

01.09.2025

Согласовано:
и.о. директора МКОУ "Побединская СШ"
Захаров А. М.

1 день

Прием пищи, наименование блюда	стоимость	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
7-11 лет								
Завтрак								
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ №311К		90	8,6	10,4	6,8	158,3	311К	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203		150	3,70	5,70	28,20	195,70	203	2017
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(огурец св., помидор св.,капуста квашеная,огурец сол.,помидор сол.)		60	0,41	0,10	0,84	5,00	70,71,80	2017
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ № 53		200	0,30	0,00	16,00	66,40	53	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6		30	2,37	0,30	14,49	70,90	6	
Итого за прием пищи:	117,67	530	15,38	16,50	66,33	496,30		
Полдник								
ОВЗ								
БУЛОЧКА СДОБНАЯ №146		100	8,90	9,50	31,50	220,10	146	
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53		200	0,30	0,00	16,00	66,40	53	
Итого за прием пищи:	26,5	300	9,20	9,50	47,50	286,50		

1-день

Прием пищи, наименование блюда	стоимость	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
12-18 лет								
Завтрак								
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ или ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ)№ 1		100	0,50	0,10	1,01	6,00	1	
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ №311К		100	9,60	11,60	7,50	175,90	311К	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203		170	4,19	6,50	32,00	221,80	203	2017
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53		200	0,30	0,00	16,00	66,40	53	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6		50	3,95	0,50	21,15	116,33	6	
Итого за прием пищи:	117,67	620	18,54	18,7	77,66	586,43		
ОВЗ								
Полдник								
БУЛОЧКА СДОБНАЯ № 146		100	8,90	9,50	31,50	220,10	146	
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53		250	0,50	0,00	20,00	98,00	53	
Итого за прием пищи:	26,5	350	9,40	9,50	51,50	318,10		

02.09.2025

2 день

Согласовано
и.о. директора
Захаров А. М.

Прием пищи, наименование блюда	стоим	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
7-11 лет								
Завтрак								
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ №2		60/2	0,9	0,1	5,1	24,4	2	
ТЕФТЕЛИ С РИСОМ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №307/363		90/30	10,90	10,90	13,50	205,60	307/363	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303		150	3,99	4,50	17,72	125,90	303	
ЧАЙ С САХАРОМ № 685		200	0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7		50	3,13	0,50	20,63	99,00	7	
Итого за прием пищи:	117,67	582	19,12	16,00	71,95	512,90		
12-18 лет								
Полдник								
КРУАССАН № 147		100	8,30	8,80	32,20	218,80	147	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379		200	3,16	2,66	15,94	100,60	379	
Итого за прием пищи:	26,5	300	11,46	11,46	48,14	319,40		

2 день

Прием пищи, наименование блюда	стоим	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
12-18 лет								
Завтрак								
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ №2		100/2	1,5	0,1	8,5	40,7	2	
ТЕФТЕЛИ С РИСОМ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №307/363		100/30	12,70	12,80	15,50	227,30	307/363	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303		160	4,90	4,90	27,30	145,84	303	
ЧАЙ С САХАРОМ № 685		200	0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7		50	3,13	0,50	20,63	99,00	7	
Итого за прием пищи:	117,67	642	22,4	18,3	86,9	570,8		
Полдник								
ОВЗ								
КРУАССАН № 147		100	8,30	8,80	32,20	218,80	147	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379		250	4,35	4,00	23,40	150,10	379	
Итого за прием пищи:	26,5	350	12,65	12,80	55,60	368,90		

03.09.2025

3 день

Согласовано: И.О. директора МКОУ "Побединская СШ"

Захаров А. М.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
7-11 лет							
Завтрак							
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ или ПОМИДОР СВЕЖИЙ) № 27	60	0,6	0,0	1,4	8,0	27	
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ № 492	200	15,10	19,00	30,20	345,80	492	
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53	200	0,30	0,00	16,00	66,40	53	0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	50	3,13	0,50	20,63	99,00	7	
Итого за прием пищи:	117,67	19,13	19,50	68,23	519,20		
Полдник							
ОВЗ							
ПИРОЖОК В АССОРТИМЕНТЕ № 140	100	8,80	9,60	33,70	226,90	140	
ЧАЙ С САХАРОМ № 685	200	0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
Итого за прием пищи:	26,5	9,00	9,60	48,70	284,90		

