

Согласовано:

Директор МКОУ «Распопинская СШ»  
Чапльева С.В



Утверждено  
Директор



07.05.2026г.

**Ежедневное меню МКОУ «Распопинская СШ»  
4 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>                 |  |                   |                  |             |              |                               |
| 106                            | БЛЮДО ИЗ РЫБЫ (РЫБА, ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ №229 или КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК№106 ) | 90                | 11,60            | 11,80       | 113,0        | 159,00                        |
| 310                            | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №310   | 160               | 3,04             | 4,50        | 24,55        | 151,40                        |
| 686                            | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686   | 200               | 0,30             | 0,00        | 15,20        | 60,00                         |
| 6                              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6  | 50                | 3,95             | 0,50        | 21,15        | 116,33                        |
| <b>Итого за прием пищи:</b>    |  | <b>500</b>        | <b>18,89</b>     | <b>16,8</b> | <b>73,9</b>  | <b>486,73</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                        |
| 51                             | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №51  | 200               | 0,30             | 0,00        | 16,00        | 66,40                         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>    |  | <b>300</b>        | <b>9,20</b>      | <b>9,50</b> | <b>47,50</b> | <b>286,50</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>                 |  |                   |                  |              |              |                               |
| 106                            | БЛЮДО ИЗ РЫБЫ (РЫБА, ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ №229 или КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ ТТК№106 ) | 100               | 12,9             | 13,10        | 14,4         | 176,60                        |
| 310                            | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ №310   | 200               | 3,80             | 5,74         | 30,68        | 192,80                        |
| 686                            | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ №686   | 200               | 0,30             | 0,00         | 15,20        | 60,00                         |
| 6                              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ №6  | 50                | 3,95             | 0,50         | 21,15        | 116,33                        |
| <b>Итого за прием пищи:</b>    |  | <b>550</b>        | <b>20,95</b>     | <b>19,34</b> | <b>81,43</b> | <b>545,73</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                        |
| 51                             | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА №51  | 250               | 0,38             | 0,00         | 20,00        | 83,00                         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>    |  | <b>350</b>        | <b>9,28</b>      | <b>9,50</b>  | <b>51,50</b> | <b>303,10</b>                 |
| <b>Стоимость – 20,00 руб.</b>  |  |                   |                  |              |              |                               |