Утверждаїє ть Директору́ООО "Гурман Х. С. V. чейряє

## Меню 24.11.2025

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО2(В-Л) Недел		Неделя:	2		День: понедельний 15		
Sec. Ones	-2731		Пи	щевые веще	Энерге-	Nr.	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецентура
Завтрак 7-11							
	Суп молочный с крупой	200	4,8	5	16,44	130	140,01
	Какао с молоком	200	3,8	3,9	26,0	154	462
	Бутерброд с маслом	50/10	2,86	10,57	21,27	179,43	70.03
	Яйцо варенное	40	5,08	4,6	0,28	62,8	1 156
Итого за Зав	трак 7-11	500	24,10	24,10	63,94	526,15	
Обед 7-11							
	Свекла с растительным маслом	60	0,86	3,05	5,7	45,21	45,01
	Суп картофельный с крупой	200	2,41	4,02	17,41	137,8	114,02
	Капуста тушеная с мясом.	200	5,24	8,15	28,90	281,94	54,01
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	20,1	84	495
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573
	Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,33	574,05
Итого за Обе	д 7-11	750	18,24	16,72	113,9	827,28	
Итого за ден	b	1 240	23,51	24,02	136,01	867,18	

Памаля вини	Нешина 5-1	Dan 5-11-11	Пи	щевые веще	ства	Энерге-	рецептуры
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая	
Обед 7-11							
	Свекла с растительным маслом	60					45,01
	Суп картофельный с крупой	200	2,41	4,02	7,84	78,2	1 4,02
	Капуста тушеная с мясом.	200	0,41	0,03	5,23	23,22	54.01
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	20,1	84	495
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573
	Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,33	574,0t
Итого за Обе	д 7-11	750	12,55	5,55	84,5	463,75	
Полдник 7-11							
	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	460,00
	Булочка домашняя	100	4,2	6,7	27,8	189	542,0
	Яйцо варенное	40					1 156
Итого за Пол	дник 7-11	340	5,8	8	39,3	253	
Итого за ден		1 090	18,35	13,55	123,8	716,75	

Технолог

Меню 24.11.2025

Утверждаю Директор ООО "Гурман ХСМУжиг Ба

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО1		Неделя: 2	2	День: понедельник				
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пи	щевые веще	ства	Энерге- п		
прием пищи	Паименование олюда	Вес олюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая	рецэптуры	
Завтрак 12+								
	Суп молочный с крупой	250	6	6,25	20,55	162,5	140,05	
	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94	462	
	Бутерброд с маслом	50/10	2,86	10,57	21,27	179,43	70.03	
	Яйцо варенное	40					1 156	
Итого за Завтрак 12+		550	12,16	19,72	55,62	435,93		
Обед 12+								
	Свекла с растительным маслом	100				100000	45,02	
	Суп картофельный с крупой	250	3,01	5,03	9,8	97,75	114	
	Капуста тушеная с мясом.	230	0,47	0,04	6,02	26,71	54.06	
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	20,1	84	495	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573	
	Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,33	574,01	
Итого за Обе	д 12+	870	13,21	6,57	87,25	486,79		
Итого за ден	Ь	1 410	25,37	26,29	142,87	922,72		

2-я	CM	ена

Приом виши	Наименероние блюте	Boo STIOTO	Пи	щевые веще	ства	Энерге-	Ns
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая	рецептуры
Обед 12+				48 100			
	Свекла с растительным маслом	100					45.02
	Суп картофельный с крупой	250	3,01	5,03	9,8	97,75	114
	Капуста тушеная с мясом.	230	0,47	0,04	6,02	26,71	54.06
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	20,1	84	495
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573
	Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,33	5''4,0!
Итого за Обе	д 12+	870	13,21	6,57	87,25	486,79	
Полдник 12+							
	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	460,00
	Булочка домашняя	100	4,2	6,7	27,8	189	542,0
	Яйцо варенное	40					1 156
Итого за Пол	дник 12+	340	5,8	8	39,3	253	
Итого за ден	ь	1 210	19,01	14,57	126,55	739,79	