03.09.2025 3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
12-18 лет							
Завтрак							
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ или ПОМИДОР СВЕЖИЙ) № 27	100	1,1	0,0	2,3	18,0	27	
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ № 492	220	16,50	22,44	38,70	432,25	492	
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53	200	0,30	0,00	16,00	66,40	53	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	50	3,13	0,50	20,63	99,00	7	
Итого за прием пищи:	117,67	21,03	22,94	77,63	615,65		
Полдник							
ОВЗ							
ПИРОЖОК В АССОРТИМЕНТЕ №140	100	8,80	9,60	33,70	226,90	140	
ЧАЙ С САХАРОМ № 685	250	0,30	0,00	22,00	73,00	685	2011
Итого за прием пищи:	26,5	9,10	9,60	55,70	299,90		

04.09.2025

4 день



Прием пищи, наименование блюда	стоим	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
7-11 лет								
Завтрак								
БЛЮДО ИЗ РЫБЫ (КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК№106)		90	11,60	11,80	13,00	159,00	106	2017
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №310		160	3,04	4,50	24,55	151,40	310	2017
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686		200	0,30	0,00	15,20	60,00	686	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6		50	3,95	0,50	21,15	116,33	6	
Итого за прием пищи:	117,67	500	18,89	16,80	73,90	486,73		
ОВЗ								
БУЛОЧКА СДОБНАЯ №146		100	8,90	9,50	31,50	220,10	146	
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №51		200	0,30	0,00	16,00	66,40	51	
Итого за прием пищи:	26,5	300	9,20	9,50	47,50	286,50		

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
12-18 лет							
Завтрак							
БЛЮДО ИЗ РЫБЫ (КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК№106)	100	12,90	13,10	14,40	176,6	106	2017
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №310	200	3,80	5,74	30,68	192,80	310	2017
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686	200	0,30	0,00	15,20	60,00	686	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	50	3,95	0,50	21,15	116,33	6	
Итого за прием пищи:	117,67	20,95	19,34	81,43	545,73		
Полдник							
ОВЗ							
БУЛОЧКА СДОБНАЯ № 146	100	8,90	9,50	31,50	220,10	146	
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №51	250	0,38	0,00	20,00	83,00	51	
Итого за прием пищи:	26,5	9,28	9,50	51,50	303,10		

05.09.2025 г.

5 день

Прием пищи, наименование блюда

7-11 лет

Завтрак

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
7-11 лет							
Завтрак							
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №175	160	10,86	11,92	27,76	206,00	175	
	30/20	5,00	4,40	25,20	156,00	2	2017
	200	0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
	120	0,60	0,60	14,30	68,40	338	2017
Итого за прием пищи:	530	16,66	16,92	82,26	488,40		
Полдник							
ОВЗ	100	8,30	8,80	32,20	218,80	147	
	200	0,30	0,00	16,00	66,40	53	
	300	8,60	8,80	48,20	285,20		
Итого за прием пищи:	26,5						

5 день

Прием пищи, наименование блюда

12-18 лет

Завтрак

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
12-18 лет							
Завтрак							
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №175	180	13,60	13,90	31,25	270,00	175	
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2	30/20	5,00	4,40	25,20	156,00	2	2017
ЧАЙ С САХАРОМ № 685	200	0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	120	0,60	0,60	14,30	68,40	338	2017
Итого за прием пищи:	550	19,40	18,90	85,75	552,40		
Полдник							
ОВЗ							
КРУАССАН № 147	100	8,30	8,80	32,20	218,80	147	
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53	250	0,50	0,00	20,00	98,00	53	
Итого за прием пищи:	350	8,80	8,80	52,20	316,80		

Согласовано:

и.о. директора МКОУ "Побединская СШ"

Захаров А. М.



08.09.2025

Согласовано: и.о. директора МКОУ "Побединская СШ"

Захаров А. М.

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
7-11 лет							
Завтрак							
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ №181	160	7,20	8,70	33,81	211,64	181	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3	35/5/10	5,80	8,00	11,60	147,00	3	2017
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379	200	3,16	2,66	15,94	100,60	379	
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	120	0,60	0,60	14,30	68,40	338	2017
Итого за прием пищи:	530	16,76	19,96	75,65	527,64		
Полдник							
ОВЗ							
ПИРОЖОК В АССОРТИМЕНТЕ № 140	100	8,80	9,60	33,70	226,90	140	
ЧАЙ С САХАРОМ № 685	200	0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
Итого за прием пищи:	300	9,00	9,60	48,70	284,90		

