



Меню приготавливаемых блюд

10.03.2026

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетич еская ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1			Вторник				
Завтрак 7- 11	Суп молочный с макаронными изд.	180	5,85	5,81	20,00	155	№ 139, 2021
	Какао с молоком	180	3,3	2,9	13,8	94	№ 462, 2021
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,00	99	№ 575, 2021
	Бутерброд с сыром 40/10	50	6,90	9,00	10,00	149,00	№ 63,2021
	Фрукты	100	0,8	0,8	9,8	44	№ 82, 2021г.
Итого: Завтрак 7 - 11		560	13,15	9,46	53,80	348	
Обед 7 - 11	Салат картофельный с кваш.капустой	60	1,26	3,78	4,92	58,8	№43, 2021
	Рассольник ленинградский	200	2,10	4,08	10,60	87,6	№ 100, 2021
	Макаронные изделия отварные	150	3,7	3,30	19,70	123	№ 256, 2021
	Котлета мясная	90	15,80	11,07	13,50	219	№ 339, 2021
	Напиток из шиповника	180	0,68		4,30	22,00	№ 496, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	30	2,53	0,26	16,4	78	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,21	8,02	41,2	№ 575, 2021
Итого: Обед 7 - 11		730	27,67	22,70	77,44	629,3	
Итого: за день		1290	41	32	131	977	

2 смена

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1			Вторник				
Обед 7 - 11	Салат картофельный с кваш.капустой	60	1,26	3,78	4,92	58,8	№43, 2021
	Рассольник ленинградский	200	2,10	4,08	10,60	87,6	№ 100, 2021
	Макаронные изделия отварные	150	3,7	3,30	19,70	123	№ 256, 2021
	Котлета мясная	90	15,80	11,07	13,50	219	№ 339, 2021
	Напиток из шиповника	180	0,68		4,30	22,00	№ 496, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	30	2,53	0,26	16,4	78	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,21	8,02	41,2	№ 575, 2021
Итого: Обед 7 - 11		730	27,67	22,70	77,44	629,3	
Полдник: 7 - 11	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	№ 460, 2021
	Печенье	50	3,75	4,9	31,2	207,5	№ 582, 2021
	Фрукты	100	0,57	0,57	14	62,86	№ 82, 2021
Итого: Полдник 7 - 11		350	5,9	6,8	56,7	334	
Итого: за день		1080	34	29	134	964	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.



Меню приготавливаемых блюд

10.03.2026

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетиче- ская ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1			Вторник				
Завтрак 12 - 18	Суп молочный с макаронными изделиями	250	7,31	2,26	24,99	193,75	№ 139, 2021
	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94	№ 462, 2021
	Фрукты	100	0,57	0,57	14	62,86	№ 82, 2021г.
	Бутерброд с сыром 40/10	50	6,90	9,00	10,00	149,00	№ 63,2021
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	№ 575, 2021
Итого: Завтрак 12 - 18		650	22,08	15,48	82,84	602,61	
Обед 12 - 18	Салат картофельный с кваш.капустой	100	2,1	6,3	8,2	98	№43, 2021
	Рассольник ленинградский	250	14,56	15,08	8,68	131	№ 100, 2021
	Котлета мясная	100	17,6	12,3	15	243	№ 339, 2021
	Макаронные изделия отварные	180	6,6	5,9	35,5	221,4	№ 256, 2021
	Напиток из шиповника	180	0,68	0,1	4,3	185	№ 376, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	40	2,53	0,26	16,4	78	№ 573, 2021
Хлеб ржаной		50	4	0,75	20,05	103	№ 575, 2021
Итого: Обед 12- 18		900	48,07	40,69	108,13	1059,4	
Итого: за день		1550	70,15	56,17	190,97	1662,01	

