



Меню на 10 дней для учащихся, воспитанников с ограниченными возможностями.

27.04.2026

1 смена

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 1</b>			<b>Понедельник</b>				
Завтрак 7 - 11	Каша рисовая молочная	200	5,16	6,52	32,18	208	№ 233, 2021
	Кофейный напиток	200	1,4	1,2	11,4	63	№ 464, 2021
	Бутерброд с маслом 40/10	50	3,5	9,25	19,7	159,7	№ 63, 2021
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	№ 575, 2021
<b>Итого: Завтрак 7-11</b>		<b>500</b>	<b>14,06</b>	<b>17,72</b>	<b>83,33</b>	<b>533,7</b>	
Обед 7-11	Зеленый горошек консервированный	60	6,60	2,09	3,18	36,8	№ 157, 2021
	Суп крестьянский с крупой	200	11,8	8,82	52,28	70,8	№ 118, 2021
	Каша гречневая рассыпчатая	150	16,74	11,16	5,67	252	№ 202, 2021
	Котлета Нежная	90	0,6	0,1	20,1	190	№ 373, 2021
	Компот из смеси сухофруктов	180	3,8	0,4	24,6	84	№ 495, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,00	№ 575, 2021	
<b>Итого: Обед 7- 11</b>		<b>770</b>	<b>48,67</b>	<b>23,97</b>	<b>157,16</b>	<b>911,6</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>1270</b>	<b>62,73</b>	<b>41,69</b>	<b>240,49</b>	<b>1445,3</b>	

2 смена

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 1</b>			<b>Понедельник</b>				
Обед 7-11	Зеленый горошек консервированный	60	6,60	2,09	3,18	36,8	№ 157, 2021
	Суп крестьянский с крупой	200	11,8	8,82	52,28	70,8	№ 118, 2021
	Каша гречневая рассыпчатая	150	16,74	11,16	5,67	252	№ 202, 2021
	Котлета Нежная	90	0,6	0,1	20,1	190	№ 373, 2021
	Компот из смеси сухофруктов	180	3,8	0,4	24,6	84	№ 495, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
Хлеб ржаной	40	5,33	1	26,73	137,00	№ 575, 2021	
<b>Итого: Обед 7- 11</b>		<b>770</b>	<b>31,93</b>	<b>23,97</b>	<b>157,16</b>	<b>911,6</b>	
Полдник: 7 - 11	Чай с молоком	180	1,6	1,3	11,5	64	№ 460, 2021
	Ватрушка с творогом	100	4	1,4	23,9	124	№ 531, 2021г.
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
<b>Итого: Полдник 7 - 11</b>		<b>330</b>	<b>9,4</b>	<b>3,1</b>	<b>60</b>	<b>329</b>	
<b>Итого: за день</b>		<b>1100</b>	<b>41,33</b>	<b>27,07</b>	<b>217,16</b>	<b>1240,6</b>	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.

*Ожегина*



27.04.2026

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 1</b>			<b>Понедельник</b>				
Завтрак 12 - 18	Каша рисовая молочная	250	3,78	4,95	40,59	218,16	№ 233, 2021
	Кофейный напиток	200	1,4	1,2	11,4	66	№ 464, 2021
	Бутерброд с маслом 40/10	50	2,86	10,57	21,27	179,43	№ 63, 2021
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	№ 575, 2021
<b>Итого: Завтрак 12 - 18</b>		<b>550</b>	<b>12,04</b>	<b>17,47</b>	<b>93,31</b>	<b>566,59</b>	
Обед 12 - 18	Зеленый горошек консервированный	100	1,4	1,9	2,65	33,5	№ 157, 2021
	Суп крестьянский с крупой	250	1,92	4	6,8	70,8	№ 1, 2021
	Каша гречневая рассыпчатая	200	11,8	8,82	52,28	251,85	№ 118, 2021
	Котлета Нежная	100	16,74	11,16	5,67	196	№ 202, 2021
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,6	0,1	20,1	84	№ 373, 2021
	Хлеб пшеничный	40	3,8	0,4	24,6	141	№ 495, 2021
	Хлеб ржаной	50	5,33	1	26,73	137,33	№ 575, 2021
<b>Итого: Обед 12 - 18</b>		<b>820</b>	<b>40,19</b>	<b>25,48</b>	<b>136,18</b>	<b>880,98</b>	
<b>Итого: за день</b>		<b>1370</b>	<b>52,23</b>	<b>42,95</b>	<b>229,49</b>	<b>1447,57</b>	