Технолог

Ohn





Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО2(В-Л)		Неделя: 2	День: вторник продел						
Прием пищи	Наименование блюда		Пи	щевые веще	Энерге-				
		Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептура		
Завтрак 7-11									
	Каша ячневая вязкая молочная	200	7,12	6,79	38,99	247	79		
	Кофейный напиток	200	1,4	1,2	11,4	66	464,00		
	Бутерброд с сыром	40/10	4,55	6,83	6,48	105,88	€4,04		
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	5 74,08		
Итого за Зав	трак 7-11	500	17,07	15,57	76,92	521,88			
Обед 7-11									
	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1	43	1		
	Салат из квашеной капусты с луком	60	1,92	0,12	6,24	32,4	9,04		
	Борщ с капустой и картофелем	200	5,56	7,62	5,89	114,36	95,12		
	Пюре картофельное	150	2,7	4	5,8	70	3-7,0-		
	Котлета из птицы	90	15,82	55,88	14,79	288,98	1 095,03		
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573		
V4	Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,33	514,05		
<b>Ітого за Обе</b>	д 7-11	790	35,63	69,12	94,15	827,07			
Итого за ден	5	1 290	52,7	84,69	171,07	1348,95			

Прием пищи	Наименование блюда	Ban Savasa	Пи	щевые веще	тва	Энерге- тическая	Ns peq:rinyasi
присм пищи		Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы		
Обед 7-11						·	
	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1	43	1
	Салат из квашеной капусты с луком	60	1,92	0,12	6,24	32,4	9,04
	Борщ с капустой и картофелем	200	5,56	7,62	5,89	114,36	95,12
	Пюре картофельное	150	2,7	4	5,8	70	377,0
	Котлета из птицы	90	15,82	55,88	14,79	288,98	1 095,03
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573
	Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,33	574.05
Итого з <mark>а Обе</mark>	д 7-11	790	35,63	69,12	94,15	827,07	
Полдник 7-11							
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Шанежка наливная	100	7,6	6,8	41,8	260	538.01
<b>Итого за</b> Пол,	дник 7-11	300	7,8	6,9	51,1	298	
Итого за день	<b>.</b>	1 090	43,43	76,02	145,25	1125,07	

Технолог

n

Меню 25.11.2025

Утверждаю Директор ООО "Гугійан С мусиров

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО1		Неделя:	2	День: вторник				
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюла	Пищевые вещества			Энерге-		
присм пищи		Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая	рецептуры	
Завтрак 12+								
	Каша ячневая вязкая молочная	250	8,9	8,49	48,74	308,75	79.06	
	Кофейный напиток	200	1,4	1,2	11,4	66	464,00	
	Бутерброд с сыром	40/10	4,55	6,83	6,48	105,88	64,04	
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	5 '4,01	
Итого за Завтрак 12+		550	18,85	17,27	86,67	583,63		
Обед 12+					1			
	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1	43	1	
	Салат из квашеной калусты с луком	100	3,2	0,2	10,4	54	9	
	Борщ с капустой и картофелем	200	5,56	7,62	5,89	114,36	95.12	
	Пюре картофельное	180	5,24	6,8	7,99	98	377,05	
	Котлета из птицы (кор)	100	17,58	62,09	16,44	321,09	1 095,04	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573	
	Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,33	574,05	
Итого за Обе	д 12+	870	41,21	78,21	102,15	908,78		
Итого за ден	Ь	1 420	60,06	95,48	188,82	1492,41		
							The second second	