2 смена

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетиче- ская ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1			Вторник				
Обед 12 - 18	Салат картофельный с кваш. капустой	100	2,1	6,3	8,2	98	№43, 2021
	Рассольник ленинградский	250	14,56	15,08	8,68	131	№ 100, 2021
	Котлета мясная	100	17,6	12,3	15	243	№ 339, 2021
	Макаронные изделия отварные	180	6,6	5,9	35,5	221,4	№ 256, 2021
	Напиток из шиповника	180	0,68	0,1	4,3	185	№ 376, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	40	2,53	0,26	16,4	78	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	№ 575, 2021
Итого: Обед 12- 18		900	48,07	40,69	108,13	1059,4	
Полдник: 12 - 18	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	№ 460, 2021
	Печенье	50	7,5	9,8	74,4	415	№ 582, 2021
	Фрукты	100	0,57	0,57	14	62,86	№ 82, 2021г.
Итого: Полдник 12 - 18		350	9	11	86	479	
Итого: за день		1250	57	52	194	1538	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.

Ожегина

ИП Батуев Н. М.

1 смена

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

Меню приготавливаемых блюд

11.03.2026

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1		Среда					
Завтрак 7 - 11	Каша манная молочная жидкая	200	6,21	7,08	30,91	215,00	№ 230, 2021
	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	№ 460, 2021
	Яйцо варенное	40	5,08	4,6	0,28	63,0	№ 267, 2021
	Хлеб ржаной	50	2	0,65	19,90	99	№ 575, 2021
	Масло сливочное	10	0,08	7,27	0,13	66	№ 79, 2021
Итого: Завтрак 7 - 11		500	15,23	16,30	62,72	507	
Обед 7 - 11	Винегрет с растительным маслом	60	0,95	3,98	5,31	61	№ 47, 2021
	Уха рыбацкая	200	5,86	1,84	6,66	66,6	№ 120, 2021
	Плов из отварной птицы	200	12,3	8,2	24,8	223	№ 375, 2021
	Сок фруктовый	200	0,6	0,1	20,1	84	№ 501, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	40	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
	Итого: Обед 7 - 11	700	23,51	14,52	81,47	576	
Итого: за день		1200	39	31	144	1083	

2 смена

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетиче ская ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1			Среда				
Обед 7 - 11	Винегрет с растительным маслом	60	0,95	3,98	5,31	61	№ 47, 2021
	Уха рыбацкая	200	5,86	1,84	6,66	66,6	№ 120, 2021
	Плов из отварной птицы	200	12,3	8,2	24,8	223	№ 375, 2021
	Сок фруктовый	200	0,6	0,1	20,1	84	№ 501, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	40	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
Итого: Обед 7 - 11		700	24	15	81	576	
Полдник: 7 - 11	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	№ 457, 2021
	Вафли	50	1,95	7,3	31,25	270,5	№ 580, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
Итого: Полдник 7 - 11		300	6	8	65	450	
Итого: за день		1000	29	22	147	1025	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.



Меню приготавливаемых блюд
11.03.2026

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя I			Среда				
Завтрак 12 - 18	Каша манная молочная жидкая	250	7,75	8.85	38,64	268.73	№ 230, 2021
	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	№ 460, 2021
	Яйцо варенное	40					№ 267, 2021
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	№ 575, 2021
	Масло сливочное	10	0.08	7.27	0,13	66	№ 79, 2021
Итого: Завтрак 12 - 18		550	13,43	18,17	70,32	501,73	
Обед 12 - 18	Винегрет с растительным маслом	100	1.58	6.64	8.84	101	№ 47, 2021
	Уха рыбацкая	250	7.33	2.3	8.33	83	№ 120, 2021
	Плов из отварной птицы	220	13,53	9,02	27.28	223	№ 375, 2021
	Сок фруктовый	200	1	0,1	10,1	43,0	№ 501, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	30	2,53	0.26	16.4	78	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	20	1,6	0.21	8.02	41,2	№ 575, 2021
Итого: Обед 12- 18		820	27,07	18,53	78,97	569,2	
Итого: за день		1370	41	37	149	1071	

