



**Меню приготавливаемых блюд  
06.04.2026**

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 2</b>			<b>Понедельник</b>				
Завтрак 7 - 11	Суп молочный с крупой	200	4,8	5	16,44	130	№ 140, 2021
	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94	№ 462, 2021
	Бутерброд с сыром 50/10	60	4,55	6,83	6,48	105,88	№ 63, 2021
	Хлеб ржаной	50	2	0,65	19,90	99	№ 575, 2021
<b>Итого: Завтрак 7 - 11</b>		<b>510</b>	<b>13</b>	<b>15</b>	<b>37</b>	<b>330</b>	
2 Завтрак 7 - 11	Фрукты	200	0,57	0,57	14	62,86	№ 82, 2021
	<b>Итого: 2 Завтрак 7 - 11</b>		<b>200</b>	<b>0,57</b>	<b>0,57</b>	<b>14</b>	<b>62,86</b>
Обед 7-11	Кукуруза консервированная	60	8,6	0,5	16,86	72,7	№ 149, 2021
	Суп лапша по - домашнему	200	2	3,08	8,9	71,4	№ 128, 2021
	Капуста тушеная с мясом (Бигус)	180	13,50	9,98	3,90	159,70	№ 329, 2021
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,6	0,1	20,1	84	№ 376, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	40	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	40	3,06	1	17,90	89,10	№ 575, 2021
<b>Итого: Обед 7 - 11</b>		<b>700</b>	<b>21</b>	<b>11</b>	<b>67</b>	<b>474</b>	
Полдник: 7 - 11	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	№ 460, 2021
	Булочка домашняя	100	4,2	6,7	27,8	189	№ 542, 2021
<b>Итого: Полдник 7 - 11</b>		<b>300</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>39</b>	<b>253</b>	
Ужин: 7 - 11	Каша ячневая вязкая	150	6,36	5,83	29,08	194,23	№ 227, 2021
	Фрикадельки в соусе	90	18,00	14	0,64	203,40	№ 145, 419, 2021
	Чай с сахаром	200	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	40	5,33	1	26,73	137,33	№ 575, 2021
<b>Итого: Ужин 7 - 11</b>		<b>530</b>	<b>34</b>	<b>22</b>	<b>90</b>	<b>714</b>	
2 Ужин: 7 - 11	Молоко кипяченое	200	6	5,3	10,1	112,9	№ 469, 2021
	<b>Итого: 2 Ужин 7 - 11</b>		<b>200</b>	<b>6,1</b>	<b>5,3</b>	<b>10,1</b>	<b>112,9</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>2440</b>	<b>80</b>	<b>61</b>	<b>257</b>	<b>1946</b>	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.



Меню приготавливаемых блюд  
06.04.2026

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 2</b>							
				<b>Понедельник</b>			
Завтрак 12 - 18	Суп молочный с крупой	250	6	6,25	20,55	182	№ 140, 2021
	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94	№ 462, 2021
	Бутерброд с сыром 40/10	50	4,55	6,83	6,48	105,88	№ 63, 2021
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	№ 575, 2021
<b>Итого: Завтрак 12 - 18</b>		<b>550</b>	<b>17,85</b>	<b>16,73</b>	<b>60,88</b>	<b>484,88</b>	
2 Завтрак 12 - 18	Фрукты	200	0,57	0,57	14	62,86	№ 82, 2021
	<b>Итого: 2 Завтрак</b>		<b>200</b>	<b>0,57</b>	<b>0,57</b>	<b>14</b>	<b>62,86</b>
обед 12-18	Кукуруза консервированная порц.	100	14,4	0,82	28	121	№ 149, 2021
	Суп лапша по - домашнему	250	2	3,08	8,9	106	№ 128, 2021
	Капуста тушеная с мясом (Бигус)	200	18	13,3	5,2	240	№ 329, 2021
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,6	0,1	20,1	84	№ 376, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	40	3,8	0,4	24,6	126	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	30	5,33	1	26,73	90,6	№ 575, 2021
<b>Итого: Обед 12- 18</b>		<b>800</b>	<b>44,13</b>	<b>18,7</b>	<b>113,53</b>	<b>767,6</b>	
Полдник: 12 - 18	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	№ 460, 2021
	Булочка домашняя	100	4,2	6,7	27,8	189	№ 542, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
<b>Итого: Полдник 12 - 18</b>		<b>350</b>	<b>10</b>	<b>8</b>	<b>64</b>	<b>394</b>	
Ужин: 12-18	Каша ячневая вязкая	200	7,63	7	34,9	265	№ 227, 2021
	Фрикадельки в соусе	100	18,00	14	0,64	224,00	№ 145, 419, 2021
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	36	№ 457, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	№ 575, 2021
<b>Итого: Ужин 12 - 18</b>		<b>600</b>	<b>33,63</b>	<b>22,56</b>	<b>89,49</b>	<b>769</b>	
2 Ужин: 12 - 18	Молоко кипяченое	200	6	5,3	10,1	112,9	№ 469, 2021
	<b>Итого: 2 Ужин 12 - 18</b>		<b>200</b>	<b>6,1</b>	<b>5,3</b>	<b>10,1</b>	<b>112,89</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>2350</b>	<b>102</b>	<b>64</b>	<b>288</b>	<b>2197</b>	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.



