СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ СОШ

_____

УТВЕРЖДАЮ:
ИП Кокина И.Г.

_____

МЕНЮ

День 1 на _____2026г

Наименование блюда	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		КАЛОРИЙНОСТЬ, КАЛЛ		Цена	
	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л
Завтрак											**136.32**	**152.60**
Блины	135	180	9.62	12.83	8.47	11.30	50.62	67.50	317.1	422.82		
Молоко сгущенное с сахаром	15	20	1.08	1.44	1.28	1.70	8.33	11.10	49.2	65.60		
Соус ягодный	15	20	0.02	0.02	0.03	0.04	5.11	6.81	20.7	27.64		
Сыр полутвердый	15	15	3.48	3.48	4.43	4.43	0.00	0.00	54.6	54.60		
Какао на молоке/чай	200	200	3.55	3.55	3.35	3.35	20.43	20.43	127.0	127.00		
Сахар порционный	200/5	200/5	0.00	0.00	0.00	0.00	5.00	5.00	19.95	19.95		
Хлебная корзина	40	40	3.00	3.00	1.60	1.60	20.56	20.56	104.80	104.80		
Фрукты по сезонности	100	100	0.40	0.40	0.40	0.40	9.80	9.80	47.0	47.00		
Итого за завтрак:	**520**	**595**	**21.15**	**24.72**	**19.12**	**22.38**	**108.86**	**130.21**	**696.5**	**825.52**		
Обед											**176.18**	**205.50**
огурцы соленые	20	35	0.16	0.28	0.02	0.04	0.34	0.60	2.60	4.55		
Свекла отварная	20	35	0.31	0.55	0.02	0.04	1.84	3.23	8.80	15.41		
Морковь свежая/кукуруза консервированная	20	35	0.26	0.46	0.02	0.04	1.38	2.42	7.00	12.25		
Масло растительное	8	8	0.00	0.00	7.99	7.99	0.00	0.00	71.92	71.92		
Суп " Минестроне"	200	250	1.84	2.30	3.84	4.80	10.42	13.03	84.17	105.22		
Печень по-строгановски	100	100	14.93	14.93	10.38	10.38	4.21	4.21	184.38	184.38		
Пюре картофельное	150	180	3.26	3.92	3.71	4.45	21.99	26.38	134.69	161.63		
Сок/Кисель из смородины	200	200	1.00	1.00	0.20	0.20	20.20	20.20	92.00	92.00		
			0.17	0.17	0.06	0.06	26.07	26.07	105.62	105.62		
Хлебная корзина	80	80	5.24	5.24	1.60	1.60	40.32	40.32	197.60	197.60		
Итого за обед:	**828**	**963**	**26.18**	**27.84**	**27.64**	**29.39**	**106.57**	**116.25**	**796.78**	**858.57**		
Полдник											**65.00**	
Чай	200		0.00		0.00		5.99		23.98			
Выпечка	60								140.00			
Итого за полдник:	**260**		**0.00**		**0.00**		**5.99**		**163.98**			
Итого за день			**47.3**	**52.6**	**46.8**	**51.8**	**221.4**	**246.5**	**1657.3**	**1684.1**		

*** - По желанию ребенка**

Зав.Производством (повар)

Социальный педагог

Медицинский работник

СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ СОШ

_____

УТВЕРЖДАЮ:
ИП Кокина И.Г.

