



Организация осуществляющая  
питание ИП Юмагулова Я.С.

Юмагулова Я.С./



Утверждаю:  
Директор школы  
СШ №2

/Соловьев В.С.

**МКОУ «Чернышковская СШ №2»**

**Меню на 14 июля 2025 г.**

**Завтрак первая неделя первый день**

| Наименование блюда            | Масса порции, г.    |                      | Калорийность, ккал. |                      | № рецепту<br>ры |
|-------------------------------|---------------------|----------------------|---------------------|----------------------|-----------------|
|                               | Возраст<br>7-11 лет | Возраст<br>12-18 лет | Возраст<br>7-11 лет | Возраст<br>12-18 лет |                 |
| Бутерброд со сливочным маслом | 30/20               | 30/20                | 188                 | 188                  | 1               |
| Каша рисовая вязкая на молоке | 250                 | 250                  | 330                 | 330                  | 384             |
| Чай чёрный с сахаром          | 200                 | 200                  | 56                  | 56                   | 943             |
| Хлеб пшеничный в/с            | 50                  | 50                   | 95                  | 95                   | ТТК78           |
| Итого                         | 550                 | 550                  | 669                 | 669                  |                 |

**Второй прием пищи ОБЕД**

| Наименование блюда                               | Масса порции, г.    |                      | Калорийность, ккал. |                      | № рецепту<br>ры |
|--------------------------------------------------|---------------------|----------------------|---------------------|----------------------|-----------------|
|                                                  | Возраст<br>7-11 лет | Возраст<br>12-18 лет | Возраст<br>7-11 лет | Возраст<br>12-18 лет |                 |
| Огурцы свежие (нарезка)                          | 100                 | 100                  | 15                  | 15                   | 751             |
| Борщ со свежей капустой,<br>картофелем и фасолью | 250                 | 250                  | 251                 | 251                  | ТТК53           |
| Гуляш                                            | 100                 | 100                  | 282                 | 282                  | 591             |
| Каша перловая со сливочным<br>маслом             | 180                 | 180                  | 236                 | 236                  | 384             |
| Сок мультифруктовый                              | 200                 | 200                  | 77                  | 77                   | ТТК33           |
| Хлеб пшеничный в/с                               | 40                  | 40                   | 76                  | 76                   | ТТК78           |
| Хлеб ржаной                                      | 40                  | 40                   | 84                  | 84                   | ТТК79           |
| Итого                                            | 810                 | 810                  | 1021                | 1021                 |                 |



Организация осуществляющая  
питание ИП Юмагулова Я.С.

Юмагулова Я.С./



Утверждаю:  
МКОУ  
«Чернышковская СШ №2»  
Директор школы

/Соловьёв В.С.

**МКОУ «Чернышковская СШ №2»**

**Меню на 15 июля 2025 г.**

**Завтрак первая неделя второй день**

| Наименование блюда            | Масса порции, г.    |                      | Калорийность, ккал. |                      | № рецепту<br>ры |
|-------------------------------|---------------------|----------------------|---------------------|----------------------|-----------------|
|                               | Возраст<br>7-11 лет | Возраст<br>12-18 лет | Возраст<br>7-11 лет | Возраст<br>12-18 лет |                 |
| Бутерброд со сливочным маслом | 30/20               | 30/20                | 188                 | 188                  | 1               |
| Каша ячневая вязкая на молоке | 250                 | 250                  | 303                 | 303                  | 384             |
| Чай чёрный с сахаром          | 200                 | 200                  | 56                  | 56                   | 943             |
| Яблоко                        | 100                 | 100                  | 44                  | 44                   | 847             |
| Хлеб пшеничный в/с            | 30                  | 30                   | 57                  | 57                   | ТТК78           |
| Итого                         | 630                 | 630                  | 648                 | 648                  |                 |