#### 2-я смена

Прием пищи	Hausananan Saraa	Вес блюда	Пи	щевые веще	ства	тическая	№ рецептуо н
, грисм пищи	Наименование блюда		Белки	Жиры	Углеводы		
Обед 12+							
	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1	43	1
	Салат из квашеной капусты с луком	100	3,2	0,2	10,4	54	9
	Борщ с капустой и картофелем	200	5,56	7,62	5,89	114,36	95,12
	Пюре картофельное	180	5,24	6,8	7,99	98	377,05
	Котлета из птицы	100	17,58	62,09	16,44	321,09	1 095,04
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573
	Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,33	574,05
Итого за Об <b>е</b>	д 12+	870	41,21	78,21	102,15	908,78	
Полдник 12+							
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Шанежка наливная	100	7,6	6,8	41,8	260	538.01
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573
Итого за Пол	дник 12+	350	11,6	7,3	75,7	439	in (m.n.m.), 2 444 p
Итого з <mark>а ден</mark> і	5	1 220	52,81	85,51	177,85	1347,78	

Технолог

### Меню 26.11.2025

NCKAR
Утверждаю
Дирентор ООО "Гурман-
TINATI
AND 15
15 108

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО2		Неделя: 2	2	День: среда					
			Пи	щевые веще	ства	3hepre-			
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептура		
Завтрак 7-11									
	Суп молочный с крупой	200	4,8	5	16,44	130	1/40,01		
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457		
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	5 '4.08		
	Бутерброд с маслом	40/10	2,86	10,57	21,27	179,43	70,03		
	Яблоко	200	0,57	0,57	14	62,86	82,31		
Итого за Завт	трак 7-11	700	12,43	16,99	81,06	513,29			
Обед 7-11						·			
	Винегрет с растительным маслом	60	0,95	3,98	5,31	61	39		
	Суп овсяный с мелкошинкованными	200	2,23	3,67	11,75	89,76	46		
	овощами								
	Макаронные изделия отварные	150	3,7	3,3	19,7	123	256,01		
	Котлета московская	90	8,88	11,57	9,25	298,54	111,01		
	Отвар шиповника	200	0,68		4,30	22,00	1 1.00		
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573		
	Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,33	5''4,05		
Итого за Обе,	д 7-11	790	24,89	23,92	97,34	850,63			
Итого за дені	ь	1 490	37,32	40,91	178,4	1363,92			

Прием пищи	Наименование блюда	Poo Smore	Пи	щевые веще	ства	Энерге-	NS.
присм пищи	паименование олюда	Вес блюда -	Белки	Жиры	Углеводы	тическая	рецептуры
Обед 7-11							
	Винегрет с растительным маслом	60	0,95	3,98	5,31	61	39
	Суп овсяный с мелкошинкованными	200	2,23	3,67	11,75	89,76	48
	Макаронные изделия отварные	150	3,7	3,3	19,7	123	256,01
	Котлета московская	90	8,88	11,57	9,25	298,54	111,01
	Отвар шиповника	200	0,68		4,30	22,00	171,00
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573
	Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,33	574,05
Итого за Обе	д 7-11	790	24,89	23,92	97,34	850,63	
Полдник 7-11							
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Печенье	50	3,75	4,9	31,2	207,5	582,03
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44	82:
Итого за Пол	дник 7-11	350	4,35	5,4	50,3	289,5	
Итого за дені	Ь	995	29,24	29,32	147,64	1140,13	