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
12-18 лет							
Завтрак							
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ №181	180	9,50	9,20	35,66	238,06	181	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3	35/5/10	5,80	8,00	11,60	147,00	3	2017
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379	200	3,16	2,66	15,94	100,60	379	
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	120	0,60	0,60	14,30	68,40	338	2017
Итого за прием пищи:	117,67	19,06	20,46	77,50	554,06		
Полдник							
ОВЗ							
ПИРОЖОК В АССОРТИМЕНТЕ №140	100	8,80	9,60	33,70	226,90	140	
ЧАЙ С САХАРОМ № 685	250	0,30	0,00	22,00	73,00	685	2011
Итого за прием пищи:	26,5	9,10	9,60	55,70	299,90		

09.09.2025

Согласовано:

и.о. директора МКОУ "Побединская СШ"

Захаров А. М.

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
7-11 лет							
Завтрак							
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (КАПУСТА КВАШЕНАЯ №3 или ИКРА КАБАЧКОВАЯ №88)	60	0,90	4,30	3,75	57,70	3/88	
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363	90/30	9,00	8,70	20,20	205,60	455/363	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗАЯ (ГАРНИР) №303	150	3,99	4,50	17,72	125,90	303	
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53	200	0,30	0,00	16,00	66,40	53	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	30	2,37	0,30	14,49	70,90	6	
Итого за прием пищи:	117,67	16,56	17,80	72,16	526,50		
ОВЗ							
Полдник							
БУЛОЧКА СДОБНАЯ №146	100	8,90	9,50	31,50	220,10	146	
ЧАЙ С САХАРОМ № 685	200	0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
Итого за прием пищи:	26,5	9,10	9,50	46,50	278,10		

7 день

Прием пищи, наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
12-18 лет								
Завтрак								
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (КАПУСТА КВАШЕНАЯ №3 или ИКРА КАБАЧКОВАЯ №88)		100	1,80	8,60	7,50	115,40	3/88	
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363		100/30	10,90	9,80	22,40	210,60	455/363	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗАЯ (ГАРНИР) №303		160	4,90	4,90	27,30	145,84	303	
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53		200	0,30	0,00	16,00	66,40	53	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6		30	2,37	0,30	14,49	70,90	6	
Итого за прием пищи:		117,67	20,27	23,60	87,69	609,14		
ОбЗ								
Полдник								
БУЛОЧКА СДОБНАЯ № 146		100	8,90	9,50	31,50	220,10	146	
ЧАЙ С САХАРОМ № 685		250	0,30	0,00	22,00	73,00	685	2011
Итого за прием пищи:		26,5	9,20	9,50	53,50	293,10		

10.09.2025

Согласовано:
и.о. директора МКОУ "Побединская СШ"
Захаров А. М.

8 день

Прием пищи, наименование блюда	СТОИМ	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
7-11 лет								
Завтрак								

ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ или ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ № 1		60	0,41	0,1	0,84	5,0	1	
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ № 259		200	11,92	18,10	45,30	305,00	259	
ЧАЙ С САХАРОМ № 685		200	0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6		50	3,95	0,50	21,15	116,33	6	
Итого за прием пищи:	117,67	510	16,48	18,7	82,29	484,3		
Полдник								
КРУАССАН № 147		100	8,30	8,80	32,20	218,80	147	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ № 685К		200	0,20	0,00	9,20	42,00	685К	2011
Итого за прием пищи:	26,5	300	8,50	8,80	41,40	260,80		

8 день

Прием пищи, наименование блюда	СТОИМ	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
12-18 лет								
Завтрак								
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ или ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ)№ 1		100	0,5	0,1	1,01	6,0	1	
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ № 259		250	14,30	20,50	53,40	406,00	259	
ЧАЙ С САХАРОМ № 685		200	0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6		50	3,95	0,50	21,15	116,33	6	
Итого за прием пищи:	117,67	600	18,95	21,06	90,56	586,33		
ОВЗ								
Полдник								
КРУАССАН № 147		100	8,30	8,80	32,20	218,80	147	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685К		250	0,30	0,00	13,50	60,50	685К	2011
Итого за прием пищи:	26,5	350	8,60	8,80	45,70	279,30		

11.09.2025

Согласовано:

и.о. директора МКОУ "Побединская СШ"

Захаров А. М.

