

Согласовано  
Директор МБОУ СКОШИ ЧГО  
Е.М.Вахрушева

Утверждаю  
Директор ООО "Гурман"  
И.С.Мушкетер

## Меню 24.11.2025

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО2(В-Л)

Неделя: 2

День: понедельник 15

| Прием пищи         | Наименование блюда           | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------|------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|
|                    |                              |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |             |
| 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 Завтрак 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                   | 1 4,02      |
|                    | 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                  | 574,01      |
| Итого за Обед 7-11 |                              | 750       | 18,24            | 16,72 | 113,9    | 827,28                  |             |
| Итого за день      |                              | 1 240     | 23,51            | 24,02 | 136,01   | 867,18                  |             |

| Прием пищи            | Наименование блюда           | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая | № рецептуры |
|-----------------------|------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------|-------------|
|                       |                              |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                |             |
| 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         | 574,01      |
| Итого за Обед 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             | 460,01      |
|                       | Булочка домашняя             | 100       | 4,2              | 6,7   | 27,8     | 189            | 542,01      |
|                       | Яйцо варенное                | 40        |                  |       |          |                | 1 156       |
| Итого за Полдник 7-11 |                              | 340       | 5,8              | 8     | 39,3     | 253            |             |
| Итого за день         |                              | 1 090     | 18,35            | 13,55 | 123,8    | 716,75         |             |

Технолог

А.Я.Мансурова

Согласовано  
Директор МБОУ СКОШИ ЧГО  
Е.М.Вахрушева

Меню 24.11.2025



Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО1

Неделя: 2

День: понедельник

| Прием пищи    | Наименование блюда           | Вес блюда | Пищевые вещества |        |          | Энергетическая | № рецептуры |
|---------------|------------------------------|-----------|------------------|--------|----------|----------------|-------------|
|               |                              |           | Белки            | Жиры   | Углеводы |                |             |
| Завтрак 12+   | Суп молочный с крупой        | 250       | 6                | 6,25   | 20,55    | 162,5          | 140,08      |
|               | 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        |                  |        |          |                | 1156        |
|               | Итого за Завтрак 12+         | 550       | 12,16            | 19,72  | 55,62    | 435,93         |             |
| Обед 12+      | 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         | 574,08      |
|               | Итого за Обед 12+            | 870       | 13,21            | 6,57   | 87,25    | 486,79         |             |
| Итого за день | 1 410                        | 25,37     | 26,29            | 142,87 | 922,72   |                |             |

2-я смена

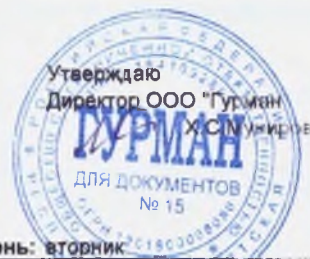
| 1-я смена            |                              |           |                  |       |          |                |             |
|----------------------|------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------|-------------|
| Прием пищи           | Наименование блюда           | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая | № рецептуры |
|                      |                              |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                |             |
| Обед 12+             |                              |           |                  |       |          |                |             |
|                      | 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         | 574,08      |
| Итого за Обед 12+    |                              | 870       | 13,21            | 6,57  | 87,25    | 486,79         |             |
| Полдник 12+          |                              |           |                  |       |          |                |             |
|                      | Чай с молоком                | 200       | 1,6              | 1,3   | 11,5     | 64             | 460,08      |
|                      | Булочка домашняя             | 100       | 4,2              | 6,7   | 27,8     | 189            | 542,08      |
|                      | Яйцо варенное                | 40        |                  |       |          |                | 1156        |
| Итого за Полдник 12+ |                              | 340       | 5,8              | 8     | 39,3     | 253            |             |
| Итого за день        |                              | 1 210     | 19,01            | 14,57 | 126,55   | 739,79         |             |

Технолог

А.Я.Мансурова

Согласовано  
Директор МБОУ СКОШИ ЧГО  
Е.М.Вахрушева

## Меню 25.11.2025



Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО2(В-Л)