**Второй прием пищи ОБЕД**

| Наименование блюда                  | Масса порции, г.    |                      | Калорийность, ккал. |                      | № рецепту<br>ры |
|-------------------------------------|---------------------|----------------------|---------------------|----------------------|-----------------|
|                                     | Возраст<br>7-11 лет | Возраст<br>12-18 лет | Возраст<br>7-11 лет | Возраст<br>12-18 лет |                 |
| Салат из белокочанной капусты       | 100                 | 100                  | 80                  | 80                   | 79              |
| Рассольник Петербургский            | 250                 | 250                  | 239                 | 239                  | 191             |
| Филе кур, тушенное в соусе          | 110                 | 110                  | 201                 | 201                  | 643             |
| Рис отварной со сливочным<br>маслом | 180                 | 180                  | 273                 | 273                  | 682             |
| Чай с лимоном                       | 200                 | 200                  | 56                  | 56                   | 944             |
| Хлеб пшеничный в/с                  | 40                  | 40                   | 76                  | 76                   | ТТК78           |
| Хлеб ржаной                         | 40                  | 40                   | 84                  | 84                   | ТТК79           |
| Итого                               | 920                 | 920                  | 1009                | 1009                 |                 |



Организация осуществляющая  
питание ИП Юмагулова Я.С.

Юмагулова Я.С./



Утверждаю:  
МКОУ  
«Чернышковская СШ №2»  
СШ №2

Соловьев В.С.

**МКОУ «Чернышковская СШ №2»**

**Меню на 16 июля 2025 г.**

**Завтрак первая неделя третий день**

| Наименование блюда                   | Масса порции, г.    |                      | Калорийность, ккал. |                      | № рецепту<br>ры |
|--------------------------------------|---------------------|----------------------|---------------------|----------------------|-----------------|
|                                      | Возраст<br>7-11 лет | Возраст<br>12-18 лет | Возраст<br>7-11 лет | Возраст<br>12-18 лет |                 |
| Бутерброд с сыром и сливочным маслом | 30/25/10            | 30/25/10             | 220                 | 220                  | 21              |
| Суп молочный с макаронными изделиями | 250                 | 250                  | 211                 | 211                  | 235             |
| Чай чёрный с сахаром                 | 200                 | 200                  | 56                  | 56                   | 943             |
| Хлеб пшеничный в/с                   | 40                  | 40                   | 76                  | 76                   | ТТК78           |
| Итого                                | 555                 | 555                  | 563                 | 563                  |                 |

**Второй прием пищи ОБЕД**

| Наименование блюда               | Масса порции, г.    |                      | Калорийность, ккал. |                      | № рецепту<br>ры |
|----------------------------------|---------------------|----------------------|---------------------|----------------------|-----------------|
|                                  | Возраст<br>7-11 лет | Возраст<br>12-18 лет | Возраст<br>7-11 лет | Возраст<br>12-18 лет |                 |
| Огурцы свежие (нарезка)          | 100                 | 100                  | 15                  | 15                   | 751             |
| Суп картофельный с пшеном на к/б | 250                 | 250                  | 250                 | 250                  | 204             |
| Плов из птицы                    | 200                 | 200                  | 311                 | 311                  | 646             |
| Сок мультифруктовый              | 200                 | 200                  | 77                  | 77                   | ТТК33           |
| Хлеб пшеничный в/с               | 60                  | 60                   | 114                 | 114                  | ТТК78           |
| Хлеб ржаной                      | 40                  | 40                   | 84                  | 84                   | ТТК79           |
|                                  |                     |                      |                     |                      |                 |
| Итого                            | 850                 | 850                  | 851                 | 851                  |                 |



Организация осуществляющая  
питание ИП Юмагулова Я.С.

Юмагулова Я.С./



Утверждаю:  
МКОУ  
«Чернышковская СШ №2»  
Директор школы

/Соловьёв В.С.

**МКОУ «Чернышковская СШ №2»**

**Меню на 17 июля 2025 г.**

**Завтрак первая неделя четвертый день**

| Наименование блюда            | Масса порции, г.    |                      | Калорийность, ккал. |                      | № рецепту<br>ры |
|-------------------------------|---------------------|----------------------|---------------------|----------------------|-----------------|
|                               | Возраст<br>7-11 лет | Возраст<br>12-18 лет | Возраст<br>7-11 лет | Возраст<br>12-18 лет |                 |
| Бутерброд со сливочным маслом | 30/20               | 30/20                | 188                 | 188                  | 1               |
| Каша манная вязкая на молоке  | 250                 | 250                  | 252                 | 252                  | 384             |
| Какао с молоком               | 200                 | 200                  | 127                 | 127                  | 959             |
| Хлеб пшеничный в/с            | 50                  | 50                   | 95                  |                      | ТТК78           |
| Итого                         | 550                 | 550                  | 662                 | 662                  |                 |