9 день

9 день

Прием пищи, наименование блюда	стоим	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
7-11 лет								
Завтрак								
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №294/363		90/30	11,30	12,10	14,60	205,60	294/363	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203		150	3,70	5,70	28,20	195,70	203	2017
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686		200	0,30	0,00	15,20	60,00	686	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6		30	2,37	0,30	14,49	70,90	6	
Итого за прием пищи:	117,67	500	17,67	18,10	72,49	532,20		
Полдник								
ОВЗ								
ПИРОЖОК В АССОРТИМЕНТЕ №140		100	8,80	9,60	33,70	226,90	140	
СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)		200	0,20	0,20	16,50	112,70	389	
Итого за прием пищи:	26,5	300	9,00	9,80	50,20	339,60		

9 день

9 день

Прием пищи, наименование блюда	стоим	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
12-18 лет								
Завтрак								
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №294/363		100/30	12,20	14,80	15,40	220,80	294/363	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203		170	4,19	6,50	32,00	221,80	203	2017
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686		200	0,30	0,00	15,20	60,00	686	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6		50	3,95	0,50	21,15	116,33	6	
Итого за прием пищи:	117,67	550	20,64	21,80	83,75	618,93		
Полдник								
ОВЗ								
ПИРОЖОК В АССОРТИМЕНТЕ №140		100	8,80	9,60	33,70	226,90	140	
СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)		250	0,25	0,25	20,62	140,80	389	
Итого за прием пищи:	26,5	350	9,05	9,85	54,32	367,70		

12.09.2025

Согласовано:

И.о. Директора МКОУ "Побединская СШ" Захаров А. М.

10 день

Прием пищи, наименование блюда	стоим	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
7-11 лет								
Завтрак								
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ №154		200/30	10,9	15,3	38,8	256,9	154	
ПЕЧЕНЬЕ №9		30	3,80	4,10	14,00	90,50	9	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ № 685		200	0,20	0,00	9,20	42,00	685К	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6		50	3,95	0,50	21,15	116,33	6	
Итого за прием пищи:	117,67	510	18,85	19,90	83,15	505,73		
Полдник								
ОВЗ								
ПИРОЖОК В АССОРТИМЕНТЕ №140		100	8,90	9,50	31,50	220,10	146	
СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)		200	0,30	0,00	16,00	66,40	53	
Итого за прием пищи:	26,5	300	9,20	9,50	47,50	286,50		

10 день

10 день

Прием пищи, наименование блюда	стоим	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
12-18 лет								
Завтрак								
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ №154		250/30	12,5	16,6	48,5	321,1	154	
ПЕЧЕНЬЕ №9		30	3,80	4,10	14,00	90,50	9	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ № 685		200	0,20	0,00	9,20	42,00	685К	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6		50	3,95	0,50	21,15	116,33	6	
Итого за прием пищи:	117,67	560	20,45	21,2	92,85	569,93		
Полдник								
ОВЗ								
БУЛОЧКА СДОБНАЯ № 146		100	8,90	9,50	31,50	220,10	146	
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53		250	0,50	0,00	20,00	98,00	53	
Итого за прием пищи:	26,5	350	9,40	9,50	51,50	318,10		

15.09.2025

Согласовано:
и.о. директора МКОУ "Побединская СШ"  Заров А. М.

1 день

Прием пищи, наименование блюда	стоимость	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
7-11 лет								
Завтрак								
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ №311К		90	8,6	10,4	6,8	158,3	311К	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203		150	3,70	5,70	28,20	195,70	203	2017
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(огурец св., помидор св.,капуста квашеная,огурец сол.,помидор сол.)		60	0,41	0,10	0,84	5,00	70,71,80	2017
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ № 53		200	0,30	0,00	16,00	66,40	53	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6		30	2,37	0,30	14,49	70,90	6	
Итого за прием пищи:	117,67	530	15,38	16,50	66,33	496,30		
Полдник								
ОВЗ								
БУЛОЧКА СДОБНАЯ №146		100	8,90	9,50	31,50	220,10	146	
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53		200	0,30	0,00	16,00	66,40	53	
Итого за прием пищи:	26,5	300	9,20	9,50	47,50	286,50		

1-день

1-день								
Прием пищи, наименование блюда	стоимость	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
12-18 лет								
Завтрак								
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ или ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ)№ 1		100	0,50	0,10	1,01	6,00	1	
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ №311К		100	9,60	11,60	7,50	175,90	311К	2017
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203		170	4,19	6,50	32,00	221,80	203	
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53		200	0,30	0,00	16,00	66,40	53	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6		50	3,95	0,50	21,15	116,33	6	
Итого за прием пищи:	117,67	620	18,54	18,7	77,66	586,43		
Полдник								
БУЛОЧКА СДОБНАЯ № 146		100	8,90	9,50	31,50	220,10	146	
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53		250	0,50	0,00	20,00	98,00	53	
Итого за прием пищи:	26,5	350	9,40	9,50	51,50	318,10		

16.09.2025

2 день

Захаров А. М.