_____



МЕНЮ

День 2 на _____2026г

Наименование блюда	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		КАЛОРИЙНОСТЬ, КАЛЛ		Цена	
	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л
Завтрак											**136.32**	**152.60**
Гречка отварная рассыпчатая	100	125	4.42	5.52	1.98	2.48	19.99	24.99	115.28	144.10		
Фрикадельки по-калининградски	50	75	7.97	11.95	6.88	10.31	4.54	6.81	111.83	167.74		
Соус томатный	20	20	0.60	0.60	-	-	2.44	2.44	12.97	12.97		
Кофейный напиток злаковый на молоке/ Чай (лимон*)	200	200	3.79	3.79	3.40	3.40	19.47	19.47	126.86	126.86		
Сахар порционный	200/5	200/5	0.00	0.00	0.00	0.00	5.00	5.00	19.95	19.95		
Йогурт фруктовый	125	125	3.50	3.50	3.13	3.13	14.88	14.88	97.50	97.50		
Хлебная корзина	40	40	3.00	3.00	1.60	1.60	20.56	20.56	104.80	104.80		
Итого за завтрак:	**535**	**585**	**23.27**	**28.36**	**16.54**	**20.47**	**81.88**	**89.15**	**569.23**	**653.97**		
Обед											**176.18**	**205.50**
Помидоры	20	35	0.22	0.39	0.04	0.07	0.76	1.33	4.80	8.40		
Капуста пекинская	20	35	0.30	0.53	0.04	0.07	0.40	0.70	3.20	5.60		
Огурцы свежие	20	35	0.16	0.28	0.02	0.04	0.50	0.88	2.80	4.90		
Масло растительное	8	8	0.00	0.00	7.99	7.99	0.00	0.00	71.92	71.92		
Борщ с капустой и картофелем	200	250	1.65	2.07	2.42	3.03	9.13	11.41	65.04	81.31		
Говядина по-мексикански	90	100	12.77	14.19	11.19	12.43	9.47	10.52	202.47	224.97		
Рис отварной	150	180	3.70	4.44	3.00	3.60	40.97	49.17	197.27	236.72		
Компот вишневый/ компот из плодов сухих	200	200	0.16	0.16	0.04	0.04	16.11	16.11	66.26	66.26		
Хлебная корзина	80	80	5.24	5.24	1.60	1.60	40.32	40.32	197.60	197.60		
Итого за обед:	**788**	**923**	**26.34**	**30.80**	**26.31**	**28.83**	**107.67**	**118.50**	**795.40**	**881.71**		
Полдник											**65.00**	
Хлопья кукурузные	50		1.52		1.80		16.90		79.00			
Молоко	150		5.80		3.20		9.60		107.00			
Фрукты свежие по сезо	100		0.40		0.40		9.80		44.40			
Итого за полдник:	**300**		**7.72**		**5.40**		**36.30**		**230.40**			
Итого за день			**57.3**	**59.2**	**48.3**	**49.3**	**225.9**	**207.7**	**1595.0**	**1535.7**		

*** - По желанию ребенка**

Зав.Производством (повар)

Социальный педагог

Медицинский работник

СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ СОШ

_____

УТВЕРЖДАЮ:
ИП Кокина И.Г.

_____

МЕНЮ

День 3 на _____2026г

Наименование блюда	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		КАЛОРИЙНОСТЬ, КАЛЛ		Цена	
	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л
Завтрак											**136.32**	**152.60**
Пудинг из творога запеченный	180	200	30.28	33.64	18.51	20.57	28.40	31.55	401.27	445.85		
Молоко сгущенное	15	20	1.08	1.44	1.28	1.70	8.33	11.10	49.20	65.60		
Соус ягодный	15	20	0.02	0.02	0.03	0.04	5.11	6.81	20.73	27.64		
Какао на молоке/чай (лимон*)	200	200	3.55	3.55	3.35	3.35	20.43	20.43	127.0	127.00		
Сахар порционный	200/5	200/5	0.00	0.00	0.00	0.00	5.00	5.00	19.95	19.95		
Хлебная корзина	40	40	3.00	3.00	1.60	1.60	20.56	20.56	104.80	104.80		
Фрукты по	100	100	0.40	0.40	0.40	0.40	9.80	9.80	47.0	47.00		
Масло (порциями)	10	10	0.08	0.08	8.25	8.25	0.08	0.08	74.80	74.80		
Итого за завтрак:	**560**	**590**	**24.85**	**27.07**	**29.39**	**31.48**	**105.01**	**114.67**	**783.26**	**849.28**		
Обед											**176.18**	**205.50**
Огурцы свежие	20	35	0.16	0.28	0.02	0.04	0.50	0.88	2.80	4.90		
Морковь свежая/ Кукуруза консервированная	20	35	0.26	0.46	0.02	0.04	1.38	2.42	7.00	12.25		
Капуста свежая/ горошек консервированный	20	35	0.36	0.63	0.02	0.04	0.94	1.65	5.6	9.8		
Масло растительное	8	8	0.00	0.00	7.99	7.99	0.00	0.00	71.92	71.92		
Суп гороховый	200	250	10.23	12.78	4.28	5.35	22.11	27.64	159.09	198.86		
Шницель рубленый куриный	100	100	16.96	16.96	14.73	14.73	13.79	13.79	245.89	245.89		
Макароны отворные с овощами	150	180	4.86	5.83	3.66	4.39	29.79	35.75	172.53	207.04		
Сок/ компот из вишни с яблоками	200	200	1.00	1.00	0.20	0.20	20.20	20.20	92.00	92.00		
Хлебная корзина	80	80	5.24	5.24	1.60	1.60	40.32	40.32	197.60	197.60		
Итого за обед:	**798**	**923**	**39.06**	**43.18**	**32.52**	**34.36**	**129.03**	**142.63**	**954.43**	**1040.25**		
Полдник											**65.00**	
Винегрет овощной	100		1.38		10.02		6.54		122.00			
Хлеб ржано-пшеничный	20		1.50		0.58		10.28		52.34			
Напиток из шиповника	200		0.67		0.27		20.76		88.20			
Итого за полдник:	**320**		**3.55**		**10.87**		**37.58**		**262.54**			
Итого за день			**42.6**	**70.3**	**72.8**	**65.8**	**271.6**	**257.3**	**2000.2**	**1889.5**		

