

Согласовано:

Директор МКОУ «Распопинская СШ»  
Чапльева С.В.



03.03.2026г.

**Ежедневное меню МКОУ «Распопинская СШ»  
7 день (льготное питание)**

**7-11 лет**

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>560</b>	<b>16,56</b>	<b>17,80</b>	<b>72,16</b>	<b>526,50</b>
<b>Стоимость – 125,21 руб.</b>						
<b>ОВЗ (полдник)</b>		<b>Завтрак II</b>				
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
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>300</b>	<b>9,10</b>	<b>9,50</b>	<b>46,50</b>	<b>278,10</b>
<b>Стоимость – 20,00 руб.</b>						

**12-18 лет**

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>620</b>	<b>20,27</b>	<b>23,60</b>	<b>87,69</b>	<b>609,14</b>
<b>Стоимость – 125,21 руб.</b>						
<b>ОВЗ (полдник)</b>		<b>Завтрак II</b>				
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
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>350</b>	<b>9,20</b>	<b>9,50</b>	<b>53,50</b>	<b>293,10</b>
<b>Стоимость – 20,00 руб.</b>						