2 смена

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетич еская ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1			Среда				
Обед 12 - 18	Винегрет с растительным маслом						
		100	1,58	6,64	8,84	101	№ 47, 2021
	Уха рыбацкая	250	7,33	2,3	8,33	83	№ 120, 2021
	Плов из отварной птицы	220	13,53	9,02	27,28	223	№ 375, 2021
	Сок фруктовый	200	1	0,1	10,1	43,0	№ 501, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	30	2,53	0,26	16,4	78	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,21	8,02	41,2	№ 575, 2021
	Итого: Обед 12- 18	820	27,07	18,53	78,97	569,2	
Полдник: 12 - 18	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	№ 457, 2021
	Вафли	100	1,95	7,3	31,25	270,5	№ 580, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
	Итого: Полдник 12 - 18	350	6	8	65	450	
	Итого: за день	1170	33	26	144	1019	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.

Ожегина



Меню приготавливаемых блюд

12.03.2026

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1							
Завтрак 7 - 11	Каша ячневая вязкая	200	7,12	6,79	38,99	247	№ 227, 2021
	Кофейный напиток	200	1,4	1,2	11,4	63	№ 464,2021
	Хлеб ржаной	50	4	0,65	20,05	103	№ 575, 2021
	Бутерброд с сыром 40/10	50	4,55	6,83	6,48	105,88	№ 63,2021
	Итого: Завтрак 7 - 11	500	17,07	15,47	76,92	518,88	
Обед 7 - 11	Салат из квашеной капусты с луком	60	1,92	0,12	6,24	32,4	№ 9, 2021
	Суп гороховый со сметаной	200	5,92	2,6	12,62	176,50	№ 433, 127, 2021
	Рис припущенный	150	4,8	7,2	39,2	241,6	№ 386, 2021г.
	Фрикадельки в соусе	90	18,00	14,31	0,64	203,40	№ 145, 419, 2021
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,6	0,1	20,1	84	№ 376, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	30	2,53	0,26	16,4	78	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,21	8,02	41,2	№ 575, 2021
Итого: Обед 7 - 11		730	35,37	24,82	103,22	857,1	
Итого: за день		1230	52	40	180	1376	

2 смена

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1			Четверг				
Обед 7 - 11	Салат из квашеной капусты с луком	60	1,92	0,12	6,24	32,4	№ 9, 2021
	Суп гороховый со сметаной	200	5,92	2,6	12,62	176,50	№ 433, 127, 2021
	Рис припущенный	150	4,8	7,2	39,2	241,6	№ 386, 2021г.
	Фрикадельки в соусе	90	18,00	14,31	0,64	203,40	№ 145, 419, 2021
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,6	0,1	20,1	84	№ 376, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	30	2,53	0,26	16,4	78	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,21	8,02	41,2	№ 575, 2021
Итого: Обед 7 - 11		730	35,37	24,82	103,22	857,1	
Полдник: 7 - 11	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	№ 457, 2021
	Булочка домашняя	100	4,2	6,7	27,8	189	№ 542, 2021
Итого: Полдник 7 - 11		300	4,4	6,8	37,1	227	
Итого: за день		1030	40	32	140	1084	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.

Ожегина

Разработано: Технолог Ожегина О. В.



Меню приготавливаемых блюд

13.03.2026

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2 (В-Л)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1			Пятница				
Завтрак 7 - 11	Каша пшѐнная молочная вязкая	200	8,18	8,07	40,94	270	№ 225, 2021
	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94	№ 462, 2021
	Хлеб ржаной	50	2	0,65	19,90	99	№ 575, 2021
	Бутерброд с маслом 40/10	50	3,5	9,25	19,7	159,7	№ 63, 2021
Итого: Завтрак 7 - 11		500	17,24	20,87	94,34	623	
Обед 7 - 11	Салат из свеклы отварной	60	1,68	7,32	9,12	109,2	№ 26, 2021
	Суп макаронными изделиями и картофелем	200	3,85	4,43	10,59	96,21	
	Пюре из гороха с маслом	150	16,1	3,66	29,05	213,66	№ 129, 2021
	Кнели из птицы с рисом	90	18,11	22,34	4,84	291,78	№ 371, 2021
	Чай с сахаром	180	0,2	0,1	9,3	38	№ 457, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	30	2,53	0,26	16,4	78	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,21	8,02	41,2	№ 575, 2021
Итого: Обед 7 - 11		730	44,07	38,32	87,32	868,1	
Итого: за день		1230	61	59	182	1491	