*** - По желанию ребенка**

Зав.Производством (повар)

Социальный педагог

Медицинский работник

СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ СОШ

_____

УТВЕРЖДАЮ:
ИП Кокина И.Г.

_____



МЕНЮ

День 4 на _____2026г

Наименование блюда	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		КАЛОРИЙНОСТЬ, КАЛЛ		Цена	
	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л
Завтрак											**136.32**	**152.60**
Хлопья сладкие с молоком	160	250	7.41	11.58	3.89	6.09	52.75	82.43	264.36	413.07		
Сыр полутвердый	15	15	3.48	3.48	4.43	4.43	0.00	0.00	54.60	54.60		
Кофейный напиток на молоке/ чай (лимон*)	200	200	3.79	3.79	3.40	3.40	19.47	19.47	126.86	126.86		
Сахар порционный	200/5	200/5	0.00	0.00	0.00	0.00	5.00	5.00	19.95	19.95		
Хлебная корзина	40	40	3.00	3.00	1.60	1.60	20.56	20.56	104.80	104.80		
Фрукты по сезонности	100	100	0.40	0.40	0.40	0.40	9.80	9.80	47.0	47.00		
Печенье	20	40	1.50	3.00	1.96	3.92	14.88	29.76	83.40	166.80		
Йогурт фруктовый	125	125	3.50	3.50	3.13	3.13	14.88	14.88	97.50	97.50		
Итого за завтрак:	**545**	**665**	**20.62**	**26.75**	**15.58**	**19.97**	**124.40**	**172.30**	**778.52**	**1010.63**		
Обед											**176.18**	**205.50**
Помидоры	20	35	0.22	0.39	0.04	0.07	0.76	1.33	4.80	8.40		
Капуста свежая/ горошек консервированный	20	35	0.36	0.63	0.02	0.04	0.94	1.65	5.60	9.80		
Огурцы свежие	20	35	0.16	0.28	0.02	0.04	0.50	0.88	2.80	4.90		
Масло растительное	8	8	0.00	0.00	7.99	7.99	0.00	0.00	71.92	71.92		
Суп картофельный с рисом	200	250	1.43	1.79	2.97	3.71	12.16	15.20	79.79	99.73		
Котлеты рубленые говядина/ Котлеты рыбные	90/ 100	100/ 125	13,42/ 12,5	14,92/ 15,63	12,60/ 14,00	14,0/ 17,5	11,58/ 10,50	12,87/ 13,13	213,25/ 214,50	236,95/ 268,12		
Картофель отварной с зеленью	150	180	3.13	3.76	5.56	6.67	24.86	29.83	162.27	194.72		
Кисель из смородина/ компот из кураги	200	200	0,17/ 0,83	0,17/ 0,83	0,06/ 0,05	0,06/ 0,05	26,07/ 16,15	26,07/ 16,15	105,62/ 69,04	105,62/ 69,04		
Хлебная корзина	80	80	5.24	5.24	1.60	1.60	40.32	40.32	197.60	197.60		
Итого за обед:	**798**	**948**	**23.87**	**28.54**	**32.25**	**37.67**	**106.19**	**118.48**	**808.31**	**924.24**		
Полдник											**65.00**	
Выпечка	100		3.39		5.27		45.50		240.00			
Сок фруктовый	200		10.00		0.00		20.00		84.00			
Итого за полдник:	**300**		**13.39**		**5.27**		**65.50**		**324.00**			
Итого за день		1613	**57.9**	**55.3**	**53.1**	**57.6**	**296.1**	**290.8**	**1,586.8**	**1,934.9**		