Технолог (Ли

Утверждаю Директор ООО "Гуруанн С МУ-мГ

## Меню 26.11.2025

Рацион: МБС	Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО1		2	День: среда 780000				
Приом виши	Наименование блюда	Pag Strong	Пи	щевые веще	ства	Знерге	1	
Прием пищи	паименование олюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая	рецегитура	
Завтрак 12+								
	Суп молочный с крупой	250	6	6,25	20,55	162,5	140,08	
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457	
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	574,08	
	Бутерброд с маслом	40/10	2,86	10,57	21,27	179,43	70,03	
	Фрукты	140	0,4	0,4	9,8	44	82,01	
Итого за Зав	трак 12+	690	13,46	18,07	80,97	526,93		
Обед 12+					1			
	Винегрет с растительным маслом	100	1,58	6,64	8,84	101	39	
	Суп овсяный с мелкошинкованными	250	2,19	3,6	11,52	88	46	
	Макаронные изделия отварные	180	3,33	2,97	17,73	110,7	256,04	
	Котлета московская	100	9,87	12,85	10,28	331,71	111,15	
	Отвар шиповника	200	0,68		4,30	22,00	1 1.00	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573	
	Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,33	5''4.0!	
Ітого за Обе	Д 12+	920	26,1	27,46	99,7	909,74		
Итого за день		1 610	39,56	45,53	180,67	1436,67		

2-я	CMG	SH2

Прием виши	Наименование блюда	Boo Strong	Пи	щевые веще	ства	Энерге-	Ne
Прием пищи	паименование олюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая	рецептуры
Обед 12+							
	Винегрет с растительным маслом	100	1,58	6,64	8,84	101	39
	Суп овсяный с мелкошинкованными	250	2,19	3,6	11,52	88	46
	Макаронные изделия отварные	180	3,33	2,97	17,73	110,7	256,04
	Отвар шиповника	200	0,68		4,30	22,0	1 1,00
	Котлета московская	100	9,87	12,85	10,28	331,71	1 1.15
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573
	Хлеб ржаной	40	5,33	_ 1	26,73	137,33	574,0t
Итого за Обе	д 12+	920	26,1	27,46	99,7	909,74	
Полдник 12+							
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Печенье	100	7,5	9,8	74,4	415	582
	Фрукты	200	0,57	0,57	14	62,86	82,31
Итого за Пол	дник 12+	500	8,27	10,47	97,7	515,86	
Итого за день		1 420	34,37	37,93	197,4	1425,6	

Технолог

An

Утверждаю Директор ООО "Гурман. Х.С.Муниров

## Меню 27.11.2025

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО2		Неделя:	2	День: четверс				
Прилом пини	Наименование блюда	D 6	Пи	щевые веще	ства	Энерге	3 1 No.	
Прием пищи		Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая: <sub>л</sub> ценность	penanny):	
Завтрак 7-11				<u>.                                    </u>	1			
	Каша манная молочная	200	10,18	11,88	35,23	286,77	6.1	
	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	460	
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	5''4.08	
	Бутерброд с сыром	40/10	4,55	6,83	6,48	105,88	€ 4.1)4	
Итого за Завт	грак 7-11	500	20,33	20,76	73,26	559,65	100000	
Обед 7-11								
	Салат картофельный с огурцами	60	1,26	3,78	4,92	58,8	43.01	
	солеными							
	Рассольник ленинградский	200	8,65	12,06	6,94	182,8	100,0€	
	Рыба тушенная с овощами	125	12,2	6,8	3,8	125,4	41.01	
	Каша рисовая вязкая	150	2,27	2,97	23,61	130,24	2 8,14	
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	20,1	84	495	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573	
	Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,33	574,08	
итого за Обе	д 7-11	825	34,11	27,11	110,7	859,57		
Итого за день		1 325	54,44	47,87	183,96	1419,22		

Приом пиши	Нешини была	Pag 6 maga	Пи	щевые веще	ства	Энерге- тическая	рецапту)ы рецаптуры
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы		
Обед 7-11							
	Салат картофельный с огурцами	60	1,26	3,78	4,92	58,8	43,01
	Рассольник ленинградский	200	8,65	12,06	6,94	182,8	100,0€
	Рыба тушенная с овощами	125	12,2	6,8	3,8	125,4	41,01
	Каша рисовая вязкая	150	2,27	2,97	23,61	130,24	218,14
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	20,1	84	495
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573
	Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,33	574,05
Итого за Обе		825	34,11	27,11	110,7	859,57	
Полдник 7-11							
	Чай с лимоном	200	0,3	0,1	9,5	40	459
	Ватрушки с повидлом	50	2,33	0,93	25,2	110,67	530,05
	Бутерброд с маслом	40/10	2,86	10,57	21,27	179,43	70,03
Итого за Пол	дник 7-11	300	5,49	11,6	55,97	330,1	
Итого за дені	о за день		39,6	38,71	166,67	1189,67	