Согласовано
и.о. директора

2 день

Прием пищи, наименование блюда	стоим	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
7-11 лет								
Завтрак								
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ №2		60/2	0,9	0,1	5,1	24,4	2	
ТЕФТЕЛИ С РИСОМ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №307/363		90/30	10,90	10,90	13,50	205,60	307/363	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303		150	3,99	4,50	17,72	125,90	303	
ЧАЙ С САХАРОМ № 685		200	0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7		50	3,13	0,50	20,63	99,00	7	
Итого за прием пищи:	117,67	582	19,12	16,00	71,95	512,90		
12-18 лет								
Полдник								
КРУАССАН № 147		100	8,30	8,80	32,20	218,80	147	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379		200	3,16	2,66	15,94	100,60	379	
Итого за прием пищи:	26,5	300	11,46	11,46	48,14	319,40		

2 день

2 день

Прием пищи, наименование блюда	стоим	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
12-18 лет								
Завтрак								
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ №2		100/2	1,5	0,1	8,5	40,7	2	
ТЕФТЕЛИ С РИСОМ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №307/363		100/30	12,70	12,80	15,50	227,30	307/363	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303		160	4,90	4,90	27,30	145,84	303	
ЧАЙ С САХАРОМ № 685		200	0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7		50	3,13	0,50	20,63	99,00	7	
Итого за прием пищи:	117,67	642	22,4	18,3	86,9	570,8		
Полдник								
ОВЗ								
КРУАССАН № 147		100	8,30	8,80	32,20	218,80	147	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379		250	4,35	4,00	23,40	150,10	379	
Итого за прием пищи:	26,5	350	12,65	12,80	55,60	368,90		

17.09.2025

3 день

Согласовано:

и.о. директора МКОУ "Побединская СШ"

Захаров А. М.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
3 день							
7-11 лет							
Завтрак							
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ или ПОМИДОР СВЕЖИЙ) № 27	60	0,6	0,0	1,4	8,0	27	
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ № 492	200	15,10	19,00	30,20	345,80	492	
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53	200	0,30	0,00	16,00	66,40	53	0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	50	3,13	0,50	20,63	99,00	7	
Итого за прием пищи:	117,67	19,13	19,50	68,23	519,20		
Полдник							
ОВЗ							
ПИРОЖОК В АССОРТИМЕНТЕ № 140	100	8,80	9,60	33,70	226,90	140	
ЧАЙ С САХАРОМ № 685	200	0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
Итого за прием пищи:	26,5	9,00	9,60	48,70	284,90		

03.09.2025 3 день

03.09.2025		3 день									
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур				
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г							
12-18 лет											
Завтрак											
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ или ПОМИДОР СВЕЖИЙ) № 27	100	1,1	0,0	2,3	18,0	27					
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ № 492	220	16,50	22,44	38,70	432,25	492					
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53	200	0,30	0,00	16,00	66,40	53					
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7	50	3,13	0,50	20,63	99,00	7					
Итого за прием пищи:	570	21,03	22,94	77,63	615,65						
Полдник											
ОВЗ											
ПИРОЖОК В АССОРТИМЕНТЕ №140	100	8,80	9,60	33,70	226,90	140					
ЧАЙ С САХАРОМ № 685	250	0,30	0,00	22,00	73,00	685	2011				
Итого за прием пищи:	350	9,10	9,60	55,70	299,90						

18.09.2025

4 день

Согласовано

п.о. директора

Захаров А. М.

4 день

Прием пищи, наименование блюда	стоим	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
7-11 лет								

4 день

4 день

Прием пищи, наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
12-18 лет								
Завтрак								
БЛЮДО ИЗ РЫБЫ (КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК№106)		100	12,90	13,10	14,40	176,6	106	2017
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №310		200	3,80	5,74	30,68	192,80	310	2017
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686		200	0,30	0,00	15,20	60,00	686	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6		50	3,95	0,50	21,15	116,33	6	
Итого за прием пищи:	117,67	550	20,95	19,34	81,43	545,73		
Полдник								
ОВЗ								
БУЛОЧКА СДОБНАЯ № 146		100	8,90	9,50	31,50	220,10	146	
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №51		250	0,38	0,00	20,00	83,00	51	
Итого за прием пищи:	26,5	350	9,28	9,50	51,50	303,10		

19.09.2025 г.

