитаминС-3, Магний-11 | = |
| 200/5 | Рассольник ленинградский со сметаной | Калорийность-105, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-21 | = |
| 120 | Тефтели из печени с рисом | Калорийность-202, Белки-15, Жиры-8, Углеводы-18, ВитаминА-4 461, ВитаминС-12, Магний-30 | = |
| 150 | Пюре картофельное | Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминА-30, ВитаминС-4, Магний-25 | = |
| 200 | Компот из яблок с лимоном | Калорийность-60, Углеводы-14, ВитаминС-3, Магний-6 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| 60 | Хлеб ржаной | Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-28 | = |
| Итого за Обед | | Калорийность-721, Белки-28, Жиры-23, Углеводы-99, ВитаминА-4 491, ВитаминС-28, Магний-127 | = |
| Итого за день | | Калорийность-1 230, Белки-45, Жиры-38, Углеводы-174, ВитаминА-4 547, ВитаминС-38, Магний-213 | 165-48 |

Ген. директор



М.Н. Исаева

Заведующая столовой



Колумова Н.Х.

Инженер-технолог



Халиуллина С.И.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ «Култаевская средняя школа
"Интеграция" СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

Е.В. Эшгор

15.05.2026 (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) |
|-------------------------|---|---|----------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 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 | = |
| Итого за Завтрак | | Калорийность-509, Белки-22, Жиры-8, Углеводы-87, ВитаминА-3, Магний-64 | = |
| <u>Обед</u> | | | |
| 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-155, 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 | = |
| Итого за Обед | | Калорийность-773, Белки-29, Жиры-27, Углеводы-103, ВитаминА-101, ВитаминС-83, Магний-100 | = |
| Итого за день | | Калорийность-1282, Белки-51, Жиры-35, Углеводы-190, ВитаминА-104, ВитаминС-83, Магний-164 | 165-48 |

Ген. директор

М.А. Павлова

Заведующая
столовой

Кушлова Н.Х.

Инженер-
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ «Культурно-образовательный центр «Интеграция» СП МАОУ «Кань-Культуровская школа»



13.05.2026 (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-23, Витамины-20, Магний-4 | = |
| 200 | Каши "Дружба" | Калорийность-192 Белки-5, Жиры-7, Углеводы-23, ВитаминыА-39, ВитаминС-1, Магний-7 | = |
| 200 | Кофейный напиток с молоком | Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминыА-19, ВитаминС-1, Магний-13 | = |
| 30 | Пряники | Калорийность-110 Белки-2, Жиры-1, Углеводы-23, Магний-3 | = |
| 30 | Хлеб пшеничный | Калорийность-74, Белки-2, Углеводы-15, Магний-6 | = |
| Итого за Завтрак | | Калорийность-581 Белки-14, Жиры-15, Углеводы-100, ВитаминыА-78, ВитаминС-2, Магний-55 | = |
| <u>Обед</u> | | | |
| 60 | Икра кабачковая (промышленного производства) | Калорийность-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5, ВитаминыС-4, Магний-9 | = |
| 200 | Суп картофельный с макаронными изделиями | Калорийность-89, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15, ВитаминыС-7, Магний-19 | = |
| 90 | Фрикадельки из говядины паровые | Калорийность-177 Белки-13, Жиры-11, Углеводы-6, Магний-15 | = |
| 150 | Каши гречневая рассыпчатая | Калорийность-174 Белки-6, Жиры-6, Углеводы-33, ВитаминыА-24, Магний-89 | = |
| 200 | Сок фруктовый | Калорийность-108 Белки-1, Углеводы-25, ВитаминыС-7, Магний-10 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| 30 | Хлеб ржаной | Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14 | = |
| Итого за Обед | | Калорийность-705 Белки-23 Жиры-24, Углеводы-91, ВитаминыА-24, ВитаминС-16, Магний-132 | = |
| Итого за день | | Калорийность-1386 Белки-42 Жиры-39, Углеводы-191, ВитаминыА-102, ВитаминС-18, Магний-187 | 165-48 |

Ген. директор



Заведующий столовой

[Handwritten signature]

Кушвалдина Н.Х.

Инженер-технолог

[Handwritten signature]

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ «Культурная средняя школа
"Интеграция" (СФУ ТАСУ) имени Кудрявцевской школы»



19.05.2026 (Н.школа 1-4 класс
(зимне-весенний), 2вт)

Меню с 7-11 лет ОВЗ

| Выход (г) | Наименование блюда | ккал, белки (г), углеводы (г), жиры (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|------------------|---|---|-------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 90 | Тефтели из говядины (паровые) | Калорийность-156, Белки-12, Жиры-8, Углеводы-8, ВитаминС-1, Магний-17 | = |
| 150 | Макаронные изделия отварные | Калорийность-150, 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 | = |
| Итого за завтрак | | Калорийность-509, Белки-22, Жиры-14, Углеводы-73, ВитаминА-34, ВитаминС-2, Магний-49 | = |
| <u>Обед</u> | | | |
| 60 | Салат из соевых бобов 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-34, 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-14 | = |
| Итого за Обед | | Калорийность-763, Белки-29, Жиры-33, Углеводы-87, ВитаминА-82, ВитаминС-17, Магний-95 | = |
| Итого за день | | Калорийность-1275, Белки-51, Жиры-47, Углеводы-160, ВитаминА-116, ВитаминС-19, Магний-144 | 165-48 |

Ген. директор



Заведующая столовой

Сидорова Н.Х.