2 смена

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2(В-Л)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1			Пятница				
Обед 7 - 11	Салат из свеклы отварной	60	1,68	7,32	9,12	109,2	№ 26, 2021
	Суп макаронными изделиями и картофелем	200	3,85	4,43	10,59	96,21	№ 129, 2021
	Пюре из гороха с маслом	150	16,1	3,66	29,05	213,66	№ 389, 2021
	Кнели из птицы с рисом	90	18,11	22,34	4,84	291,78	№ 371, 2021
	Чай с сахаром	180	0,2	0,1	9,3	38	№ 457, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	30	2,53	0,26	16,4	78	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,21	8,02	41,2	№ 575, 2021
Итого: Обед 7 -11		730	44	38	87	868	
Полдник: 7 - 11	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	№ 459, 2021
	Сдоба обыкновенная	100	8	2,8	47,8	248	№ 545, 2017
Итого: Полдник 7 - 11		300	10	4	59	312	
Итого: за день		1030	54	42	147	1180	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.

Ожегина



Меню приготавливаемых блюд
13.03.2026

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетиче ская ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1			Пятница				
Завтрак 12 -18	Каша пшѐнная молочная вязкая	250	10,23	10,09	51,18	320	№ 225, 2021
	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94	№ 462, 2021
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	№ 575, 2021
	Бутерброд с маслом 40/10	50	3,5	9,25	19,7	159,7	№ 63, 2021
	Итого: Завтрак 12 - 18	550	21,03	22,99	104,73	676,7	
Обед 12 - 18	Салат из свеклы отварной	100	1,4	6,1	7,6	91	№ 26, 2021
	Суп макаронными изделиями	250	4,82	5,54	13,23	120	№ 129, 2021
	Пюре из гороха с маслом	180	22	5	39,7	290	№ 389,2021
	Кнели из птицы с рисом	100	11,5	10,3	5,4	160	№ 371, 2021
	Чай с сахаром	180	0,2	0,1	9,3	38	№ 457, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	30	4	0,75	20,05	103	№ 575, 2021
	Итого: Обед 12- 18	890	47,72	28,19	119,88	943	
	Итого: за день	1440	68,75	51,18	224,61	1619,7	

2 смена

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетиче ская ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1			Пятница				
Обед 12 - 18	Салат из свеклы отварной	100	1,4	6,1	7,6	91	№ 26, 2021
	Суп макаронными изделиями	250	4,82	5,54	13,23	120	№ 129, 2021
	Пюре из гороха с маслом	180	22	5	39,7	290	№ 389,2021
	Кнели из птицы с рисом	100	11,5	10,3	5,4	160	№ 371, 2021
	Чай с сахаром	180	0,2	0,1	9,3	38	№ 457, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	30	4	0,75	20,05	103	№ 575, 2021
Итого: Обед 12- 18		890	47,72	28,19	119,88	943	
Полдник: 12 - 18	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	№ 459, 2021
	Сдоба обыкновенная	100	8	2,8	47,8	248	№ 545, 2017
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	№ 575, 2021
Итого: Полдник 12 - 18		350	14	5	79	415	
Итого: за день		1240	61	33	199	1358	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.

Ожегина О. В.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 74622892844150726796523337175507594912532816820

Владелец Вахрушева Елена Михайловна

Действителен с 23.06.2025 по 23.06.2026