



Организация осуществляющая  
питание ИП Юмагулова Я.С.

Юмагулова Я.С./



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

/Соловьёв В.С

**МКОУ «Чернышковская СШ №2»**

Меню на 21 мая 2026 г.

Завтрак вторая неделя четвертый день

| Наименование блюда                 | Масса порции, г. |                   | Пищевые вещества, г |                  |                  |                   |                   |                   | Калорийность, ккал. |                   | № рецепта |
|------------------------------------|------------------|-------------------|---------------------|------------------|------------------|-------------------|-------------------|-------------------|---------------------|-------------------|-----------|
|                                    | Возраст 7-11 лет | Возраст 12-18 лет | 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 |                     |                   |           |
| <i>Салат из квашеной капусты</i>   | 100              | 100               | 1.6                 | 5.0              | 5.4              | 1.6               | 5.0               | 5.4               | 73                  | 73                | 97        |
| <i>Плов из мяса кур</i>            | 200              | 200               | 20.3                | 10.7             | 33.4             | 20.3              | 10.7              | 33.4              | 311                 | 311               | 41        |
| <i>Компот из смеси сухофруктов</i> | 200              | 200               | 0                   | 0                | 15.0             | 0                 | 0                 | 15.0              | 60                  | 60                | 32        |
| <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>                      | <b>560</b>       | <b>560</b>        | <b>26.8</b>         | <b>16.5</b>      | <b>75.5</b>      | <b>26.8</b>       | <b>16.5</b>       | <b>75.5</b>       | <b>558</b>          | <b>558</b>        |           |

Второй прием пищи (для детей с ОВЗ)

| Наименование блюда   | Масса порции, г. |                   | Пищевые вещества, г |                  |                  |                   |                   |                   | Калорийность, ккал. |                   | № рецепта |
|----------------------|------------------|-------------------|---------------------|------------------|------------------|-------------------|-------------------|-------------------|---------------------|-------------------|-----------|
|                      | Возраст 7-11 лет | Возраст 12-18 лет | 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 |                     |                   |           |
| <i>Яблоко свежее</i> | 100              | 100               | 0,4                 | 0,4              | 9,8              | 0,4               | 0,4               | 9,8               | 44                  | 44                | 36        |
|                      | 660              | 660               | 27.2                | 16.9             | 85.3             | 27.2              | 16.9              | 85.3              | 602                 | 602               |           |