Технолог

Утверждаю Дирактор ООО "Гурман Х.С.Мучиров

Меню 27.11.2025

Рацион: МБС	ру скоши чго1	Неделя:		11.2025	День:	День: четвёрг		
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-	10/ Me	
прием пищи	Паименование олюда	Бес олюда	Белки	Жиры	Углеводы 🔪	тическая	DEM SULABOR	
Завтрак 12+						ZMYP.	/	
	Каша манная молочная	250	12,73	14,85	44,04	358,46	6,16	
	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	460	
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	5~4,08	
	Бутерброд с сыром	40/10	4,55	6,83	6,48	105,88	64.04	
Итого за Зав	трак 12+	550	22,88	23,73	82,07	631,34		
Обед 12+				I				
	Салат картофельный с огурцами	100	2,1	6,3	8,2	98	43	
	Рассольник ленинградский	250	14,56	15,08	8,68	228,5	100,01	
	Рыба тушенная с овощами	100	9,76	5,44	3,04	100,32	41,03	
	Каша рисовая вязкая	200	3,02	3,96	32,47	174,66	218,15	
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	20,1	84	495	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573	
	Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,33	5 74,05	
Итого за Обед 12+ Итого за день		940	39,17	32,28	123,82	963,81		
		1 490	62,05	56,01	205,89	1595,15		

2	-Я	C	м	е	н	а

Приом дини	Наиманарания была	Poo Seroso	Пи	щевые веще	ства	Энерге-	No
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая	рецептуры
Обед 12+						·	
	Салат картофельный с огурцами	100	2,1	6,3	8,2	98	43
	Рассольник ленинградский	250	14,56	15,08	8,68	228,5	100.01
	Рыба тушенная с овощами	100	9,76	5,44	3,04	100,32	41.03
	Каша рисовая вязкая	200	3,02	3,96	32,47	174,66	2 8,15
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	20,1	84	495
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573
	Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,33	574,05
Итого за Обе	д 12+	940	39,17	32,28	123,82	963,81	
Полдник 12+							
	Чай с лимоном	200	0,3	0,1	9,5	40	459
	Ватрушки с повидлом	100	4,67	6	61	289	530,02
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573
Итого за Пол	дник 12+	350	8,77	6,5	95,1	470	
Итого за день		1 290	47,94	38,78	218,92	1433,81	

Технолог

Ju

# Утверждаю Директор ООО "Гур или Слугия

#### Меню 28.11.2025

Рацион: МБС	ацион: МБОУ СКОШИ ЧГО2		2 День: пятница (1000000000000000000000000000000000000					
		5	Пи	щевые веще	ства	Энергеу д	Y P NS	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептура	
Завтрак 7-11					4			
	Суп молочный с вермишелью	200	5,58	6,12	19,73	156,10	140,0	
	Кофейный напиток	200	1,4	1,2	11,4	66	464,00	
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	5 4.08	
	Бутерброд с сыром	40/10	4,55	6,83	6,48	105,88	64.04	
	Яблоко	200	0,57	0,57	14	62,86	82,31	
<b>Итого за Зав</b> т	грак 7-11	700	20,3	19,90	74,10	560,98		
Обед 7-11								
	Салат картофельный с зеленым	60	1,5	3,78	4,98	60	42,02	
	горошком				1.15			
	Рассольник ленинградский	200	8,65	12,06	6,94	182,8	100.00	
	Каша гречневая вязкая	150	4,53	9,62	23,56	170,78	2 3,05	
	Тефтели мясные с рисом паровые	90	11,94	12,68	5,64	185	3,06	
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	20,1	84	495	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573	
	Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,33	574,0	
<mark>1того за Обе</mark> ,	д 7-11	790	36,35	39,64	112,55	960,91		
Итого за день		1 490	57,05	60,87	199,71	1585,42		