Меню приготавливаемых блюд  
07.04.2026

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 2</b>							
						<b>Вторник</b>	
Завтрак 7 - 11	Каша рисовая молочная	200	3,02	3,96	32,47	174,66	№ 217, 2021
	Кофейный напиток	200	1,4	1,2	11,4	66	№ 464, 2021
	Яйцо варенное	40	5,08	4,6	0,28	62,8	№ 267, 2021
	Хлеб ржаной	60	4	0,75	20,05	82,34	№ 575, 2021
<b>Итого: Завтрак 7 - 11</b>		<b>500</b>	<b>13,5</b>	<b>10,51</b>	<b>64,2</b>	<b>385,8</b>	
2 Завтрак 7 - 11	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1	43	№ 501, 2021
	<b>Итого: 2 Завтрак 7 - 11</b>	<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>43</b>	
Обед 7 - 11	Икра кабачковая	60	0,40	0,9	2,00	18,0	№ 50, 2021
	Суп картофельный с крупой	200	2,41	4,02	7,84	78,2	№ 114, 2021
	Пюре картофельное	150	2,7	4	5,8	70	№ 377, 2021
	Котлета из птицы припущенная	90	15,82	55,88	14,79	289	№ 372, 2021
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,6	0,1	20,1	84	№ 376, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
Хлеб ржаной	20	1,36	0,26	7,96	39,60	№ 575, 2021	
<b>Итого: Обед 7 - 11</b>		<b>750</b>	<b>25</b>	<b>66</b>	<b>83</b>	<b>720</b>	
Полдник: 7 - 11	Чай с сахаром	200	7,6	6,8	41,8	260	№ 457, 2021
	Шанежка наливная	100	7,8	6,9	51,1	298	№ 538, 2021
	<b>Итого: Полдник 7 - 11</b>	<b>300</b>	<b>15</b>	<b>7</b>	<b>93</b>	<b>558</b>	
Ужин: 7 - 11	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,53	9,62	23,56	170,78	№ 202, 2021
	Рыба тушеная с овощами в томате	100	12,2	6,8	3,8	125,4	№ 299, 2021
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	№ 457, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	117	№ 573, 2021
<b>Итого: Ужин 7 - 11</b>		<b>500</b>	<b>20,73</b>	<b>16,92</b>	<b>61,26</b>	<b>451,18</b>	
2 Ужин: 7 - 11	Кисломолочный напиток (Кефир)	200	5,8	6	8	113	№ 470, 2021
	<b>Итого: 2 Ужин 7 - 11</b>	<b>200</b>	<b>5,8</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>113</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>2450</b>	<b>81</b>	<b>106</b>	<b>320</b>	<b>2271</b>	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.



