Утверждаю:
Индивидуальный предприниматель

Юмагулова Я.С.

Согласовано:
Директор МКОУ «Чернышковская» СШ

Соловьёв В.С.

МКОУ «Чернышковская СШ»

Меню на 25 ноября 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	
Салат овощной Свежесть	*100*	*100*	*1,5*	*7,1*	*5,2*	*1,5*	*7,1*	*5,2*	*91*	*91*	56
Гуляш из свинины/курицы	*120*	*120*	*15,8*	*28*	*4,9*	*15,8*	*28*	*4,9*	*334*	*334*	80/90
Каша гречневая рассыпчатая	*180*	*180*	*8,7*	*7,3*	*41,4*	*8,7*	*7,3*	*41,4*	*266*	*266*	43
Чай с сахаром	*200*	*200*	*0*	*0*	*15*	*0*	*0*	*15*	*60*	*60*	38
Хлеб пшеничный в/с	*60*	*60*	*4,9*	*0,8*	*21,7*	*4.9*	*0,8*	*21,7*	*114*	*114*	183
Итого:	660	660	*30,9*	*43,2*	*88,2*	*30,9*	*43,2*	*88,2*	*865*	*865*	

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*
	760	*760*	*31,3*	*43,6*	*98*	*31,3*	*43,6*	*98*	*909*	*909*	