



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 11 марта 2026 г.

Завтрак первая неделя третий 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	
<i>Салат из квашеной капусты</i>	100	100	1,6	5	5,4	1,6	5	5,4	73	73	97
<i>Биточек куриный</i>	100	100	19.2	4.9	11.1	19.2	4.9	11.1	165	165	184
<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	180	180	8.9	8.1	42.5	8.9	8.1	42.5	279	279	43
<i>Чай с сахаром</i>	200	200	0	0	15,0	0	0	15,0	56	56	38
<i>Хлеб пшеничный в/с</i>	60	60	4.9	0.8	21.7	4.9	0.8	21.7	114	114	183
<b>Итого:</b>	640	640	34.6	18.8	95,7	34,6	18.8	95,7	687	687	

**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	
<i>Яблоко свежее</i>	100	100	0.4	0.4	9.8	0.4	0.4	9.8	44	44	36
<b>Итого за день</b>	740	740	35.0	19.2	105.2	35.0	19.2	105.2	731	731	