



Организация осуществляющая  
питание ИП Юмагулова Я.С.

/Юмагулова Я.С./



Утверждаю  
Директор школы  
«Чернышковская СШ №2»

/Соловьёв В.С.

МКОУ «Чернышковская СШ №2»

Меню на 22 ноября 2024 г.  
Завтрак первая неделя пятый день

| Наименование блюда                         | Масса порции, г. |                   | Калорийность, ккал. |                   | № рецепта     |
|--------------------------------------------|------------------|-------------------|---------------------|-------------------|---------------|
|                                            | Возраст 7-11 лет | Возраст 12-18 лет | Возраст 7-11 лет    | Возраст 12-18 лет |               |
| <b>Салат из свежих помидоров и огурцов</b> | <b>100</b>       | <b>100</b>        | <b>62</b>           | <b>62</b>         | <b>ТТК 50</b> |
| <b>Филе пангасиуса припущенное</b>         | <b>100</b>       | <b>100</b>        | <b>176</b>          | <b>176</b>        | <b>488</b>    |
| <b>Пюре картофельное</b>                   | <b>180</b>       | <b>180</b>        | <b>168</b>          | <b>168</b>        | <b>694</b>    |
| <b>Чай с сахаром и лимоном</b>             | <b>200/7</b>     | <b>200/7</b>      | <b>57</b>           | <b>57</b>         | <b>944</b>    |
| <b>Хлеб пшеничный в/с</b>                  | <b>50</b>        | <b>50</b>         | <b>95</b>           | <b>95</b>         | <b>ТТК 35</b> |
| <b>Итого</b>                               | <b>637</b>       | <b>637</b>        | <b>558</b>          | <b>558</b>        |               |

Второй прием пищи (для детей с ОВЗ)

| Наименование блюда   | Масса порции, г. |                   | Калорийность, ккал. |                   | № рецепта  |
|----------------------|------------------|-------------------|---------------------|-------------------|------------|
|                      | Возраст 7-11 лет | Возраст 12-18 лет | Возраст 7-11 лет    | Возраст 12-18 лет |            |
| <b>Фрукты свежие</b> | <b>140</b>       | <b>140</b>        | <b>62</b>           | <b>62</b>         | <b>847</b> |
|                      |                  |                   |                     |                   |            |
| <b>Итого</b>         | <b>777</b>       | <b>777</b>        | <b>620</b>          | <b>620</b>        |            |