Неделя: 2

День: вторник

| Прием пищи         | Наименование блюда                | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------|-----------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|
|                    |                                   |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |             |
| 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                  | 64,04       |
|                    | Хлеб ржаной                       | 50        | 4                | 0,75  | 20,05    | 103                     | 574,00      |
|                    | Итого за Завтрак 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                      | 377,00      |
|                    | Котлета из птицы                  | 90        | 15,82            | 55,88 | 14,79    | 288,98                  | 1 095,00    |
|                    | Хлеб пшеничный                    | 50        | 3,8              | 0,4   | 24,6     | 141                     | 573         |
|                    | Хлеб ржаной                       | 40        | 5,33             | 1     | 26,73    | 137,33                  | 574,00      |
| Итого за Обед 7-11 | 790                               | 35,63     | 69,12            | 94,15 | 827,07   |                         |             |
| Итого за день      |                                   | 1 290     | 52,7             | 84,69 | 171,07   | 1348,95                 |             |

| Прием пищи            | Наименование блюда                | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая | № рецептуры |
|-----------------------|-----------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------|-------------|
|                       |                                   |           | 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             | 377,00      |
|                       | Котлета из птицы                  | 90        | 15,82            | 55,88 | 14,79    | 288,98         | 1 095,00    |
|                       | Хлеб пшеничный                    | 50        | 3,8              | 0,4   | 24,6     | 141            | 573         |
|                       | Хлеб ржаной                       | 40        | 5,33             | 1     | 26,73    | 137,33         | 574,00      |
| Итого за Обед 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            | 538,00      |
| Итого за Полдник 7-11 |                                   | 300       | 7,8              | 6,9   | 51,1     | 298            |             |
| Итого за день         |                                   | 1 090     | 43,43            | 76,02 | 145,25   | 1125,07        |             |

Технолог

А.Я.Мансурова



Согласовано  
Директор МБОУ СКОШИ ЧГО  
Е.М.Вахрушева

Утверждаю  
Директор ООО "Турман"  
Х.С.Мамидов

## Меню 25.11.2025

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО1

Неделя: 2

День: вторник

| Прием пищи           | Наименование блюда                | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая | № рецептуры |
|----------------------|-----------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------|-------------|
|                      |                                   |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                |             |
| 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             | 404,00      |
|                      | Бутерброд с сыром                 | 40/10     | 4,55             | 6,83  | 6,48     | 105,88         | 64,04       |
|                      | Хлеб ржаной                       | 50        | 4                | 0,75  | 20,05    | 103            | 574,00      |
| Итого за Завтрак 12+ |                                   | 550       | 18,85            | 17,27 | 86,67    | 583,63         |             |
| 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             | 377,00      |
|                      | Котлета из птицы (кор)            | 100       | 17,58            | 62,09 | 16,44    | 321,09         | 1095,04     |
|                      | Хлеб пшеничный                    | 50        | 3,8              | 0,4   | 24,6     | 141            | 573         |
| Хлеб ржаной          | 40                                | 5,33      | 1                | 26,73 | 137,33   | 574,00         |             |
| Итого за Обед 12+    |                                   | 870       | 41,21            | 78,21 | 102,15   | 908,78         |             |
| Итого за день        |                                   | 1 420     | 60,06            | 95,48 | 188,82   | 1492,41        |             |

2-я смена

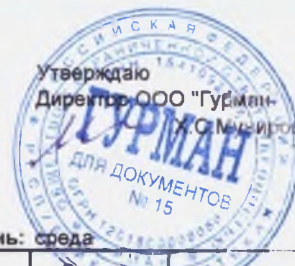
| Прием пищи           | Наименование блюда                | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | № рецептурной |
|----------------------|-----------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|---------------|
|                      |                                   |           | 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                      | 377,00        |
|                      | Котлета из птицы                  | 100       | 17,58            | 62,09 | 16,44    | 321,09                  | 1095,04       |
|                      | Хлеб пшеничный                    | 50        | 3,8              | 0,4   | 24,6     | 141                     | 573           |
| Хлеб ржаной          | 40                                | 5,33      | 1                | 26,73 | 137,33   | 574,00                  |               |
| Итого за Обед 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                     | 538,00        |
|                      | Хлеб пшеничный                    | 50        | 3,8              | 0,4   | 24,6     | 141                     | 573           |
| Итого за Полдник 12+ |                                   | 350       | 11,6             | 7,3   | 75,7     | 439                     |               |
| Итого за день        |                                   | 1 220     | 52,81            | 85,51 | 177,85   | 1347,78                 |               |

