



Меню приготавливаемых блюд

07.09.2026

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2			Понедельник				
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
	Итого: Завтрак 7 - 11	510	15	15	57	429	
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)	150	13,50	9,98	3,90	159,70	№ 329, 2021
	Компот из смеси сухофруктов	200	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	40	3,06	1	17,90	89,10	№ 575, 2021
Итого: Обед 7 -11		640	23	14	75	545	
Итого: за день		1150	38	30	132	974	

2 смена

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2			Понедельник				
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)	150	13,50	9,98	3,90	159,70	№ 329, 2021
	Компот из смеси сухофруктов	200	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	40	3,06	1	17,90	89,10	№ 575, 2021
Итого: Обед 7 -11		640	23	14	75	545	
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
Итого: Полдник 7 - 11		300	6	8	39	253	
Итого: за день		940	29	22	115	798	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.



Меню приготавливаемых блюд

07.09.2026

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	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	
Обед 12 - 18	Кукуруза консервированная	100	14,40	0,82	28,00	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	
Итого: за день		1350	62	35	174	1252	

2 смена

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2			Понедельник				
Обед 12 - 18	Кукуруза консервированная	100	14,40	0,82	28,00	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	19	114	768	
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	
Итого: за день		1150	54	27	177	1162	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.

Ожегина



Меню приготавливаемых блюд

08.09.2026

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетиче- ская ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2			Вторник				
Завтрак 7 - 11	Каша рисовая молочная вязкая	200	3,02	3,96	32,47	174	№ 217, 2021
	Кофейный напиток	180	1,4	1,2	11,4	66	№ 464, 2021
	Яйцо варенное	40	5,08	4,6	0,28	62,8	№ 267, 2021
	Хлеб ржаной	40	4	0,75	20,05	82,34	№ 575, 2021
	Фрукты	100	0,57	0,57	14	62,86	№ 82, 2021
Итого: Завтрак 7 - 11		560	14,07	11,08	78,2	448	
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	
Итого: за день		1310	39	77	161	1168	

2 смена

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2							
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	Фрукт	100	0,57	0,57	14	62,86	№ 82, 2021
	Чай с сахаром	180	0,2	0,1	9,3	38	№ 457, 2021
	Шанежка наливная	50	3,9	3,45	25,5	149	№ 538, 2021
Итого: Полдник 7 - 11		330	5	4	49	250	
Итого: за день		1080	29	70	132	970	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.

Ожегина



Меню приготавливаемых блюд

08.09.2026

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	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
	Фрукты	100	0,57	0,57	14	62,86	№ 82, 2021
Итого: Завтрак 12 - 18		650	14,83	7,47	86,32	524,66	
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	
Итого: за день		1540	45	75	173	1368	

2 смена

МБОУ СКОШИ ЧГО 2

МБОУ СОШ № 102							
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2			Вторник				
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	180	7,6	6,8	41,8	260	№ 457, 2021
	Шанежка наливная	100	7,8	6,9	51,1	298	№ 538, 2021
	Фрукты	100	0,57	0,57	14	62,86	№ 82, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
Итого: Полдник 12 - 18		430	20	8	132	762	
Итого: за день		1320	50	75	219	1605	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.



Меню приготавливаемых блюд

09.09.2026

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2			Среда				
Завтрак 7 - 11	Вареники ленивые	200	7,12	6,79	38,99	247	№ 289, 2021
	Какао с молоком	200	0,2	0,1	9,3	38	№ 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 7 - 11		500	15	17	88	548	
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	219,3	№ 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	40	5,33	1	26,73	137,33	№ 575, 2021
Итого: Обед 7 - 11		770	39	29	113	869	
Итого: за день		1270	53	46	201	1416	

2 смена

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2			Среда				
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	3,6	5,4	38,8	219,3	№ 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	40	5,33	1	26,73	137,33	№ 575, 2021
Итого: Обед 7 - 11		770	37	27	112	869	
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	
Итого: за день		1070	42	28	146	1031	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.



Меню приготавливаемых блюд

09.09.2026

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетиче ская ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2						Среда	
Завтрак 12 - 18	Вареники ленивые	250	4,8	5	16,44	130	№ 289, 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	15,6	17,9	69,99	486,7	
Обед 12 - 18	Винегрет с растительным маслом	100	1,10	4,20	6,31	81	№ 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 пшеничный 2с.	30	4	0,75	10,05	103	№ 575, 2021
Итого: Обед 12- 18		890	38	28	98	996	
Итого: за день		1440	54	46	168	1483	

2 смена

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетиче- ская ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2			Среда				
Обед 12 - 18	Винегрет с растительным маслом	100	1,10	4,20	6,31	81	№ 47, 2021
	Борщ с капустой и картофелем	250	2	3,08	8,9	106	№ 128, 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	35	23	101	962	
Полдник: 12 - 18							
	Чай с сахаром	200	7,6	6,8	41,8	260	№ 457, 2021
	Ватрушка с творогом	100	7,8	6,9	51,1	298	№ 531, 2021
	Хлеб пшеничный в/с	50	3,8	0,4	24,6	141	№ 573, 2021
Итого: Полдник 12 - 18		350	19	7	118	699	
Итого: за день		1240	54	31	218	1661	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.

Ожегина



Меню приготавливаемых блюд

10.09.2026

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетиче ская ценность	№ 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	
Обед 7-11	Салат картофельный с кваш. 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 тушенная с овощами с томатом	100	12,2	6,8	3,8	125,0	№ 299, 2021
	Каша гречневая рассыпчатая	150	11,8	8,82	52,28	252	№ 202, 2021
	Сок фруктовый	180	0,6	0,1	20,1	62,86	№ 501, 2021
	Хлеб пшеничный	50	3,4	0,4	22,1	141	№ 573, 2021
	Хлеб ржаной	40	1,36	0,26	7,96	137,33	№ 575, 2021
Итого: Обед 7- 11		780	32,76	22,92	118,72	840,99	
Итого: за день		1280	49	39	181	1295	

2 смена

Рацион: МБОУ СКОШИ ЧГО 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества			Энергетиче ская ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2			Четверг				
Обед 7-11	Салат картофельный с кваш.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 тушенная с овощами с томатом	100	12,2	6,8	3,8	125,0	№ 299, 2021
	Каша гречневая рассыпчатая	150	11,8	8,82	52,28	252	№ 202, 2021
	Сок фруктовый	180	0,57	1	14,00	62,86	№ 501, 2021
	Хлеб пшеничный	50	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		780	37,08	24,17	133,89	840,99	
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	
Итого: за день		1080	42	30	204	1170	

Разработано: Технолог Ожегина О. В.

Ожегина

Разработано: Технолог Ожегина О. В.

Разработано: Технолог Ожегина О. В.

Разработано: Технолог Ожегина О. В.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 137229390276579249501011284440209805858236050531

Владелец Леухина Наталья Леонидовна

Действителен с 18.08.2026 по 18.08.2027