Халиуллина Н.Х.

Инженер-технолог

Халиуллина С.П.

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ «Культурно-спортивная школа «Интеграция» СШ №105 Уфимской области
«Интеграция» СШ №105 Уфимской области



20.05.2026 (Н.школа 1-4 класс
(зимне-весенний), 2ср)

Меню с 7-11 лет ОБЗ

| Выход (г) | Наименование блюда | мл, цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|--|---|-------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 40 | Яйца вареные | Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5, Натрий-0 | = |
| 200 | Каши из хлопьев овсяных "Геркулес" рисовая | Калорийность-202, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-26, Витамины А-43, Витамины С-2, Натрий-0 | = |
| 200 | Чай каркаде | Калорийность-56, Углеводы-14, Витамины А-3 | = |
| 30 | Печенье | Калорийность-125, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-20, Натрий-0 | = |
| 30 | Хлеб пшеничный | Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Натрий-0 | = |
| Итого за Завтрак | | Калорийность-516, Белки-15, Жиры-16, Углеводы-77, Витамины А-46, Витамины С-2, Натрий-0 | = |
| <u>Обед</u> | | | |
| 60 | Кукуруза отварная | Калорийность-200, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-41, Натрий-8 | = |
| 200/5 | Рассольник ленинградский со сметаной | Калорийность-105, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11, Витамины С-6, Натрий-21 | = |
| 90 | Шницель рыбный натуральный | Калорийность-102, Белки-14, Жиры-1, Углеводы-9, Витамины А-18, Витамины С-3, Натрий-0 | = |
| 150 | Пюре картофельное | Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-17, Витамины А-30, Витамины С-4, Натрий-0 | = |
| 200 | Напиток из шиповника | Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18, Витамины С-80, Натрий-3 | = |
| 40 | Хлеб ржаной | Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Натрий-0 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Натрий-0 | = |
| Итого за Обед | | Калорийность-750, Белки-31, Жиры-15, Углеводы-119, Витамины А-48, Витамины С-93, Натрий-31 | = |
| Итого за день | | Калорийность-1267, Белки-46, Жиры-31, Углеводы-196, Витамины А-94, Витамины С-95, Натрий-31 | 165-48 |

Ген. директор

М. П. Школа

Алла

Заведующий

СШ №105

Алиф

Учитель физ. культуры

Инженер-технолог

Халиуллина С.П.

С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Культурно-просветительского центра «Интеграция» СШ №1 АСР «Дружеская школа»



21.05.2026 (Н.школа 1-4 класс
зимне-весенний), 2чт)

Меню с 7-11 лет ОВЗ

| Выход (г) | Наименование блюда | Энергет. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|------------------|---------------------------------|---|-------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 150 | Запеканка из творога | Калорийность-427, Белки-24, Жиры-25, Углеводы-24, ВитаминС-1, Магний-38 | = |
| 30 | Молоко сгущенное | Калорийность-38, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-17, Магний-9 | = |
| 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 | = |
| Итого за завтрак | | Калорийность-575, Белки-29, Жиры-28, Углеводы-75, ВитаминС-8, Магний-65 | = |
| <u>Обед</u> | | | |
| 60 | Салат из свеклы отварной | Калорийность-37, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, ВитаминС-3, Магний-11 | = |
| 200 | Суп картофельный с бобовыми | Калорийность-36, 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-103, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-12, ВитаминА-26, ВитаминС-21, Магний-34 | = |
| 200 | Компот из апельсинов с яблоками | Калорийность-97, Белки-1, Углеводы-22, ВитаминС-12, Магний-6 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Калорийность-34, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6 | = |
| 60 | Хлеб ржано-пшеничный | Калорийность-103, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-28 | = |
| Итого за обед | | Калорийность-723, Белки-27, Жиры-22, Углеводы-102, ВитаминА-43, ВитаминС-44, Магний-81,26 | = |
| Итого за день | | Калорийность-1298, Белки-55, Жиры-50, Углеводы-177, ВитаминА-43, ВитаминС-52, Магний-191 | 165-48 |

Ген. директор

Ласкина

Заведующий столовой

Олеся

Учитель ИЗО

Директор школы

Халиуллина

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ
"Интеграция"



25.05.2026 (1-школа 1-4 класс
(шунис-весенний), 1пн)