Меню приготавливаемых блюд  
07.04.2026

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 2</b>			<b>Вторник</b>				
Завтрак 12 - 18	Каша рисовая молочная	250	3,78	4,95	40,59	230	№ 217, 2021
	Кофейный напиток	200	1,4	1,2	11,4	66	№ 464, 2021
	Яйцо варенное	50	5,08	4,6	0,28	62,8	№ 267, 2021
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	№ 575, 2021
<b>Итого: Завтрак 12 - 18</b>		<b>550</b>	<b>14,26</b>	<b>6,9</b>	<b>72,32</b>	<b>461,8</b>	
2 Завтрак 12 - 18	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1	43	№ 501, 2021
	<b>Итого: 2 Завтрак</b>		<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>43</b>
Обед 12 - 18	Икра кабачковая	100	0,40	0,9	2,00	28,0	№ 50, 2021
	Суп картофельный с крупой	250	3,01	5,03	9,8	107	№ 114, 2021
	Пюре картофельное	180	2,7	4	5,8	91	№ 377, 2021
	Котлета из птицы припущенная	100	15,82	55,88	14,79	289	№ 372, 2021
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,6	0,1	20,1	84	№ 376, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
<b>Итого: Обед 12 - 18</b>		<b>890</b>	<b>30</b>	<b>67</b>	<b>87</b>	<b>843</b>	
Полдник: 12 - 18	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	№ 457, 2021
	Шанежка наливная	100	7,8	6,9	51,1	298	№ 538, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
<b>Итого: Полдник 12 - 18</b>		<b>350</b>	<b>12</b>	<b>7</b>	<b>85</b>	<b>477</b>	
Ужин: 12-18	Каша гречневая рассыпчатая	200	7,6	7,8	38,8	255,6	№ 202, 2021
	Рыба тушеная с овощами и томатом	100	8,78	4,9	2,74	90	№ 299, 2021
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	№ 457, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
<b>Итого: Ужин 12 - 18</b>		<b>600</b>	<b>24,38</b>	<b>13,95</b>	<b>95,49</b>	<b>627,6</b>	
2 Ужин: 12 - 18	Кисломолочный напиток (Кефир)	200	5,8	6	8	113	№ 470, 2021
	<b>Итого: 2 Ужин 12 - 18</b>		<b>200</b>	<b>5,8</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>113</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>2790</b>	<b>87</b>	<b>101</b>	<b>358</b>	<b>2565</b>	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.



Меню приготавливаемых блюд  
08.04.2026

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 2</b>			<b>Среда</b>				
Завтрак 7 - 11	Каша ячневая вязкая	200	7,12	6,79	38,99	247	№ 227, 2021
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	№ 457, 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
	<b>Итого: Завтрак 7 - 11</b>	<b>500</b>	<b>15</b>	<b>17</b>	<b>88</b>	<b>548</b>	
2 Завтрак 7 - 11	Фрукты	200	0,57	0,57	14	62,86	№ 82, 2021
	<b>Итого: 2 Завтрак 7 - 11</b>	<b>200</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>14</b>	<b>63</b>	
Обед 7 - 11	Винегрет с растительным маслом	60	0,95	3,98	5,31	61	№ 47, 2021
	Борщ с капустой и картофелем	200	5,56	7,62	5,89	114,36	№ 95, 2021
	Рис припущенный	150	4,8	7,2	39,2	241,6	№ 386, 2021г.
	Печень говяжья по-строгановски	90	17,55	8,46	6,84	173,7	№ 356, 2021
	Напиток из шиповника	180	0,68		4,30	22,00	№ 496, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	30	1,6	0,21	8,02	41,2	№ 575, 2021
<b>Итого: Обед 7 - 11</b>	<b>760</b>	<b>34</b>	<b>24</b>	<b>89</b>	<b>734</b>		
Полдник: 7 - 11	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	№ 457, 2021
	Печенье	50	3,75	4,9	31,2	207,5	№ 582, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	117	№ 573, 2021
<b>Итого: Полдник 7 - 11</b>	<b>300</b>	<b>8</b>	<b>5</b>	<b>65</b>	<b>363</b>		
Ужин: 7 - 11	Голубцы ленивые	90	9,45	11,34	3,15	150	№ 333, 2021
	Макаронные изделия отварные	150	3,7	3,3	19,7	117	№ 256, 2021
	Чай с лимоном	200	0,3	0,1	9,5	40	№ 459, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	30	2,53	0,26	16,4	78	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	30	4	0,75	10,05	103	№ 575, 2021
<b>Итого: Ужин 7 - 11</b>	<b>500</b>	<b>20</b>	<b>16</b>	<b>59</b>	<b>488</b>		
2 Ужин: 7 - 11	Кисломолочный напиток "Снежок"	200	6	6,4	11	118	№ 470, 2021
	<b>Итого: 2 Ужин 7 - 11</b>	<b>200</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>11</b>	<b>118</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>2460</b>	<b>83</b>	<b>69</b>	<b>326</b>	<b>2313</b>	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.



