



Меню приготавливаемых блюд
20.04.2026

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2							
Понедельник							
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
Итого: Завтрак 12 - 18		550	17,85	16,73	60,88	484,88	
2 Завтрак 12 - 18	Фрукты	200	0,57	0,57	14	62,86	№ 82, 2021
	Итого: 2 Завтрак		200	0,57	0,57	14	62,86
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
Итого: Обед 12- 18		800	44,13	18,7	113,53	767,6	
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
Итого: Полдник 12 - 18		350	10	8	64	394	
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
Итого: Ужин 12 - 18		600	33,63	22,56	89,49	769	
2 Ужин: 12 - 18	Молоко кипяченое	200	6	5,3	10,1	112,9	№ 469, 2021
	Итого: 2 Ужин 12 - 18		200	6,1	5,3	10,1	112,89
Итого за день:		2350	102	64	288	2197	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.



Меню приготавливаемых блюд
21.04.2026

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2							
						Вторник	
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
Итого: Завтрак 7 - 11		500	13,5	10,51	64,2	385,8	
2 Завтрак 7 - 11	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1	43	№ 501, 2021
	Итого: 2 Завтрак 7 - 11	200	1	0	10	43	
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	
Итого: Обед 7 - 11		750	25	66	83	720	
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
	Итого: Полдник 7 - 11	300	15	7	93	558	
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
Итого: Ужин 7 - 11		500	20,73	16,92	61,26	451,18	
2 Ужин: 7 - 11	Кисломолочный напиток (Кефир)	200	5,8	6	8	113	№ 470, 2021
	Итого: 2 Ужин 7 - 11	200	5,8	6	8	113	
Итого за день:		2450	81	106	320	2271	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.



Меню приготавливаемых блюд
21.04.2026

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2							Вторник
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
Итого: Завтрак 12 - 18		550	14,26	6,9	72,32	461,8	
2 Завтрак 12 - 18	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1	43	№ 501, 2021
	Итого: 2 Завтрак	200	1	0	10	43	
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
	Хлеб ржаной	30	4	0,75	10,05	103	№ 575, 2021
Итого: Обед 12 - 18		890	30	67	87	843	
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
Итого: Полдник 12 - 18		350	12	7	85	477	
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
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	№ 575, 2021
Итого: Ужин 12 - 18		600	24,38	13,95	95,49	627,6	
2 Ужин: 12 - 18	Кисломолочный напиток (Кефир)	200	5,8	6	8	113	№ 470, 2021
	Итого: 2 Ужин 12 - 18	200	5,8	6	8	113	
Итого за день:		2790	87	101	358	2565	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.



Меню приготавливаемых блюд
22.04.2026

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2			Среда				
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
	Итого: Завтрак 7 - 11	500	15	17	88	548	
2 Завтрак 7 - 11	Фрукты	200	0,57	0,57	14	62,86	№ 82, 2021
	Итого: 2 Завтрак 7 - 11	200	1	1	14	63	
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
Итого: Обед 7 - 11	760	34	24	89	734		
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
Итого: Полдник 7 - 11	300	8	5	65	363		
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
Итого: Ужин 7 - 11	500	20	16	59	488		
2 Ужин: 7 - 11	Кисломолочный напиток "Снежок"	200	6	6,4	11	118	№ 470, 2021
	Итого: 2 Ужин 7 - 11	200	6	6	11	118	
Итого за день:		2460	83	69	326	2313	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.



Меню приготавливаемых блюд
22.04.2026

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Недел 2							
Среда							
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
Итого: Завтрак 12 - 18		550	14,82	16,89	88,04	550,7	
2 Завтрак 12 - 18	Фрукты	200	0,57	0,57	14	62,86	№ 82, 2021
Итого: 2 Завтрак		200	1	1	14	63	
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
Итого: Обед 12- 18		890	39	30	100	1016	
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
Итого: Полдник 12 - 18		350	8	5	65	387	
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
Итого: Ужин 12 - 18		600	20,88	15,46	75,03	567	
2 Ужин: 12 - 18	Кисломолочный напиток " Снежок	200	6	6,4	11	118	№ 470, 2021
Итого: 2 Ужин 12 - 18		200	6	6	11	118	
Итого за день:		2790	89	75	353	2701	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.



Меню приготавливаемых блюд
23.04.2026

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2			Четверг				
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
Итого: Завтрак 7 - 11		500	16	16	62	454	
2 Завтрак 7 - 11	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1	43	№ 501, 2021
	Итого: 2 Завтрак 7 - 11		200	1	0	10	43
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
Итого: Обед 7 - 11		740	32,76	22,92	118,72	728,7	
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
Итого: Полдник 7 - 11		300	5	6	71	329	
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
Итого: Ужин 7 - 11		500	33,03	17,06	73,59	580,66	
2 Ужин: 7 - 11	Молоко кипяченое	200	6	5,3	10,1	112,9	№ 469, 2021
	Итого: 2 Ужин 7 - 11		200	6	5,3	10,1	112,5
Итого за день:		2440	94	67	345	2248	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.



Менюготавливаемых блюд
24.04.2026

цшон: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2			Пятница				
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
	Итого: Завтрак 7-11	500	15,12	17,8	82,34	533,7	
2 Завтрак 7 - 11	Сок фруктовый	200	0,57	1	14,00	62,86	№ 501, 2021
	Итого: 2 Завтрак 7 - 11	200	0,57	0,57	14	62,86	
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
	Итого: Обед 7 - 11	700	36,3	24,33	104,73	795,14	
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.
	Итого: Полдник 7 - 11	300	4	2	33	162	
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
	Итого: Ужин 17 - 11	510	22	8	99	572	
2 Ужин: 7 - 11	Кисломолочный напиток "Снежок"	200	6	6,4	11	118	№ 470, 2021
	Итого: 2 Ужин 7-11	200	6	6	11	118	
	Итого за день:	2410	85	58	344	2244	
	Итого за период:	24480	860	750	3510	23420	
	Среднее значение за период:	2448	86	75	351	2342	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.



Меню приготавливаемых блюд
24.04.2026

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2							
Пятница							
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
	Итого: Завтрак 12 - 18	550	15,12	17,8	82,39	568,7	
2 Завтрак 12 - 18	Сок фруктовый	200	0,57	1	14,00	62,86	№ 501, 2021
	Итого: 2 Завтрак	200	0,57	0,57	14	62,86	
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
	Итого: Обед 12 - 18	810	32,38	23,5	99	840	
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
	Итого: Полдник 12 - 18	350	8	2	58	303	
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
	Итого: Ужин 12 - 18	600	24,86	9,38	97,95	643	
2 Ужин: 12 - 18	Кисломолочный напиток " Снежок	200	6	6,4	11	118	№ 470, 2021
	Итого: 2 Ужин 12 - 18	200	6	6,4	11	118	
	Итого за день:	2710	87	60	362	2536	
	Итого за период:	27510	933	791	3728	27020	
	Среднее значение за период:	2751	93,3	79,1	372,8	2702	

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