5 день

Согласовано: и.о. директора МКОУ "Побединская СШ"

Зажаров А. М.

5 день							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
7-11 лет							
Завтрак							
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №175	160	10,86	11,92	27,76	206,00	175	
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2	30/20	5,00	4,40	25,20	156,00	2	2017
ЧАЙ С САХАРОМ № 685	200	0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	120	0,60	0,60	14,30	68,40	338	2017
Итого за прием пищи:	530	16,66	16,92	82,26	488,40		
Полдник							
ОВЗ	100	8,30	8,80	32,20	218,80	147	
КРУАССАН №147	200	0,30	0,00	16,00	66,40	53	
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53	300	8,60	8,80	48,20	285,20		
Итого за прием пищи:	26,5						

5 день

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
12-18 лет							
Завтрак							
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №175	180	13,60	13,90	31,25	270,00	175	
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2	30/20	5,00	4,40	25,20	156,00	2	2017
ЧАЙ С САХАРОМ № 685	200	0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	120	0,60	0,60	14,30	68,40	338	2017
Итого за прием пищи:	550	19,40	18,90	85,75	552,40		
Полдник							
ОВЗ							
КРУАССАН № 147	100	8,30	8,80	32,20	218,80	147	
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53	250	0,50	0,00	20,00	98,00	53	
Итого за прием пищи:	350	8,80	8,80	52,20	316,80		

22.09.2025

6 день

Согласовано:

и.о. директора МКОУ "Побединская СШ" Захаров А. М.

6 день							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
7-11 лет							
Завтрак							
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ №181	160	7,20	8,70	33,81	211,64	181	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3	35/5/10	5,80	8,00	11,60	147,00	3	2017
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379	200	3,16	2,66	15,94	100,60	379	
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	120	0,60	0,60	14,30	68,40	338	2017
Итого за прием пищи:	530	16,76	19,96	75,65	527,64		
Полдник							
ОВЗ							
ПИРОЖОК В АССОРТИМЕНТЕ № 140	100	8,80	9,60	33,70	226,90	140	
ЧАЙ С САХАРОМ № 685	200	0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
Итого за прием пищи:	300	9,00	9,60	48,70	284,90		

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
6 день							
12-18 лет							
Завтрак							
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ №181	180	9,50	9,20	35,66	238,06	181	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ №3	35/5/10	5,80	8,00	11,60	147,00	3	2017
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379	200	3,16	2,66	15,94	100,60	379	
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	120	0,60	0,60	14,30	68,40	338	2017
Итого за прием пищи:	550	19,06	20,46	77,50	554,06		
Полдник							
ОВЗ	100	8,80	9,60	33,70	226,90	140	
ПИРОЖОК В АССОРТИМЕНТЕ №140	250	0,30	0,00	22,00	73,00	685	2011
ЧАЙ С САХАРОМ № 685							
Итого за прием пищи:	26,5	9,10	9,60	55,70	299,90		

23.09.2025

Соглазовано:

и.о. директора МКОУ "Побединская СШ"

Захаров А. М.

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
7-11 лет							
Завтрак							
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (КАПУСТА КВАШЕНАЯ №3 или ИКРА КАБАЧКОВАЯ №88)	60	0,90	4,30	3,75	57,70	3/88	
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363	90/30	9,00	8,70	20,20	205,60	455/363	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303	150	3,99	4,50	17,72	125,90	303	
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53	200	0,30	0,00	16,00	66,40	53	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	30	2,37	0,30	14,49	70,90	6	
Итого за прием пищи:	117,67	16,56	17,80	72,16	526,50		
Полдник							
БУЛОЧКА СДОБНАЯ №146	100	8,90	9,50	31,50	220,10	146	
ЧАЙ С САХАРОМ № 685	200	0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
Итого за прием пищи:	26,5	9,10	9,50	46,50	278,10		

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
12-18 лет							
Завтрак							
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (КАПУСТА КВАШЕНАЯ №3 или ИКРА КАБАЧКОВАЯ №88)	100	1,80	8,60	7,50	115,40	3/88	
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363	100/30	10,90	9,80	22,40	210,60	455/363	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303	160	4,90	4,90	27,30	145,84	303	
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53	200	0,30	0,00	16,00	66,40	53	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6	30	2,37	0,30	14,49	70,90	6	
Итого за прием пищи:	117,67	20,27	23,60	87,69	609,14		
Полдник							
ОВЗ							
БУЛОЧКА СДОБНАЯ № 146	100	8,90	9,50	31,50	220,10	146	
ЧАЙ С САХАРОМ № 685	250	0,30	0,00	22,00	73,00	685	2011
Итого за прием пищи:	26,5	9,20	9,50	53,50	293,10		

24.09.2025

Согласовано:

и.о. директора МКОУ "Побединская СШ"

Захаров А. М.