Технолог

А.Я.Мансурова

Согласовано  
Директор МБОУ СКОШИ ЧГО  
Е.М.Вахрушева

## Меню 26.11.2025



Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО2

Неделя: 2

День: среда

| Прием пищи            | Наименование блюда                      | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-----------------------|-----------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|
|                       |                                         |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |             |
| Завтрак 7-11          |                                         |           |                  |       |          |                         |             |
|                       | Суп молочный с крупой                   | 200       | 4,8              | 5     | 16,44    | 130                     | 140,01      |
|                       | Чай с сахаром                           | 200       | 0,2              | 0,1   | 9,3      | 38                      | 457         |
|                       | Хлеб ржаной                             | 50        | 4                | 0,75  | 20,05    | 103                     | 574,01      |
|                       | Бутерброд с маслом                      | 40/10     | 2,86             | 10,57 | 21,27    | 179,43                  | 70,03       |
|                       | Яблоко                                  | 200       | 0,57             | 0,57  | 14       | 62,86                   | 62,31       |
| Итого за Завтрак 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 овощами | 200       | 2,23             | 3,67  | 11,75    | 89,76                   | 46          |
|                       | 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                   | 111,01      |
|                       | 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 Обед 7-11    |                                         | 790       | 24,89            | 23,92 | 97,34    | 850,63                  |             |
| Итого за день         |                                         | 1 490     | 37,32            | 40,91 | 178,4    | 1363,92                 |             |

| Прием пищи            | Наименование блюда              | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая | № рецептур |
|-----------------------|---------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------|------------|
|                       |                                 |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                |            |
| 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         |
|                       | 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          | 111,00     |
|                       | 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 Обед 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          | 582,06     |
|                       | Яблоко                          | 100       | 0,4              | 0,4   | 9,8      | 44             | 82         |
| Итого за Полдник 7-11 |                                 | 350       | 4,35             | 5,4   | 50,3     | 289,5          |            |
| Итого за день         |                                 | 995       | 29,24            | 29,32 | 147,64   | 1140,13        |            |

Технолог

А.Я.Мансурова

Согласовано  
Директор МБОУ СКОШИ ЧГО  
Е.М.Вахрушева

Утверждаю  
Директор ООО "Гурман"  
А.С.Мансурова  
ДОКУМЕНТ  
№ 15

## Меню 26.11.2025

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО1

Неделя: 2

День: среда

| Прием пищи    | Наименование блюда              | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая | рецептуры |
|---------------|---------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------|-----------|
|               |                                 |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                |           |
| Завтрак 12+   | Суп молочный с крупой           | 250       | 6                | 6,25  | 20,55    | 162,5          | 140,04    |
|               | Чай с сахаром                   | 200       | 0,2              | 0,1   | 9,3      | 38             | 457       |
|               | Хлеб ржаной                     | 50        | 4                | 0,75  | 20,05    | 103            | 574,06    |
|               | 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 Завтрак 12+            | 690       | 13,46            | 18,07 | 80,97    | 526,93         |           |
| 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    |
|               | Котлета московская              | 100       | 9,87             | 12,85 | 10,28    | 331,71         | 111,15    |
|               | Отвар шиповника                 | 200       | 0,68             |       | 4,30     | 22,00          | 111,00    |
|               | Хлеб пшеничный                  | 50        | 3,8              | 0,4   | 24,6     | 141            | 573       |
|               | Хлеб ржаной                     | 40        | 5,33             | 1     | 26,73    | 137,33         | 574,06    |
|               | Итого за Обед 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 смена

| Прием пищи        | Наименование блюда              | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая | № рецептуры |
|-------------------|---------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------|-------------|
|                   |                                 |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                |             |
| 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           | 111,00      |
|                   | Котлета московская              | 100       | 9,87             | 12,85 | 10,28    | 331,71         | 111,15      |
|                   | Хлеб пшеничный                  | 50        | 3,8              | 0,4   | 24,6     | 141            | 573         |
|                   | Хлеб ржаной                     | 40        | 5,33             | 1     | 26,73    | 137,33         | 574,06      |
| Итого за Обед 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 Полдник 12+            |           | 500              | 8,27  | 10,47    | 97,7           | 515,86      |
| Итого за день     |                                 | 1 420     | 34,37            | 37,93 | 197,4    | 1425,6         |             |