Меню приготавливаемых блюд  
08.04.2026

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Недел 2</b>			<b>Среда</b>				
Завтрак 12 - 18	Каша ячневая вязкая	250	7,12	6,79	38,99	250	№ 227, 2021
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	№ 457, 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
<b>Итого: Завтрак 12 - 18</b>		<b>550</b>	<b>14,82</b>	<b>16,89</b>	<b>88,04</b>	<b>550,7</b>	
2 Завтрак 12 - 18	Фрукты	200	0,57	0,57	14	62,86	№ 82, 2021
	<b>Итого: 2 Завтрак</b>	<b>200</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>14</b>	<b>63</b>	
Обед 12 - 18	Винегрет с растительным маслом	100	1,58	6,64	8,84	101	№ 47, 2021
	Борщ с капустой и картофелем	250	5,56	7,62	5,89	140,00	№ 95, 2021
	Рис припущенный	180	3,6	5,4	38,8	310	№ 386, 2021г.
	Печень говяжья по-строгановски	100	19,5	9,4	7,6	199	№ 356, 2021
	Напиток из шиповника	180	0,68		4,30	22,00	№ 496, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	30	4	0,75	10,05	103	№ 575, 2021
<b>Итого: Обед 12- 18</b>		<b>890</b>	<b>39</b>	<b>30</b>	<b>100</b>	<b>1016</b>	
Полдник: 12 - 18	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	№ 457, 2021
	Печенье	100	3,75	4,9	31,2	207,5	№ 457, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 575, 2021
<b>Итого: Полдник 12 - 18</b>		<b>350</b>	<b>8</b>	<b>5</b>	<b>65</b>	<b>387</b>	
Ужин: 12-18	Голубцы ленивые	100	9,45	11,34	3,15	160	№ 333, 2021
	Макаронные изделия отварные	200	3,33	2,97	17,73	123	№ 256, 2021
	Чай с лимоном	200	0,3	0,1	9,5	40	№ 459, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	№ 575, 2021
<b>Итого: Ужин 12 - 18</b>		<b>600</b>	<b>20,88</b>	<b>15,46</b>	<b>75,03</b>	<b>567</b>	
2 Ужин: 12 - 18	Кисломолочный напиток " Снежок	200	6	6,4	11	118	№ 470, 2021
	<b>Итого: 2 Ужин 12 - 18</b>	<b>200</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>11</b>	<b>118</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>2790</b>	<b>89</b>	<b>75</b>	<b>353</b>	<b>2701</b>	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.



Меню приготавливаемых блюд  
09.04.2026

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 2</b>			<b>Четверг</b>				
Завтрак 7 - 11	Каша "Дружба"	200	3,9	4,95	20,7	142	№ 229, 2021
	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	№ 459, 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	№ 63, 2021
<b>Итого: Завтрак 7 - 11</b>		<b>500</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>62</b>	<b>454</b>	
2 Завтрак 7 - 11	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1	43	№ 501, 2021
	<b>Итого: 2 Завтрак 7 - 11</b>		<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>43</b>
Обед 7 - 11	Салат картофельный с квашеной капустой	60	1,26	3,78	4,92	58,8	№ 43, 2021
	Суп картофельный с клецками	200	2,12	2,8	7,56	64	№ 115, 2021
	Рыба тушеная с овощами в томате	90	12,2	6,8	3,8	125,0	№ 299, 2021
	Каша гречневая рассыпчатая	150	11,8	8,82	52,28	252	№ 202, 2021
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,6	0,1	20,1	84	№ 376, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	40	3,4	0,4	22,1	105	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	20	1,36	0,26	7,96	39,60	№ 575, 2021
<b>Итого: Обед 7 - 11</b>		<b>740</b>	<b>32,76</b>	<b>22,92</b>	<b>118,72</b>	<b>728,7</b>	
Полдник: 7 - 11	Чай с лимоном	200	0,3	0,1	9,5	40	№ 459, 2021
	Ватрушки с повидлом	100	4,67	6	61	289	№ 530, 2021
<b>Итого: Полдник 7 - 11</b>		<b>300</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>71</b>	<b>329</b>	
Ужин: 7 - 11	Пюре из гороха с маслом	150	16,1	3,66	29,05	213,66	№ 389, 2021
	Тефтели мясные Ёжики	90	11,94	12,68	5,64	185	№ 348, 2021
	Чай с сахаром	200	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	30	2,26	0,4	13,2	66	№ 575, 2021
<b>Итого: Ужин 7 - 11</b>		<b>500</b>	<b>33,03</b>	<b>17,06</b>	<b>73,59</b>	<b>580,66</b>	
2 Ужин: 7 - 11	Молоко кипяченое	200	6	5,3	10,1	112,9	№ 469, 2021
	<b>Итого: 2 Ужин 7 - 11</b>		<b>200</b>	<b>6</b>	<b>5,3</b>	<b>10,1</b>	<b>112,5</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>2440</b>	<b>94</b>	<b>67</b>	<b>345</b>	<b>2248</b>	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.