8 день

24.09.2025	8 день	СТОИМ	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
7-11 лет		Завтрак							

ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ или ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ № 1		60	0,41	0,1	0,84	5,0	1	
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ № 259		200	11,92	18,10	45,30	305,00	259	
ЧАЙ С САХАРОМ № 685		200	0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6		50	3,95	0,50	21,15	116,33	6	
Итого за прием пищи:	117,67	510	16,48	18,7	82,29	484,3		
Полдник								
ОВЗ		100	8,30	8,80	32,20	218,80	147	
КРУАССАН № 147		200	0,20	0,00	9,20	42,00	685К	2011
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ № 685К	26,5	300	8,50	8,80	41,40	260,80		
Итого за прием пищи:								

8 день

Прием пищи, наименование блюда		СТОИМ	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов	
				8 день						
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак										
12-18 лет					100	0,5	0,1	1,01	6,0	1
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ или ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ)№ 1					250	14,30	20,50	53,40	406,00	259
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ № 259					200	0,20	0,00	15,00	58,00	685
ЧАЙ С САХАРОМ № 685					50	3,95	0,50	21,15	116,33	6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6				117,67	600	18,95	21,06	90,56	586,33	
Итого за прием пищи:										
Полдник										
ОВЗ					100	8,30	8,80	32,20	218,80	147
КРУАССАН № 147					250	0,30	0,00	13,50	60,50	685К
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685К				26,5	350	8,60	8,80	45,70	279,30	
Итого за прием пищи:										

25.09.2025

Согласовано: И.о. директора МКОУ "Побединская СШ"

И.В. Захаров А. М.

9 день

Прием пищи, наименование блюда	стоим	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
7-11 лет								
Завтрак								
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №294/363		90/30	11,30	12,10	14,60	205,60	294/363	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203		150	3,70	5,70	28,20	195,70	203	2017
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686		200	0,30	0,00	15,20	60,00	686	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6		30	2,37	0,30	14,49	70,90	6	
Итого за прием пищи:	117,67	500	17,67	18,10	72,49	532,20		
Полдник								
ОВЗ								
ПИРОЖОК В АССОРТИМЕНТЕ №140		100	8,80	9,60	33,70	226,90	140	
СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)		200	0,20	0,20	16,50	112,70	389	
Итого за прием пищи:	26,5	300	9,00	9,80	50,20	339,60		

9 день

Прием пищи, наименование блюда	стоим	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
12-18 лет								
Завтрак								
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №294/363		100/30	12,20	14,80	15,40	220,80	294/363	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203		170	4,19	6,50	32,00	221,80	203	2017
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686		200	0,30	0,00	15,20	60,00	686	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6		50	3,95	0,50	21,15	116,33	6	
Итого за прием пищи:	117,67	550	20,64	21,80	83,75	618,93		
Полдник								
ОВЗ								
ПИРОЖОК В АССОРТИМЕНТЕ №140		100	8,80	9,60	33,70	226,90	140	
СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)		250	0,25	0,25	20,62	140,80	389	
Итого за прием пищи:	26,5	350	9,05	9,85	54,32	367,70		

26.09.2025

Согласовано: и.о. директора МКОУ "Побединская СШ"

Захаров А. М.

10 день

10 день								
Прием пищи, наименование блюда	стоим	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
7-11 лет								
Завтрак								
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ №154		200/30	10,9	15,3	38,8	256,9	154	
ПЕЧЕНЬЕ №9		30	3,80	4,10	14,00	90,50	9	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ № 685		200	0,20	0,00	9,20	42,00	685К	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6		50	3,95	0,50	21,15	116,33	6	
Итого за прием пищи:	117,67	510	18,85	19,90	83,15	505,73		
Полдник								
ОВЗ		100	8,90	9,50	31,50	220,10	146	
ПИРОЖОК В АССОРТИМЕНТЕ №140		200	0,30	0,00	16,00	66,40	53	
СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)		300	9,20	9,50	47,50	286,50		
Итого за прием пищи:	26,5							
10 день								