Прием пищи	Наименование блюда	Pag 5-19-0	Пи	щевые веще	ства	Энерге-	Nº.
прием пищи	Паименование олюда	Вес блюда -	Белки	Жиры	Углеводы	тическая	рецептуры
Обед 7-11							
	Салат картофельный с зеленым	60	1,5	3,78	4,98	60	42,02
	Рассольник ленинградский	200	8,65	12,06	6,94	182,8	100,0€
	Каша гречневая вязкая	150	4,53	9,62	23,56	170,78	213,05
	Тефтели мясные с рисом паровые	90	11,94	12,68	5,64	185	3,06
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	20,1	84	495
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573
	Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,33	574,05
Итого за Обе	д 7-11	790	36,35	39,64	112,55	960,91	
Полдник 7- <mark>1</mark> 1							
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44	32
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	<b>457</b>
	Булочка домашняя	50	4,1	3,35	17,9	94,5	542,02
Итого за Пол	того за Полдник 7-11		4,7	3,85	37	176,5	
Итого за дені	того за день		41,05	43,49	149,55	1137,41	

Технолог

Согласовано Е.М.Вахрушева Дирейтор МБОУ СКОШИ ЧГО

Меню 28.11.2025

Утверждею Dupertop OOO "Fyrman X.C.Myrmos

Рацион: МБС	У СКОШИ ЧГО1	Неделя:	2	День патиица					
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пи	щевые веще	ства	Энерге	67		
прием пищи	Паименование олюда	Dec onloga	Белки	Жиры	Углеводы	Тическая	<b>Трецеппу</b> ры		
Завтрак 12+									
	Каша манная молочная	250	12,73	14,85	44,04	358,46	6,16		
	Кофейный напиток	200	1,4	1,2	11,4	66	464.00		
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	5 '4.CE		
	Бутерброд с сыром	40/10	4,55	6,83	6,48	105,88	€4.04		
	Яблоко	140	0,4	0,4	9,8	44	82.01		
Итого за Зав	грак 12+	690	23,08	24,03	91,77	677,34			
Обед 12+									
	Салат картофельный с зеленым	100	2,5	6,3	8,3	100	42		
	Рассольник ленинградский	250	14,56	15,08	8,68	228,5	100,01		
	Каша гречневая вязкая	180	5,83	6,74	28,27	204,94	213,04		
	Тефтели мясные с рисом паровые	100	13,26	14,09	6,27	205	3,04		
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	20,1	84	495		
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573		
	Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,33	574,05		
<b>Итого за Обе</b> ,	g 12+	920	45,88	43,71	122,95	1100,77	-246.00		
<b>Итого за ден</b> і		1 610	68,96	67,74	214,72	1778,11			

2-	Я	CI	M B	Н	а

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-	.VE
			Белки	Жиры	Углеводы	тическая	рецептуры
Обед 12+		-					
	Салат картофельный с зеленым	100	2,5	6,3	8,3	100	42.
	Рассольник ленинградский	250	14,56	15,08	8,68	228,5	100,01
	Каша гречневая вязкая	180	5,83	6,74	28,27	204,94	213,04
	Тефтели мясные с рисом паровые	100	13,26	14,09	6,27	205	3,04
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	20,1	84	495
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	141	573
	Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,33	574,05
Итого за Обед 12+		920	45,88	43,71	122,95	1100,77	
Полдник 12+							
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Булочка домашняя	100	4,2	6,7	27,8	189	5/42,01
	Фрукты	140	0,4	0,4	9,8	44	82 01
Итого за Полдник 12+		440	4,8	7,2	46,9	271	
Итого за день		1 360	50,68	50,91	169,85	1371,77	

Технолог