Утверждаю:
Индивидуальный предприниматель

Юмагулова Я.С.

Согласовано:
Директор МКОУ «Чернышковская» СШ

Соловьёв В.С.

МКОУ «Чернышковская СШ»

Меню на 01 октября 2026 г.

Завтрак первая неделя четвертый 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*	*97*
Биточек куриный	*100*	*100*	*14,8*	*24,4*	*4,7*	*14,8*	*24,4*	*4,7*	*298*	*298*	*184*
Макаронные изделия отварные	*180*	*180*	*5,9*	*6,5*	*35,8*	*5,9*	*6,5*	*35,8*	*225*	*225*	*30*
Компот из смеси сухофруктов	*200*	*200*	*0*	*0*	*15*	*0*	*0*	*15*	*60*	*60*	*32*
Хлеб пшеничный в/с	*60*	*60*	*4,9*	*0,8*	*21,7*	*4,9*	*0,8*	*21,7*	*114*	*114*	*183*
Итого:	*640*	*640*	*27,2*	*36,7*	*82,6*	*27,2*	*36,7*	*82,6*	*770*	*770*	

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*
	740	*740*	*27,6*	*37,1*	*92,4*	*27,6*	*37,1*	*92,4*	*814*	*814*	