



Организация осуществляющая  
питание ИП Юмагулова Я.С.

Юмагулова Я.С./



Утверждаю:  
Директор школы

Соловьев В.С.

**МКОУ «Чернышковская СШ №2»**

**Меню на 26 декабря 2025 г.  
Завтрак вторая неделя пятый день**

| Наименование блюда        | Масса порции, г. |                   | Пищевые вещества, г |                  |                  |                   |                   |                   | Калорийность, ккал. |                   | № рецепта |
|---------------------------|------------------|-------------------|---------------------|------------------|------------------|-------------------|-------------------|-------------------|---------------------|-------------------|-----------|
|                           |                  |                   | Б                   | Ж                | У                | Б                 | Ж                 | У                 |                     |                   |           |
|                           | Возраст 7-11 лет | Возраст 12-18 лет | Возраст 7-11 лет    | Возраст 7-11 лет | Возраст 7-11 лет | Возраст 12-18 лет | Возраст 12-18 лет | Возраст 12-18 лет | Возраст 7-11 лет    | Возраст 12-18 лет |           |
| Салат из квашеной капусты | 100              | 100               | 1,6                 | 5                | 5.4              | 1,6               | 5                 | 5.4               | 73                  | 73                | 81        |
| Биточки из мяса птицы     | 100              | 100               | 19.2                | 4.9              | 11.1             | 19.2              | 4.9               | 11.1              | 165                 | 165               | ТТК 184   |
| Пюре картофельное         | 180              | 180               | 3.3                 | 5.4              | 22.8             | 3.3               | 5.4               | 22.8              | 153                 | 153               | 694       |
| Чай с сахаром и лимоном   | 200              | 200               | 0.5                 | 0.2              | 15,1             | 0.5               | 0.2               | 15,1              | 57                  | 57                | 944       |
| Хлеб пшеничный в/с        | 60               | 60                | 4.9                 | 0.8              | 21.7             | 4.9               | 0.8               | 21.7              | 114                 | 114               | ТТК 183   |
| Итого:                    | 640              | 640               | 29.5                | 16.3             | 76.1             | 29.5              | 16.3              | 76.1              | 562                 | 562               |           |

**Второй прием пищи (для детей с ОВЗ)**

| Наименование блюда | Масса порции, г. |                   | Пищевые вещества, г |                  |                  |                   |                   |                   | Калорийность, ккал. |                   | № рецепта |
|--------------------|------------------|-------------------|---------------------|------------------|------------------|-------------------|-------------------|-------------------|---------------------|-------------------|-----------|
|                    |                  |                   | Б                   | Ж                | У                | Б                 | Ж                 | У                 |                     |                   |           |
|                    | Возраст 7-11 лет | Возраст 12-18 лет | Возраст 7-11 лет    | Возраст 7-11 лет | Возраст 7-11 лет | Возраст 12-18 лет | Возраст 12-18 лет | Возраст 12-18 лет | Возраст 7-11 лет    | Возраст 12-18 лет |           |
| Фрукты свежие      | 140              | 140               | 0.6                 | 0.6              | 13.7             | 0.6               | 0.6               | 13.7              | 62                  | 62                | 847       |
| Всего за день:     | 780              | 780               | 30.1                | 16.9             | 89.8             | 30.1              | 16.9              | 89.8              | 624                 | 624               |           |