



20.01.2026г.

**Ежедневное меню МКОУ «Калмыковская СШ»
7 день (льготное питание)
7-11 лет**

| № рецеп. | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--------------------------------|---|-------------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| 3/88 | ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (КАПУСТА КВАШЕНАЯ №3 или ИКРА КАБАЧКОВАЯ №88) | 60 | 0,90 | 4,30 | 3,75 | 57,70 |
| 455/363 | КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363 | 90/30 | 9,00 | 8,70 | 20,20 | 205,60 |
| 303 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303 | 150 | 3,99 | 4,50 | 17,72 | 125,90 |
| 53 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53 | 200 | 0,30 | 0,00 | 16,00 | 66,40 |
| 6 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 70,90 |
| Итого за прием пищи: | | 560 | 16,56 | 17,80 | 72,16 | 526,50 |
| Стоимость – 125,21 руб. | | | | | | |
| ОВЗ (полдник) | | Завтрак II | | | | |
| 146 | БУЛОЧКА СДОБНАЯ №146 | 100 | 8,90 | 9,50 | 31,50 | 220,10 |
| 685 | ЧАЙ С САХАРОМ № 685 | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00 |
| Итого за прием пищи: | | 300 | 9,10 | 9,50 | 46,50 | 278,10 |
| Стоимость – 20,00 руб. | | | | | | |

12-18 лет

| № рецеп. | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--------------------------------|---|-------------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| 3/88 | ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (КАПУСТА КВАШЕНАЯ №3 или ИКРА КАБАЧКОВАЯ №88) | 100 | 1,80 | 8,60 | 7,50 | 115,40 |
| 455/363 | КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363 | 100/30 | 10,90 | 9,80 | 22,40 | 210,60 |
| 303 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (ГАРНИР) №303 | 160 | 4,90 | 4,90 | 27,30 | 145,84 |
| 53 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ №53 | 200 | 0,30 | 0,00 | 16,00 | 66,40 |
| 6 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6 | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 70,90 |
| Итого за прием пищи: | | 620 | 20,27 | 23,60 | 87,69 | 609,14 |
| Стоимость – 125,21 руб. | | | | | | |
| ОВЗ (полдник) | | Завтрак II | | | | |
| 146 | БУЛОЧКА СДОБНАЯ № 146 | 100 | 8,90 | 9,50 | 31,50 | 220,10 |
| 685 | ЧАЙ С САХАРОМ № 685 | 250 | 0,30 | 0,00 | 22,00 | 73,00 |
| Итого за прием пищи: | | 350 | 9,20 | 9,50 | 53,50 | 293,10 |
| Стоимость – 20,00 руб. | | | | | | |