2 смена

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 1</b>			<b>Понедельник</b>				
Обед 12 - 18	Зеленый горошек консервированный	100	1,4	1,9	2,65	33,5	№ 157, 2021
	Суп крестьянский с крупой	250	1,92	4	6,8	70,8	№ 1, 2021
	Каша гречневая рассыпчатая	200	11,8	8,82	52,28	251,85	№ 118, 2021
	Котлета Нежная	100	16,74	11,16	5,67	196	№ 202, 2021
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,6	0,1	20,1	84	№ 373, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	40	3,8	0,4	24,6	141	№ 495, 2021
Хлеб ржаной	50	5,33	1	26,73	137,33	№ 575, 2021	
<b>Итого: Обед 12 - 18</b>		<b>820</b>	<b>40,19</b>	<b>25,48</b>	<b>136,18</b>	<b>880,98</b>	№ 575, 2021
Полдник: 12 - 18	Чай с молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	
	Ватрушка с творогом	100	4	1,4	23,9	124	№ 531, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 542, 2021
<b>Итого: Полдник 12 - 18</b>		<b>350</b>	<b>9,4</b>	<b>3,1</b>	<b>60</b>	<b>329</b>	№ 573, 2021
<b>Итого: за день</b>		<b>1170</b>	<b>49,59</b>	<b>28,58</b>	<b>196,18</b>	<b>1209,98</b>	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.

*Ожегина*



Меню приготавливаемых блюд

28.04.2026

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 1</b>			<b>Вторник</b>				
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.
<b>Итого: Завтрак 7 - 11</b>		<b>560</b>	<b>13,15</b>	<b>9,46</b>	<b>53,80</b>	<b>348</b>	
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
<b>Итого: Обед 7 - 11</b>		<b>730</b>	<b>27,67</b>	<b>22,70</b>	<b>77,44</b>	<b>629,3</b>	
<b>Итого: за день</b>		<b>1290</b>	<b>41</b>	<b>32</b>	<b>131</b>	<b>977</b>	

2 смена

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 1</b>			<b>Вторник</b>				
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
<b>Итого: Обед 7 - 11</b>		<b>730</b>	<b>27,67</b>	<b>22,70</b>	<b>77,44</b>	<b>629,3</b>	
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
<b>Итого: Полдник 7 - 11</b>		<b>350</b>	<b>5,9</b>	<b>6,8</b>	<b>56,7</b>	<b>334</b>	
<b>Итого: за день</b>		<b>1080</b>	<b>34</b>	<b>29</b>	<b>134</b>	<b>964</b>	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.



Меню приготавливаемых блюд  
28.04.2026

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 1</b>			<b>Вторник</b>				
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
<b>Итого: Завтрак 12 - 18</b>		<b>650</b>	<b>22,08</b>	<b>15,48</b>	<b>82,84</b>	<b>602,61</b>	
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	
<b>Итого: Обед 12- 18</b>		<b>900</b>	<b>48,07</b>	<b>40,69</b>	<b>108,13</b>	<b>1059,4</b>	
<b>Итого: за день</b>		<b>1550</b>	<b>70,15</b>	<b>56,17</b>	<b>190,97</b>	<b>1662,01</b>	

2 смена

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 1</b>			<b>Вторник</b>				
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
<b>Итого: Обед 12- 18</b>		<b>900</b>	<b>48,07</b>	<b>40,69</b>	<b>108,13</b>	<b>1059,4</b>	
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.
<b>Итого: Полдник 12 - 18</b>		<b>350</b>	<b>9</b>	<b>11</b>	<b>86</b>	<b>479</b>	
<b>Итого: за день</b>		<b>1250</b>	<b>57</b>	<b>52</b>	<b>194</b>	<b>1538</b>	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.

Меню приготавливаемых блюд  
29.04.2026

ИП Батуев Н. М.

1 смена

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 1</b>			<b>Среда</b>				
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
<b>Итого: Завтрак 7 - 11</b>		<b>500</b>	<b>15,23</b>	<b>16,30</b>	<b>62,72</b>	<b>507</b>	
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
<b>Итого: Обед 7 - 11</b>		<b>700</b>	<b>23,51</b>	<b>14,52</b>	<b>81,47</b>	<b>576</b>	
<b>Итого: за день</b>		<b>1200</b>	<b>39</b>	<b>31</b>	<b>144</b>	<b>1083</b>	

2 смена

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 1</b>			<b>Среда</b>				
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
<b>Итого: Обед 7 - 11</b>		<b>700</b>	<b>24</b>	<b>15</b>	<b>81</b>	<b>576</b>	
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
<b>Итого: Полдник 7 - 11</b>		<b>300</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>65</b>	<b>450</b>	
<b>Итого: за день</b>		<b>1000</b>	<b>29</b>	<b>22</b>	<b>147</b>	<b>1025</b>	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.