*** - По желанию ребенка**

Зав.Производством (повар)

Социальный педагог

Медицинский работник

СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ СОШ

_____

УТВЕРЖДАЮ:
ИП Кокина И.Г.

_____

МЕНЮ

День 5 на _____2026г

Наименование блюда	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		КАЛОРИЙНОСТЬ, КАЛЛ		Цена	
	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л
Завтрак											**136.32**	**152.60**
Омлет	160	210	16.71	21.93	17.98	23.59	3.12	4.10	241.14	316.49		
Круассан	80	80	6.45	6.45	30.58	30.58	37.93	37.93	452.1	452.10		
Фрукты по	100	100	0.40	0.40	0.40	0.40	9.80	9.80	47.0	47.00		
Какао на молоке/чай (лимон*)	200	200	3.55	3.55	3.35	3.35	20.43	20.43	127.0	127.00		
Сахар порционный	200/5	200/5	0.00	0.00	0.00	0.00	5.00	5.00	19.95	19.95		
Хлебная корзина	40	40	3.00	3.00	1.60	1.60	20.56	20.56	104.80	104.80		
Масло (порциями)	10	10	0.08	0.08	8.25	8.25	0.08	0.08	74.80	74.80		
Итого за завтрак:	**590**	**680**	**25.24**	**31.96**	**31.72**	**37.92**	**64.28**	**75.53**	**1022.90**	**1203.06**		
Обед											**176.18**	**205.50**
Огурцы соленые	20	35	0.16	0.28	0.02	0.04	0.34	0.60	2.60	4.55		
Свекла отварная	20	35	0.31	0.55	0.02	0.04	1.84	3.23	8.80	15.41		
Морковь свежая/ Кукуруза консервированная	20	35	0.26	0.46	0.02	0.04	1.38	2.42	7.00	12.25		
Масло растительное	8	8	0.00	0.00	7.99	7.99	0.00	0.00	71.92	71.92		
Щи "Новгородские"	200	250	1.62	2.02	2.42	3.03	6.75	8.44	55.66	69.57		
Пельмени отварные	240	280	22.82	26.62	29.66	34.60	48.80	56.93	447.41	521.98		
Сок/ Компот вишневый	200	200	1,0/ 0,16	1,0/ 0,16	0,20/ 0,04	0,20/ 0,04	20,20/ 16,11	20,20/ 16,11	92,0/ 66,26	92,0/ 66,26		
Хлебная корзина	80	80	5.24	5.24	1.60	1.60	40.32	40.32	197.60	197.60		
Итого за обед:	**788.0**	**923**	**39.18**	**46.09**	**43.63**	**49.69**	**130.90**	**147.23**	**841.29**	**943.57**		
Полдник											**65.00**	
Запеканка морковная с творогом с сгущеным молоком	150/20		14.50		15.94		29.56		315.00			
Чай	200		0.00		0.00		5.99		23.98			
Итого за полдник:	**370**		**14.50**		**15.94**		**35.55**		**338.98**			
Итого за день		1603	**78.9**	**78.1**	**91.3**	**87.6**	**230.7**	**222.8**	**2203.2**	**2146.6**		

*** - По желанию ребенка**

Зав.Производством (повар)

Социальный педагог

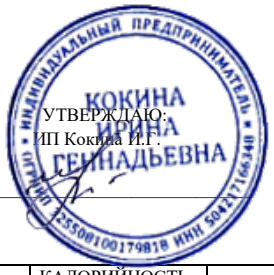
Медицинский работник

СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ СОШ

_____

УТВЕРЖДАЮ:
ИП Кокина И.Г.