10 день

10 день								
Прием пищи, наименование блюда	стоим	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
12-18 лет								
Завтрак								
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ №154		250/30	12,5	16,6	48,5	321,1	154	
ПЕЧЕНЬЕ №9		30	3,80	4,10	14,00	90,50	9	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ № 685		200	0,20	0,00	9,20	42,00	685К	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6		50	3,95	0,50	21,15	116,33	6	
Итого за прием пищи:	117,67	560	20,45	21,2	92,85	569,93		
Полдник								
ОВЗ		100	8,90	9,50	31,50	220,10	146	
БУЛОЧКА СДОБНАЯ № 146		250	0,50	0,00	20,00	98,00	53	
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53		350	9,40	9,50	51,50	318,10		
Итого за прием пищи:	26,5							

29.09.2025

Согласовано:
и.о. директора МКОУ "Побединская СШ"
Захаров А. М.

1 день

Прием пищи, наименование блюда	стоимость	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
7-11 лет								
Завтрак								
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ №311К		90	8,6	10,4	6,8	158,3	311К	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203		150	3,70	5,70	28,20	195,70	203	2017
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ(огурец св., помидор св.,капуста квашеная,огурец сол.,помидор сол.)		60	0,41	0,10	0,84	5,00	70,71,80	2017
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ № 53		200	0,30	0,00	16,00	66,40	53	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6		30	2,37	0,30	14,49	70,90	6	
Итого за прием пищи:	117,67	530	15,38	16,50	66,33	496,30		
Полдник								
ОВЗ								
БУЛОЧКА СДОБНАЯ №146		100	8,90	9,50	31,50	220,10	146	
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53		200	0,30	0,00	16,00	66,40	53	
Итого за прием пищи:	26,5	300	9,20	9,50	47,50	286,50		

1-день

Прием пищи, наименование блюда	стоимость	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
12-18 лет								
Завтрак								
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ или ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ)№ 1		100	0,50	0,10	1,01	6,00	1	
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ №311К		100	9,60	11,60	7,50	175,90	311К	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203		170	4,19	6,50	32,00	221,80	203	2017
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53		200	0,30	0,00	16,00	66,40	53	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6		50	3,95	0,50	21,15	116,33	6	
Итого за прием пищи:	117,67	620	18,54	18,7	77,66	586,43		
Полдник								
ОВЗ								
БУЛОЧКА СДОБНАЯ № 146		100	8,90	9,50	31,50	220,10	146	
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53		250	0,50	0,00	20,00	98,00	53	
Итого за прием пищи:	26,5	350	9,40	9,50	51,50	318,10		

30.09.2025

2 день

Согласовано
и.о. директора
Захаров А. М.

Прием пищи, наименование блюда	стоим	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
7-11 лет								
Завтрак								
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ №2		60/2	0,9	0,1	5,1	24,4	2	
ТЕФТЕЛИ С РИСОМ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №307/363		90/30	10,90	10,90	13,50	205,60	307/363	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303		150	3,99	4,50	17,72	125,90	303	
ЧАЙ С САХАРОМ № 685		200	0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7		50	3,13	0,50	20,63	99,00	7	
Итого за прием пищи:	117,67	582	19,12	16,00	71,95	512,90		
12-18 лет								
Полдник								
КРУАССАН № 147		100	8,30	8,80	32,20	218,80	147	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379		200	3,16	2,66	15,94	100,60	379	
Итого за прием пищи:	26,5	300	11,46	11,46	48,14	319,40		

2 день

Прием пищи, наименование блюда	стоим	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
12-18 лет								
Завтрак								
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ №2		100/2	1,5	0,1	8,5	40,7	2	
ТЕФТЕЛИ С РИСОМ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №307/363		100/30	12,70	12,80	15,50	227,30	307/363	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303		160	4,90	4,90	27,30	145,84	303	
ЧАЙ С САХАРОМ № 685		200	0,20	0,00	15,00	58,00	685	2011
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7		50	3,13	0,50	20,63	99,00	7	
Итого за прием пищи:	117,67	642	22,4	18,3	86,9	570,8		
Полдник								
ОВЗ								
КРУАССАН № 147		100	8,30	8,80	32,20	218,80	147	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ № 379		250	4,35	4,00	23,40	150,10	379	
Итого за прием пищи:	26,5	350	12,65	12,80	55,60	368,90		