Утверждаю:
Индивидуальный предприниматель



_____ Юмагулова Я.С.

Согласовано:
Директор МКОУ «Чернышковская» СШ



_____ Соловьёв В.С.

МКОУ «Чернышковская СШ»

Меню на 05 октября 2026 г.

Завтрак вторая неделя первый 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*
Котлета куриная Приоскольская	100	100	15	19,6	21,8	15	19,6	21,8	323	323	*138*
Каша гречневая рассыпчатая	180	180	8,7	7,3	41,4	8,7	7,3	41,4	266	266	*43*
Чай с сахаром и лимоном	200	200	0	0	15,1	0	0	15,1	61	61	*39*
Хлеб пшеничный в/с	60	60	4,9	0,8	21,7	4,9	0,8	21,7	114	114	*183*
Итого:	*640*	*640*	*30,2*	*32,7*	*105,4*	*30,2*	*32,7*	*105,4*	*837*	*837*	

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*	*30,6*	*33,1*	*115,2*	*30,6*	*33,1*	*115,2*	*881*	*881*	