_____



МЕНЮ

День 6 на _____2026г

Наименование блюда	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		КАЛОРИЙНОСТЬ, КАЛЛ		Цена	
	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л
Завтрак											**136.32**	**152.60**
Пудинг из творога запеченный	180	200	30.28	33.64	18.51	20.57	28.40	31.55	401.27	445.85		
Молоко сгущенное	15	20	1.08	1.44	1.28	1.70	8.33	11.10	49.20	65.60		
Соус ягодный	15	20	0.02	0.02	0.03	0.04	5.11	6.81	20.73	27.64		
Сыр полутвердый	15	15	3.48	3.48	4.43	4.43	0.00	0.00	54.60	54.60		
Кофейный напиток злаковый на молоке/ Чай (лимон*)	200	200	3.79	3.79	3.40	3.40	19.47	19.47	126.86	126.86		
Сахар порционный	200/5	200/5	0.00	0.00	0.00	0.00	5.00	5.00	19.95	19.95		
Хлебная корзина	40	40	3.00	3.00	1.60	1.60	20.56	20.56	104.80	104.80		
Фрукты по сезонности	100	100	0.40	0.40	0.40	0.40	9.80	9.80	47.0	47.00		
Итого за завтрак:	**550**	**600**	**23.05**	**26.56**	**19.87**	**23.23**	**94.50**	**112.24**	**649.09**	**763.64**		
Обед											**176.18**	**205.50**
Помидоры	20	35	0.22	0.39	0.04	0.07	0.76	1.33	4.80	8.40		
Капуста пекинская	20	35	0.30	0.53	0.04	0.07	0.40	0.70	3.20	5.60		
Огурцы свежие	20	35	0.16	0.28	0.02	0.04	0.50	0.88	2.80	4.90		
Масло растительное	8	8	0.00	0.00	7.99	7.99	0.00	0.00	71.92	71.92		
Рассольник	200	250	5.53	6.91	5.77	7.22	18.50	23.12	146.31	182.88		
Биточки рубленые куриные/ Фишболы	90/120	100/ 120	15,91/ 20,26	17,68/ 20,26	13,95/ 4,97	15,5/ 4,97	13,42/ 22,30	14,92/ 22,30	234,26/ 216,57	260,29/ 216,57		
Капуста тушеная	200	200	4.33	4.33	5.80	5.80	13.90	13.90	127.90	127.90		
Компот из плодов свежих (яблоки)/ Напиток из плодов сухих(изюм)	200	200	0,35/ 0,41	0,35/ 0,41	0,35/ 0,09	0,35/ 0,09	40,59/ 19,84	40,59/ 19,84	169,04/ 82,5	169,04/ 82,5		
Хлебная корзина	80	80	5.24	5.24	1.60	1.60	40.32	40.32	197.60	197.60		
Итого за обед:	**868**	**963**	**36.46**	**38.35**	**26.32**	**27.84**	**116.52**	**122.39**	**853.59**	**898.27**		
Полдник											**65.00**	
Выпечка	100		6.87		10.44		35.91		265.14			
Сок фруктовый	200		10.00		0.00		20.00		84.00			
Итого за полдник:	**300**		**16.87**		**10.44**		**55.91**		**349.14**			
Итого за день			**76.4**	**64.9**	**56.6**	**51.1**	**266.9**	**234.6**	**1851.8**	**1661.9**		

*** - По желанию ребенка**

Зав.Производством (повар)

Социальный педагог

Медицинский работник

СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ СОШ

_____

УТВЕРЖДАЮ:
ИП Кокина И.Г.