Технолог

А.Я.Мансурова



Согласовано  
Директор МБОУ СКОШИ ЧГО  
Е.М.Вахрушева

Утверждаю  
Директор ООО "Гурман"  
Х.С.Муниров

## Меню 27.11.2025

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО2

Неделя: 2

День: четверг

| Прием пищи            | Наименование блюда                     | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность | рецептура |
|-----------------------|----------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|-----------|
|                       |                                        |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |           |
| Завтрак 7-11          |                                        |           |                  |       |          |                         |           |
|                       | Каша манная молочная                   | 200       | 10,18            | 11,88 | 35,23    | 286,77                  | 8,1       |
|                       | Чай с молоком                          | 200       | 1,6              | 1,3   | 11,5     | 64                      | 160       |
|                       | Хлеб ржаной                            | 50        | 4                | 0,75  | 20,05    | 103                     | 574,08    |
|                       | Бутерброд с сыром                      | 40/10     | 4,55             | 6,83  | 6,48     | 105,88                  | 64,04     |
| Итого за Завтрак 7-11 |                                        | 500       | 20,33            | 20,76 | 73,26    | 559,65                  |           |
| Обед 7-11             |                                        |           |                  |       |          |                         |           |
|                       | Салат картофельный с огурцами солеными | 60        | 1,26             | 3,78  | 4,92     | 58,8                    | 43,01     |
|                       | Рассольник ленинградский               | 200       | 8,65             | 12,06 | 6,94     | 182,8                   | 100,06    |
|                       | Рыба тушеная с овощами                 | 125       | 12,2             | 6,8   | 3,8      | 125,4                   | 47,01     |
|                       | 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                  | 574,08    |
| Итого за Обед 7-11    |                                        | 825       | 34,11            | 27,11 | 110,7    | 859,57                  |           |
| Итого за день         |                                        | 1 325     | 54,44            | 47,87 | 183,96   | 1419,22                 |           |

| Прием пищи            | Наименование блюда            | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая | № рецептуры |
|-----------------------|-------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------|-------------|
|                       |                               |           | 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          | 100,06      |
|                       | Рыба тушеная с овощами        | 125       | 12,2             | 6,8   | 3,8      | 125,4          | 47,01       |
|                       | 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         | 574,08      |
| Итого за Обед 7-11    |                               | 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 Полдник 7-11 |                               | 300       | 5,49             | 11,6  | 55,97    | 330,1          |             |
| Итого за день         |                               | 1 125     | 39,6             | 38,71 | 166,67   | 1189,67        |             |

Технолог

А.Я.Мансурова

Согласовано  
Директор МБОУ СКОШИ ЧГО  
Е.М.Вахрушева

Утверждаю  
Директор ООО "Гурман"  
Х.С.Муниров

## Меню 27.11.2025

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО1

Неделя: 2

День: четверг

| Прием пищи    | Наименование блюда            | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая | № рецептуры |
|---------------|-------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------|-------------|
|               |                               |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                |             |
| Завтрак 12+   | 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            | 574,08      |
|               | Бутерброд с сыром             | 40/10     | 4,55             | 6,83  | 6,48     | 105,88         | 64,04       |
|               | Итого за Завтрак 12+          | 550       | 22,88            | 23,73 | 82,07    | 631,34         |             |
| 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 тушеная 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         | 574,08      |
|               | Итого за Обед 12+             | 940       | 39,17            | 32,28 | 123,82   | 963,81         |             |
| Итого за день |                               | 1 490     | 62,05            | 56,01 | 205,89   | 1595,15        |             |