Меню с 7-11 лет ОБЗ

| Выход (г) | Наименование блюда | Ингредиенты (кварт., белок (г), углеводы (г), жиры (г), витамин С (мг), витамин Е (мг)) | Стоимость питания (руб) |
|----------------------|--|--|-------------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | |
| 40 | Бутерброды с повидлом | Колбасный салат-121, Булочки-2, Жирно-4, Сахар-1-23, Витамин С-20, Магний-4 | = |
| 220 | Каши "Дружба" | Каша овсяная-1, Сахар-4, Жирно-7, Витамин С-13, Витамин Е-13, Витамин С-1, Магний-1 | = |
| 200 | Корфейный напиток с молоком | Молоко-114, Витамин С-19, Витамин С-1, Магний-14 | = |
| 40 | Хлеб вишневый | Мука пшеничная-9, Сахар-3, Углеводы-20, Жирно-1 | = |
| Итого завтрак | | | |
| | | Колбасный салат-4, Булочки-14, Жирно-14, Сахар-23, Витамин С-62, Витамин Е-2, Магний-19 | = |
| <u>Обед</u> | | | |
| 60 | Икра рыбная (промышленного производства) | Колбасный салат-7, Белок-1, Жирно-5, Углеводы-5, Витамин С-6, Магний-9 | = |
| 200 | Суп картофельный с макаронными изделиями | Мука пшеничная-8, Белок-7, Жирно-2, Углеводы-19, Витамин С-7, Магний-19 | = |
| 120 | Фрикадельки с говядиной, тушеные в соусе | Колбасный салат-2, Булочки-13, Жирно-14, Углеводы-19, Магний-1 | = |
| 150 | Рис отварной | Колбасный салат-1, 7, Булочки-3, Жирно-5, Сахар-1-23, Витамин С-26, Магний-18 | = |
| 200 | Компот из смеси сухофруктов | Колбасный салат-8, Сахар-1, Углеводы-20, Жирно-11 | = |
| 30 | Хлеб рисовый | Колбасный салат-5, Белок-2, Углеводы-10, Жирно-11 | = |
| 30 | Хлеб вишневый | Мука пшеничная-9, Сахар-3, Углеводы-15, Жирно-1 | = |
| Итого обед | | | |
| | | Колбасный салат-40, Булочки-26, Сахар-23, Витамин С-11, Витамин Е-2, Магний-57 | = |
| Итого завтрак и обед | | | |
| | | Колбасный салат-44, Булочки-40, Жирно-40, Сахар-46, Витамин С-106, Витамин Е-13, Магний-44 | 165-48 |

Ген директор



Классный руководитель



М.П.Х.

Учитель



Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ
"Интеграция" С.П.



26.05.2026 (Н.школа 1-4 класс
зимне-весенний), 1вт)

Меню с 7-11 лет ОВЗ

| Выход (г) | Наименование блюда | Энергетическая ценность (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), витамин С (мг), витамин А (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|-----------------------------------|---|-------------------------|
| Завтрак | | | |
| 90 | Комплеты "Школьные" | Энергетическая-119, Белки-13, Углеводы-10, Жиры-3,1, Витамин С-1, Витамин А-2 | = |
| 150 | Каши гречневая рассыпчатая | Энергетическая-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-23, Витамин С-1, Витамин А-89 | = |
| 200 | Чай с сахаром | Энергетическая-34, Углеводы-9, Минералы-4 | = |
| 30 | Хлеб пшеничный | Энергетическая-71, Белки-2, Углеводы-15, Жиры-1,1 | = |
| 30 | Хлеб ржаной | Энергетическая-52, Белки-2, Углеводы-10, Жиры-0,4 | = |
| Итого за Завтрак | | Энергетическая-523, Белки-23, Углеводы-16, Жиры-12, Витамин С-53, Витамин А-46, Витамин С-1, Витамин А-13 | = |
| Обед | | | |
| 60 | Салат из квашеной капусты с луком | Энергетическая-56, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7, Витамин С-1, Витамин А-9 | = |
| 200 | Суп картофельный с бобовыми | Энергетическая-84, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-14, Витамин С-7, Витамин А-20 | = |
| 210 | Плов из отварной курицы | Энергетическая-48, Белки-2, Углеводы-24, Жиры-1, Витамин С-27, Витамин А-82, Витамин С-1, Витамин А-7 | = |
| 200 | Чай каркаде | Энергетическая-56, Углеводы-4, Витамин А-3 | = |
| 40 | Хлеб ржаной | Энергетическая-70, Белки-2, Углеводы-13, Жиры-1,1 | = |
| 40 | Хлеб пшеничный | Энергетическая-96, Белки-2, Углеводы-20, Жиры-1,1 | = |
| Итого за Обед | | Энергетическая-700, Белки-30, Углеводы-31, Жиры-17, Витамин С-91, Витамин А-85, Витамин С-19, Витамин А-13 | = |
| Итого за день | | Энергетическая-1223, Белки-53, Жиры-29, Углеводы-47, Витамин С-144, Витамин А-130, Витамин С-19, Витамин А-26 | 165-48 |



Ген. директор

Халиуллина С.П.

Учитель
стол №

Халиуллина С.П.

ученик

Учитель
стол №

Халиуллина С.П.

Халиуллина С.П.