_____

МЕНЮ

День 7 на _____2026г

Наименование блюда	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		КАЛОРИЙНОСТЬ, КАЛЛ		Цена	
	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л
Завтрак											**136.32**	**152.60**
Омлет	160	210	16.71	21.93	17.98	23.59	3.12	4.10	241.14	316.49		
Кекс с цукатами	80	80	5.92	5.92	21.40	21.40	46.76	46.76	402.95	402.95		
Какао на молоке/чай (лимон*)	200	200	3.55	3.55	3.35	3.35	20.43	20.43	127.0	127.00		
Сахар порционный	200/5	200/5	0.00	0.00	0.00	0.00	5.00	5.00	19.95	19.95		
Хлебная корзина	40	40	3.00	3.00	1.60	1.60	20.56	20.56	104.80	104.80		
Йогурт фруктовый	125	125	3.50	3.50	3.13	3.13	14.88	14.88	97.50	97.50		
Итого за завтрак:	**505**	**555**	**27.12**	**32.34**	**41.11**	**46.73**	**85.71**	**86.69**	**821.23**	**896.59**		
Обед											**176.18**	**205.50**
Огурцы соленые	20	35	0.16	0.28	0.02	0.04	0.34	0.60	2.60	4.55		
Свекла отварная	20	35	0.31	0.55	0.02	0.04	1.84	3.23	8.80	15.41		
Морковь свежая/ Кукуруза консервированная	20	35	0.26	0.46	0.02	0.04	1.38	2.42	7.00	12.25		
Масло растительное	8	8	0.00	0.00	7.99	7.99	0.00	0.00	71.92	71.92		
Суп куриный	200	250	4.14	5.17	3.97	4.97	9.47	11.83	88.71	110.89		
Рагу из мяса птицы (курица)	240	280	26.72	31.17	24.64	28.75	30.05	35.06	435.05	507.55		
Сок/ компот из кураги	200	200	1,/ 0,83	1,/ 0,83	0,20/ 0,05	0,20/ 0,05	20,20/ 16,15	20,20/ 16,15	92,0/ 69,04	92,0/ 69,04		
Хлебная корзина	80	80	5.24	5.24	1.60	1.60	40.32	40.32	197.60	197.60		
Итого за обед:	**818**	**953**	**38.00**	**43.92**	**29.06**	**32.00**	**116.85**	**128.64**	**911.94**	**1013.84**		
Полдник											**65.00**	
Яйцо вареное	50		5.08		4.60		0.28		63.00			
Горошек зеленый	60		1.55		0.10		3.25		20.10			
Кисломолочный напиток	200		5.80		5.00		8.00		100.00			
Хлеб из муки пшеничной	20		1.50		0.58		10.28		52.34			
Итого за полдник:	**330**		**13.93**		**10.28**		**21.81**		**235.44**			
Итого за день			**79.1**	**76.3**	**80.5**	**78.7**	**224.4**	**215.3**	**1,754.4**	**1,931.7**		

*** - По желанию ребенка**

Зав.Производством (повар)