### 2-я смена

| Прием пищи           | Наименование блюда            | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая | № рецептуры |
|----------------------|-------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------|-------------|
|                      |                               |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                |             |
| 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 тушеная 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         | 574,08      |
| Итого за Обед 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 Полдник 12+ |                               | 350       | 8,77             | 6,5   | 95,1     | 470            |             |
| Итого за день        |                               | 1 290     | 47,94            | 38,78 | 218,92   | 1433,81        |             |

Технолог

А.Я.Мансурова



Согласовано  
Директор МБОУ СКОШИ ЧГО  
Е.М.Вахрушева

Утверждаю  
Директор ООО "Гурман"  
С.С.Мухоморова  
№ 15

## Меню 28.11.2025

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО2

Неделя: 2

День: пятница

| Прием пищи    | Наименование блюда                    | Вес блюда | Пищевые вещества |        |          | Энергетическая ценность | № рецептур |
|---------------|---------------------------------------|-----------|------------------|--------|----------|-------------------------|------------|
|               |                                       |           | Белки            | Жиры   | Углеводы |                         |            |
| Завтрак 7-11  | 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                      | 464,0      |
|               | Хлеб ржаной                           | 50        | 4                | 0,75   | 20,05    | 103                     | 574,0      |
|               | 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      |
|               | Итого за Завтрак 7-11                 | 700       | 20,3             | 19,90  | 74,10    | 560,98                  |            |
| Обед 7-11     | Салат картофельный с зеленым горошком | 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                  | 574,0      |
|               | Итого за Обед 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             | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая | № рецептуры |
|-----------------------|--------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------|-------------|
|                       |                                |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                |             |
| 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          | 100,06      |
|                       | 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         | 574,08      |
| Итого за Обед 7-11    |                                | 790       | 36,35            | 39,64 | 112,55   | 960,91         |             |
| Полдник 7-11          |                                |           |                  |       |          |                |             |
|                       | Яблоко                         | 100       | 0,4              | 0,4   | 9,8      | 44             | 32          |
|                       | Чай с сахаром                  | 200       | 0,2              | 0,1   | 9,3      | 38             | 457         |
|                       | Булочка домашняя               | 50        | 4,1              | 3,35  | 17,9     | 94,5           | 542,02      |
| Итого за Полдник 7-11 |                                | 350       | 4,7              | 3,85  | 37       | 176,5          |             |
| Итого за день         |                                | 1 140     | 41,05            | 43,49 | 149,55   | 1137,41        |             |

Технолог

А.Я.Мансурова

Согласовано  
Директор МБОУ СКОШИ ЧГО  
Е.М.Вахрушева

## Меню 28.11.2025



Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО1

Неделя: 2

День: пятница

| Прием пищи    | Наименование блюда             | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая | № рецептуры |
|---------------|--------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------|-------------|
|               |                                |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                |             |
| 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             | 404,00      |
|               | Хлеб ржаной                    | 50        | 4                | 0,75  | 20,05    | 103            | 574,00      |
|               | Бутерброд с сыром              | 40/10     | 4,55             | 6,83  | 6,48     | 105,88         | 64,04       |
|               | Яблоко                         | 140       | 0,4              | 0,4   | 9,8      | 44             | 82,01       |
|               | Итого за Завтрак 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          | 100,00      |
|               | Каша гречневая вязкая          | 180       | 5,83             | 6,74  | 28,27    | 204,94         | 213,00      |
|               | 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         | 574,00      |
|               | Итого за Обед 12+              | 920       | 45,88            | 43,71 | 122,95   | 1100,77        |             |
| Итого за день |                                | 1 610     | 68,96            | 67,74 | 214,72   | 1778,11        |             |

2-я смена

| Прием пищи           | Наименование блюда             | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая | № рецептуры |
|----------------------|--------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|----------------|-------------|
|                      |                                |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |                |             |
| 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         | 213,06      |
|                      | 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            | 542,01      |
|                      | 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

А.Я.Мансурова

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 74622892844150726796523337175507594912532816820

Владелец Вахрушева Елена Михайловна

Действителен с 23.06.2025 по 23.06.2026