Меню приготавливаемых блюд  
29.04.2026

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя I</b>							
						<b>Среда</b>	
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
<b>Итого: Завтрак 12 - 18</b>		<b>550</b>	<b>13,43</b>	<b>18,17</b>	<b>70,32</b>	<b>501,73</b>	
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	
<b>Итого: Обед 12 - 18</b>		<b>820</b>	<b>27,07</b>	<b>18,53</b>	<b>78,97</b>	<b>569,2</b>	
<b>Итого: за день</b>		<b>1370</b>	<b>41</b>	<b>37</b>	<b>149</b>	<b>1071</b>	

2 смена

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя I</b>							
						<b>Среда</b>	
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	
<b>Итого: Обед 12 - 18</b>		<b>820</b>	<b>27,07</b>	<b>18,53</b>	<b>78,97</b>	<b>569,2</b>	
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
<b>Итого: Полдник 12 - 18</b>		<b>350</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>65</b>	<b>450</b>	
<b>Итого: за день</b>		<b>1170</b>	<b>33</b>	<b>26</b>	<b>144</b>	<b>1019</b>	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.



Меню приготавливаемых блюд  
30.04.2026

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 1</b>			<b>Четверг</b>				
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
	<b>Итого: Завтрак 7 - 11</b>	<b>500</b>	<b>17,07</b>	<b>15,47</b>	<b>76,92</b>	<b>518,88</b>	
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
<b>Итого: Обед 7 - 11</b>	<b>730</b>	<b>35,37</b>	<b>24,82</b>	<b>103,22</b>	<b>857,1</b>		
<b>Итого: за день</b>		<b>1230</b>	<b>52</b>	<b>40</b>	<b>180</b>	<b>1376</b>	

2 смена

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 1</b>			<b>Четверг</b>				
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
<b>Итого: Обед 7 - 11</b>	<b>730</b>	<b>35,37</b>	<b>24,82</b>	<b>103,22</b>	<b>857,1</b>		
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
	<b>Итого: Полдник 7 - 11</b>	<b>300</b>	<b>4,4</b>	<b>6,8</b>	<b>37,1</b>	<b>227</b>	
<b>Итого: за день</b>		<b>1030</b>	<b>40</b>	<b>32</b>	<b>140</b>	<b>1084</b>	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.



Меню приготавливаемых блюд

30.04.2026

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 1</b>			<b>Четверг</b>				
Завтрак 12 - 18	Каша ячневая вязка	250	7,12	6,79	38,99	247	№ 227, 2021
	Кофейный напиток	200	3,3	2,9	13,8	94	№ 462, 2021
	Хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103	№ 575, 2021
	Бутерброд с сыром 40/10	50	6,90	9,00	10,00	149,00	№ 63, 2021
<b>Итого: Завтрак 12 - 18</b>		<b>550</b>	<b>21,32</b>	<b>19,44</b>	<b>82,84</b>	<b>593</b>	
Обед 12 - 18	Салат из квашеной капусты с луком	100	3,2	0,2	10,4	54	№ 9, 2021
	Суп гороховый со сметаной	250	3,68	2,7	10,17	80,00	№ 433, 2021
	Рис припущенный	180	4,8	7,2	39,2	240	№ 386, 2021г.
	Фрикадельки в соусе	100	19,80	15,74	0,70	224,00	№ 145, 419, 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>39,88</b>	<b>27,09</b>	<b>115,22</b>	<b>926</b>	
<b>Итого: за день</b>		<b>1430</b>	<b>61</b>	<b>47</b>	<b>198</b>	<b>1519</b>	

2 смена

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 1</b>			<b>Четверг</b>				
Обед 12 - 18	Салат из квашеной капусты с луком	100	3,2	0,2	10,4	54	№ 9, 2021
	Суп гороховый со сметаной	250	3,68	2,7	10,17	80,00	№ 433, 2021
	Рис припущенный	180	4,8	7,2	39,2	240	№ 386, 2021г.
	Фрикадельки в соусе	100	19,80	15,74	0,70	224,00	№ 145, 419, 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	5,33	1	26,73	103	№ 575, 2021
<b>Итого: Обед 12 - 18</b>		<b>880</b>	<b>41,21</b>	<b>27,34</b>	<b>131,9</b>	<b>926</b>	
Полдник: 12 - 1	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
	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>7</b>	<b>62</b>	<b>368</b>	
<b>Итого: за день</b>		<b>1230</b>	<b>49</b>	<b>35</b>	<b>194</b>	<b>1294</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