Социальный педагог

Медицинский работник

СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ СОШ

_____

УТВЕРЖДАЮ:
ИП Кокина И.Г

_____

МЕНЮ

День 8 на _____2026г

Наименование блюда	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		КАЛОРИЙНОСТЬ, КАЛЛ		Цена	
	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л
Завтрак											**136.32**	**152.60**
Каша гречневая с молоком	150	250	5.59	9.32	4.15	6.91	24.46	40.76	157.58	262.63		
Соус ягодный	20	20	0.02	0.02	0.04	0.04	8.81	8.81	35.62	35.62		
Круассан	80	80	6.45	6.45	30.58	30.58	37.93	37.93	452.10	452.10		
Кофейный напиток злаковый на молоке/ Чай (лимон*)	200	200	3.79	3.79	3.40	3.40	19.47	19.47	126.86	126.86		
Сахар порционный	200/5	200/5	0.00	0.00	0.00	0.00	5.00	5.00	19.95	19.95		
Хлебная корзина	40	40	3.00	3.00	1.60	1.60	20.56	20.56	104.80	104.80		
Фрукты по сезонности	100	100	0.40	0.40	0.40	0.40	9.80	9.80	47.0	47.00		
Итого за завтрак:	**610**	**710**	**20.75**	**24.48**	**40.31**	**43.08**	**131.31**	**147.62**	**976.36**	**1081.41**		
Обед											**176.18**	**205.50**
Помидоры	20	35	0.22	0.39	0.04	0.07	0.76	1.33	4.80	8.40		
Капуста пекинская	20	35	0.30	0.53	0.04	0.07	0.40	0.70	3.20	5.60		
Огурцы свежие	20	35	0.16	0.28	0.02	0.04	0.50	0.88	2.80	4.90		
Масло растительное	8	8	0.00	0.00	7.99	7.99	0.00	0.00	71.92	71.92		
Борщ "Сибирский"	200	250	9.35	11.68	5.98	7.47	16.30	20.38	148.05	185.07		
Изделия рыбные формованные в панировке/ Котлеты рыбные	100	125	12.50	15.63	14.00	17.50	10.50	13.13	214.50	268.12		
Макароны отварные с овощами	150	180	4.86	5.83	3.66	4.39	29.79	35.75	172.53	207.04		
Компот вишневый/ Компот из плодов сухих	200	200	0,16/ 0,8	0,16/ 0,8	0,4/ 0,06	0,4/ 0,06	16,11/ 21,39	16,11/ 21,39	66,26/ 87,9	66,26/ 87,9		
Хлебная корзина	80	80	5.24	5.24	1.60	1.60	40.32	40.32	197.60	197.60		
Итого за обед:	**798**	**923**	**32.79**	**36.60**	**33.37**	**35.67**	**114.68**	**125.96**	**861.71**	**1021.03**		
Полдник											**65.00**	
Хлопья сладкие с молоком	150		1.64		4.12		7.29		247.84			
Фрукты свежие по сезонности	100		0.43		0.12		38.62		47.00			
Итого за полдник:	**250**		**2.07**		**4.24**		**45.91**		**294.84**			
Итого за день			**55.61**	**61.08**	**77.92**	**78.75**	**291.90**	**273.58**	**2132.91**	**2102.44**		

*** - По желанию ребенка**

Зав.Производством (повар)

Социальный педагог

Медицинский работник

СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ СОШ

_____

УТВЕРЖДАЮ:
ИП Кокина И.Г.

_____

МЕНЮ

День 9 на _____2026г

Наименование блюда	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		КАЛОРИЙНОСТЬ, КАЛЛ		Цена	
	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л
Завтрак											**136.32**	**152.60**
Изделия макаронные отварные	110	140	4.05	5.15	2.29	2.92	25.84	32.89	140.27	178.52		
Наггетсы	60	80	11.11	14.81	11.12	14.83	4.93	6.57	164.23	218.98		
Соус томатный	20	20	0.60	0.60	-	-	2.44	2.44	12.97	12.97		
Какао на молоке/чай (лимон*)	200	200	3.55	3.55	3.35	3.35	20.43	20.43	127.0	127.00		
Сахар порционный	200/5	200/5	0.00	0.00	0.00	0.00	5.00	5.00	19.95	19.95		
Хлебная корзина	40	40	3.00	3.00	1.60	1.60	20.56	20.56	104.80	104.80		
Сыр полутвердый	15	15	3.48	3.48	4.43	4.43	0.00	0.00	54.60	54.60		
Йогурт фруктовый	125	125	3.50	3.50	3.13	3.13	14.88	14.88	97.50	97.50		
Итого за завтрак:	**625**	**675**	**18.83**	**20.66**	**19.04**	**21.47**	**86.48**	**93.22**	**596.02**	**689.02**		
Обед											**176.18**	**205.50**
Огурцы свежие	20	35	0.16	0.28	0.02	0.04	0.50	0.88	2.80	4.90		
Морковь свежая/ Кукуруза консервированная	20	35	0.26	0.46	0.02	0.04	1.38	2.42	7.00	12.25		
Капуста свежая/ горошек консервированный	20	35	0.36	0.63	0.02	0.04	0.94	1.65	5.6	9.8		
Масло растительное	8	8	0.00	0.00	7.99	7.99	0.00	0.00	71.92	71.92		
Суп " Минестроне"	200	250	1.84	2.30	3.84	4.80	10.42	13.03	84.17	105.22		
Шницель рубленый куриный	100	100	16.96	16.96	14.73	14.73	13.79	13.79	245.89	245.89		
Картофель отварной с зеленью	150	180	3.13	3.76	5.56	6.67	24.86	29.83	162.27	194.72		
Сок/ Компот из смородины	200	200	1,00/ 0,20	1,00/ 0,20	0,20/ 0,08	0,20/ 0,08	20,20/ 15,45	20,20/ 15,45	92,00/ 64,66	92,00/ 64,66		
Хлебная корзина	80	80	5.24	5.24	1.60	1.60	40.32	40.32	197.60	197.60		
Итого за обед:	**798.0**	**923**	**28.15**	**29.83**	**33.86**	**35.97**	**107.65**	**117.35**	**841.91**	**906.96**		
Полдник											**65.00**	
Шарлотка с яблоками	100		3.71		4.7		39.6		209.8			
Чай	200		0.00		0.00		5.99		23.98			
Итого за полдник:	**300**		**3.71**		**4.74**		**45.59**		**233.78**			
Итого за день			**50.7**	**50.5**	**57.6**	**57.4**	**239.7**	**210.6**	**1,671.7**	**1,596.0**		

