

Директор СОШ

12

Подпись

Шокин СВ

Меню на «ДК» май 2026г

Возрастная категория 7-11 лет

Завтрак

| | Наименование блюда | Вес блюда, гр | белки | жиры | углеводы | Энерг. ценн. | № рецептур | |
|--|---|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|------------|--|
| | Каша вязкая молочная из пшениной крупы с маслом | 210 | 5,63 | 8,8 | 24,90 | 195,20 | 173 | |
| | Напиток кофейный на молоке | 200 | 3,60 | 2,67 | 29,20 | 155,20 | 379 | |
| | Яйцо вареное | 40 | 5,10 | 4,60 | 0,30 | 63 | 209 | |
| | Батон пшеничный в/с | 60 | 4,74 | 0,60 | 28,98 | 140,28 | к/к | |
| | Итого за завтрак | 510 | 19,07 | 16,67 | 83,38 | 553,68 | | |

Обед

| | Наименование блюда | Вес блюда | белки | жиры | углеводы | Энерг. ценн. | № рецептур | |
|--|-----------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|------------|--|
| | Суп картофельный с бобовыми | 200 | 2,12 | 4,22 | 13,06 | 107,80 | 102 | |
| | Кура отварная | 10 | 2,11 | 1,36 | 0,00 | 20,67 | 288 | |
| | Рассольник домашний | 210 | 4,2 | 4,07 | 10,2 | 95,6 | 95 | |
| | Плов из птицы | 200 | 18,12 | 17,73 | 42,00 | 411,55 | 291 | |
| | Салат из соленых огурцов | 60 | 0,52 | 3,07 | 1,57 | 35,88 | 17 | |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,04 | 0,00 | 24,76 | 94,20 | 349 | |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 46,76 | к/к | |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 91,96 | к/к | |
| | Итого за обед | 940 | 30,93 | 31,09 | 121,01 | 904,12 | | |

Получ. директор ШОШ

Камышев И.О.

ШОШ Камышев СВ

Меню на «04» мая 2026г

Возрастная категория с 12 лет и старше

Завтрак

| Наименование блюда | Вес блюда, г | белки | жиры | углеводы | Энерг. Ценн. | № рецептуры |
|---|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------------|
| Каша вязкая молочная из пшениной крупы с маслом | 260 | 7,64 | 12,97 | 82,65 | 389,11 | 173 |
| Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,68 | 0,28 | 17,98 | 77,12 | 8 |
| Яйцо вареное | 40 | 5,10 | 4,60 | 0,30 | 63 | 209 |
| Батон пшеничный в/с | 60 | 4,74 | 0,60 | 28,98 | 140,28 | к/к |
| Итого за завтрак | 560 | 18,16 | 18,45 | 129,91 | 669,51 | |

Обед

| Наименование блюда | Вес блюда | белки | жиры | углеводы | Энерг. Ценн. | № рецептуры |
|-----------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------------|
| Суп картофельный с бобовыми | 250 | 5,49 | 5,28 | 16,33 | 134,75 | 102 |
| Кура отварная | 10 | 2,11 | 1,36 | 0,00 | 20,67 | 288 |
| Рассольник домашний | 260 | 4,20 | 4,07 | 10,20 | 95,60 | 95 |
| Плов из птицы | 250 | 19,305 | 20,58 | 52,50 | 489,94 | 291 |
| Салат из соленых огурцов | 100 | 0,87 | 3,12 | 2,62 | 59,80 | 17 |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,04 | 0,00 | 24,76 | 94,20 | 349 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 46,76 | к/к |
| Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 91,96 | к/к |
| Итого за обед | 870 | 31,38 | 30,98 | 125,63 | 938,08 | |

Шокина В.В.

Получено директором

Климова