

Утверждаю:
Индивидуальный предприниматель



Юмагулова Я.С.

Согласовано:
Директор МКОУ «Чернышковская» СШ



Соловьёв В.С.

МКОУ «Чернышковская СШ»

Меню на 29 сентября 2026 г.

Завтрак первая неделя второй 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	
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	250	2,9	6,4	20,4	2,9	6,4	20,4	151	151	369
Какао на молоке	200	200	2,8	3	20,7	2,8	3	20,7	121	121	239
Сдоба с творогом	100	100	15,8	13,2	18,6	15,8	13,2	18,6	256	256	87
Хлеб пшеничный в/с	60	60	4,9	0,8	21,7	4,9	0,8	21,7	114	114	183
Итого:	610	610	26,4	23,4	81,4	26,4	23,4	81,4	642	642	

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	
Яблоко свежее	100	100	0,4	0,4	9,8	0,4	0,4	9,8	44	44	36
	710	710	26,8	23,8	91,2	26,8	23,8	91,2	686	686	