*** - По желанию ребенка**

Зав.Производством (повар)

Социальный педагог

Медицинский работник

СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ СОШ

_____

УТВЕРЖДАЮ:
ИП Кокина И.Г.

_____



МЕНЮ

День 10 на _____2026г

Наименование блюда	Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		КАЛОРИЙНОСТЬ, КАЛЛ		Цена	
	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л	7-10л	11-18л
Завтрак											**136.32**	**152.60**
Хлопья сладкие с молоком	160	250	7.41	11.58	3.89	6.09	52.75	82.43	264.36	413.07		
Сыр полутвердый	15	15	3.48	3.48	4.43	4.43	0.00	0.00	54.60	54.60		
Кофейный напиток злаковый на молоке/ Чай (лимон*)	200	200	3.79	3.79	3.40	3.40	19.47	19.47	126.86	126.86		
Сахар порционный	200/5	200/5	0.00	0.00	0.00	0.00	5.00	5.00	19.95	19.95		
Хлебная корзина	40	40	3.00	3.00	1.60	1.60	20.56	20.56	104.80	104.80		
Фрукты по сезонности	100	100	0.40	0.40	0.40	0.40	9.80	9.80	47.0	47.00		
Печенье	20	20	1.50	1.50	1.96	1.96	14.88	14.88	83.4	83.40		
Итого за завтрак:	**535**	**630**	**19.58**	**23.75**	**14.41**	**17.10**	**111.08**	**125.11**	**681.02**	**829.73**		
Обед											**176.18**	**205.50**
Помидоры	20	35	0.22	0.39	0.04	0.07	0.76	1.33	4.80	8.40		
Капуста свежая/ горошек консервированный	20	35	0.36	0.63	0.02	0.04	0.94	1.65	5.60	9.80		
Огурцы свежие	20	35	0.16	0.28	0.02	0.04	0.50	0.88	2.80	4.90		
Масло растительное	8	8	0.00	0.00	7.99	7.99	0.00	0.00	71.92	71.92		
Щи "Новгородские"	200	250	1.62	2.02	2.42	3.03	6.75	8.44	55.66	69.57		
Пельмени отварные	240	280	22.82	26.62	29.66	34.60	48.80	56.93	447.41	521.98		
Кисель из вишни/ Компот из кураги	200	200	0,20/ 0,83	0,20/ 0,83	0,05/ 0,05	0,05/ 0,05	27,44/ 16,15	27,44/ 16,15	111,06/ 69,04	111,06/ 69,04		
Хлебная корзина	80	80	5.24	5.24	1.60	1.60	40.32	40.32	197.60	197.60		
Итого за обед:	**788**	**923**	**30.62**	**35.38**	**41.80**	**47.41**	**125.51**	**136.98**	**896.85**	**733.04**		
Полдник											**65.00**	
Выпечка	100		2.67		3.21		5.52		228.00			
Кисломолочный напит	200		5.80		5.00		8.00		100.00			
Хлеб из муки пшеничн	20		1.50		0.58		10.28		52.34			
Итого за полдник:	**320**		**9.97**		**8.79**		**23.80**		**380.34**			
Итого за день			**60.2**	**59.1**	**65.0**	**64.5**	**260.4**	**262.1**	**1958.2**	**1562.8**		

*** - По желанию ребенка**

Зав.Производством (повар)

Социальный педагог

Медицинский работник