Меню приготавливаемых блюд  
09.04.2026

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 2</b>							
<b>Четверг</b>							
Завтрак 12 - 18	Каша "Дружба"	250	3,9	4,95	20,7	160	№ 229, 2021
	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	№ 229, 2021
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	№ 459, 2021
	Бутерброд с сыром 40/10	50	4,55	6,83	6,48	105,88	№ 575, 2021
<b>Итого: Завтрак 12 - 18</b>		<b>550</b>	<b>14,05</b>	<b>13,83</b>	<b>58,73</b>	<b>432,88</b>	<b>№ 63, 2021</b>
2 Завтрак 12 - 18	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1	43	№ 501, 2021
	<b>Итого: 2 Завтрак</b>	<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>43</b>	
Обед 12 - 18	Салат из картофеля и кваш. капусты	100	2,1	6,3	8,2	98	№ 43, 2021
	Суп картофельный с клецками	250	2,65	3,5	10,3	95	№ 115, 2021
	Рыба тушеная с овощами в томате	100	8,87	4,9	2,74	150	№ 299, 2021
	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,6	7,8	38,8	327	№ 202, 2021
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,6	0,1	20,1	84	№ 376, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	40	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	30	4	0,75	10,05	103	№ 575, 2021
<b>Итого: Обед 12 - 18</b>		<b>880</b>	<b>29,62</b>	<b>23,75</b>	<b>114,79</b>	<b>998</b>	
Полдник: 12 - 18	Чай с лимоном	200	0,3	0,1	9,5	40	№ 459, 2021
	Ватрушки с повидлом	100	4,67	6	61	289	№ 530, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 575, 2021
<b>Итого: Полдник 12 - 18</b>		<b>350</b>	<b>9</b>	<b>6</b>	<b>95</b>	<b>470</b>	
Ужин: 12-18	Пюре из гороха с маслом	200	22	1,6	39,7	260,2	№ 389, 2021
	Тефтели мясные Ёжики	100	13,26	14,09	6,27	215	№ 348, 2021
	Чай с сахаром	200	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	50	4	0,75	20,05	103	№ 575, 2021
<b>Итого: Ужин 12 - 18</b>		<b>600</b>	<b>43,26</b>	<b>16,94</b>	<b>99,92</b>	<b>757,2</b>	
2 Ужин: 12 - 18	Молоко кипяченое	200	6	5,3	10,1	112,9	№ 469, 2021
	<b>Итого: 2 Ужин 12 - 18</b>	<b>200</b>	<b>6,1</b>	<b>5,3</b>	<b>10,1</b>	<b>112,89</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>2780</b>	<b>102</b>	<b>66</b>	<b>389</b>	<b>2814</b>	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.