**Второй прием пищи ОБЕД**

| Наименование блюда                       | Масса порции, г.    |                      | Калорийность, ккал. |                      | № рецепту<br>ры |
|------------------------------------------|---------------------|----------------------|---------------------|----------------------|-----------------|
|                                          | Возраст<br>7-11 лет | Возраст<br>12-18 лет | Возраст<br>7-11 лет | Возраст<br>12-18 лет |                 |
| Салат овощной Свежесть                   | 100                 | 100                  | 91                  | 91                   | ТТК56           |
| Суп картофельный с рисом на к/б          | 250                 | 250                  | 226                 | 226                  | 204             |
| Филе рыбы запечённое                     | 100                 | 100                  | 169                 | 169                  | 488             |
| Картофельное пюре со<br>сливочным маслом | 180                 | 180                  | 153                 | 153                  | 694             |
| Чай с лимоном                            | 200                 | 200                  | 56                  | 56                   | 944             |
| Хлеб пшеничный в/с                       | 40                  | 40                   | 76                  | 76                   | ТТК78           |
| Хлеб ржаной                              | 40                  | 40                   | 84                  | 84                   | ТТК79           |
| Итого                                    | 910                 | 910                  | 855                 | 855                  |                 |



Организация осуществляющая  
питание ИП Юмагулова Я.С.

Юмагулова Я.С./



Утверждаю:  
МКОУ  
«Чернышковская СШ №2»  
Директор школы

/Соловьёв В.С.

**МКОУ «Чернышковская СШ №2»**

**Меню на 18 июля 2025 г.**

**Завтрак первая неделя пятый день**

| Наименование блюда            | Масса порции, г.    |                      | Калорийность, ккал. |                      | № рецепту<br>ры |
|-------------------------------|---------------------|----------------------|---------------------|----------------------|-----------------|
|                               | Возраст<br>7-11 лет | Возраст<br>12-18 лет | Возраст<br>7-11 лет | Возраст<br>12-18 лет |                 |
| Каша пшённая вязкая на молоке | 250                 | 250                  | 363                 | 363                  | 384             |
| Батончик вафельный            | 37                  | 37                   | 178                 | 178                  | ТТК86           |
| Чай чёрный с сахаром          | 200                 | 200                  | 56                  | 56                   | 943             |
| Яблоко                        | 100                 | 100                  | 44                  | 44                   | 847             |
| Хлеб пшеничный в/с            | 30                  | 30                   | 57                  | 57                   | ТТК78           |
| Итого                         | 617                 | 617                  | 698                 | 698                  |                 |

**Второй прием пищи ОБЕД**

| Наименование блюда                                 | Масса порции, г.    |                      | Калорийность, ккал. |                      | № рецепту<br>ры |
|----------------------------------------------------|---------------------|----------------------|---------------------|----------------------|-----------------|
|                                                    | Возраст<br>7-11 лет | Возраст<br>12-18 лет | Возраст<br>7-11 лет | Возраст<br>12-18 лет |                 |
| Салат из свежих помидоров и<br>огурцов             | 100                 | 100                  | 62                  | 62                   | 59              |
| Суп картофельный с горохом на<br>к/б               | 250                 | 250                  | 249                 | 249                  | 206             |
| Котлета куриная Приоскольская                      | 100                 | 100                  | 323                 | 323                  | ТТК138          |
| Макаронные изделия отварные<br>со сливочным маслом | 180                 | 180                  | 231                 | 231                  | 688             |
| Кисель плодово-ягодный                             | 200                 | 200                  | 127                 | 127                  | 883             |
| Хлеб пшеничный в/с                                 | 40                  | 40                   | 76                  | 76                   | ТТК78           |
| Хлеб ржаной                                        | 40                  | 40                   | 84                  | 84                   | ТТК79           |
| Итого                                              | 910                 | 910                  | 1152                | 1152                 |                 |