*Ожегина*



Меню приготавливаемых блюд  
10.04.2026

цшон: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 2</b>			<b>Пятница</b>				
Завтрак 7 - 11	Каша манная молочная жидкая	200	6,22	6,6	31,24	209	№ 230, 2021
	Кофейный напиток	200	1,4	1,2	11,4	66	№ 464, 2021
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,00	99	№ 575, 2021
	Бутерброд с маслом 40/10	50					
			3,5	9,25	19,7	159,7	№ 63, 2021
	<b>Итого: Завтрак 7-11</b>	<b>500</b>	<b>15,12</b>	<b>17,8</b>	<b>82,34</b>	<b>533,7</b>	
2 Завтрак 7 - 11	Сок фруктовый	200	0,57	1	14,00	62,86	№ 501, 2021
	<b>Итого: 2 Завтрак 7 - 11</b>	<b>200</b>	<b>0,57</b>	<b>0,57</b>	<b>14</b>	<b>62,86</b>	
Обед 7-11	Свекла с растительным маслом	60	0,86	3,05	5,7	45,21	№ 26, 2021
	Рассольник ленинградский	200	3	4,08	10,60	87,60	№ 100, 2021
	Запеканка картофельная с мясом	180	23	16	17	300	№ 334, 2021
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,6	0,1	20,1	84	№ 376, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	40	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,33	№ 575, 2021
	<b>Итого: Обед 7 - 11</b>	<b>700</b>	<b>36,3</b>	<b>24,33</b>	<b>104,73</b>	<b>795,14</b>	
Полдник: 7 - 11	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	№ 457, 2021
	Ватрушка с творогом	100	4	1,4	23,9	124	№ 531, 2021г.
	<b>Итого: Полдник 7 - 11</b>	<b>300</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>33</b>	<b>162</b>	
Ужин: 7 - 11	Капуста тушеная	150	3	5,1	11,4	103,5	№ 380, 2021
	Биточки рыбные с томатным соусом	90	9	1,1	7	74	№ 307, 419, 2021
	Кисель из концентрата плодового (ягодного)	180	1,36	0	29,0	116	№ 484, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,33	№ 575, 2021
	<b>Итого: Ужин 17 - 11</b>	<b>510</b>	<b>22</b>	<b>8</b>	<b>99</b>	<b>572</b>	
2 Ужин: 7 - 11	Кисломолочный напиток "Снежок"	200	6	6,4	11	118	№ 470, 2021
	<b>Итого: 2 Ужин 7-11</b>	<b>200</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>11</b>	<b>118</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>2410</b>	<b>85</b>	<b>58</b>	<b>344</b>	<b>2244</b>	
	<b>Итого за период:</b>	<b>24480</b>	<b>860</b>	<b>750</b>	<b>3510</b>	<b>23420</b>	
	<b>Среднее значение за период:</b>	<b>2448</b>	<b>86</b>	<b>75</b>	<b>351</b>	<b>2342</b>	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.

*Ожегина*



Меню приготавливаемых блюд  
10.04.2026

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 2</b>			<b>Пятница</b>				
Завтрак 12 - 18	Каша манная	250	6,22	6,6	31,24	240	№ 230, 2021
	Кофейный напиток	200	1,4	1,2	11,4	66	№ 464, 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
	<b>Итого: Завтрак 12 - 18</b>	<b>550</b>	<b>15,12</b>	<b>17,8</b>	<b>82,39</b>	<b>568,7</b>	
2 Завтрак 12 - 18	Сок фруктовый	200	0,57	1	14,00	62,86	№ 501, 2021
<b>Итого: 2 Завтрак</b>		<b>200</b>	<b>0,57</b>	<b>0,57</b>	<b>14</b>	<b>62,86</b>	
Обед 12 - 18	Свекла с растительным маслом	100	0,86	3,05	5,7	82	№ 26, 2021
	Рассольник ленинградский	250	2,62	5,1	13,25	160	№ 100, 2021
	Запеканка картофельная с мясом	200	20,5	14,1	15,3	270	№ 334, 2021
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,6	0,1	20,1	84	№ 376, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	40	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	40	4	0,75	20,05	103	№ 575, 2021
	<b>Итого: Обед 12 - 18</b>	<b>810</b>	<b>32,38</b>	<b>23,5</b>	<b>99</b>	<b>840</b>	
Полдник: 12 - 18	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	№ 457, 2021
	Вагрушка с творогом	100	4	1,4	23,9	124	№ 531, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
<b>Итого: Полдник 12 - 18</b>		<b>350</b>	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>58</b>	<b>303</b>	
Ужин: 12-18	Капуста тушеная	200	4	6,8	15,2	156	№ 380, 2021
	Биточки рыбные с томатным	100	11,7	1,43	9,1	127	№ 307, 419, 2021
	Кисель из концентрата плодового (ягодного)	200	1,36		29	116	№ 484, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	№ 575, 2021
<b>Итого: Ужин 12 - 18</b>		<b>600</b>	<b>24,86</b>	<b>9,38</b>	<b>97,95</b>	<b>643</b>	
2 Ужин: 12 - 18	Кисломолочный напиток " Снежок	200	6	6,4	11	118	№ 470, 2021
<b>Итого: 2 Ужин 12 - 18</b>		<b>200</b>	<b>6</b>	<b>6,4</b>	<b>11</b>	<b>118</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>2710</b>	<b>87</b>	<b>60</b>	<b>362</b>	<b>2536</b>	
<b>Итого за период:</b>		<b>27510</b>	<b>933</b>	<b>791</b>	<b>3728</b>	<b>27020</b>	
<b>Среднее значение за период:</b>		<b>2751</b>	<b>93,3</b>	<b>79,1</b>	<b>372,8</b>	<b>2702</b>	

Разработано: Технолог 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