

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 12 до 18 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:

Директор

01.09.2026

Утверждаю:

И.И. Чекунов О.А.

О.А. Чекунов

1 день

			1 день					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
Бутерброд с сыром	50		6,1	8,7	14,8	162	3	2017
Каша "Дружба"	200		8,6	11,1	33,5	281	356	2022
Фрукты свежие (яблоко свежее)	100		0,4	0,4	9,8	44	338	2017
Кофейный напиток злаковый на молоке	200		3,0	1,8	26,0	124	774	2022
Итого за прием пищи:	550	137,00	18,1	22,0	84,1	611		

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 12 до 18 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:

Директор



Утверждаю:

ИП Чекунов О.А.

О.А. Чекунов

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
Овощи сезонные порционно (огурцы или помидоры свежие, огурцы или помидоры соленые; капуста квашеная; морковь или свекла вареные)	100		5,0	0,3	13,8	72	т.24	1996
Плов из птицы	200		16,4	19,9	34,8	354	291	2017
Чай с сахаром	200		0,2	0,0	10,0	40	782	2022
Хлеб из муки пшеничной	50		3,3	1,0	22,0	110	23	2022
Итого за прием пищи:	550	137,00	24,9	21,2	80,6	576		

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 12 до 18 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:

Директор



Утверждаю:
И.П. Чекунов О.А.

О.А. Чекунов

3 день

3 день								
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
Овощи сезонные порционно (огурцы или помидоры свежие, огурцы или помидоры соленные; капуста квашеная; морковь или свекла вареные)	100		5,0	0,3	13,8	72	т.24	1996
Котлеты (из говядины)	100		13,7	16,4	13,1	256	268	2017
Горох отварной	180		16,9	8,3	40,2	306	306	2017
Чай каркаде с сахаром	200		0,2	0,0	15,0	58	ТТК 23А	
Хлеб из муки пшеничной	30		2,1	0,6	13,2	66	23	2022
Итого за прием пищи:	610	137,00	37,9	25,6	95,3	758		

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 12 до 18 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:

Директор



О.А.Чекунов

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
4 день								
Завтрак								
Лапшевник с творогом с соусом молочным	250		11,8	16,6	42,2	279	208	2017
Чай каркаде с сахаром	200		0,2	0,0	15,0	58	ТТК 23А	
Кондитерские изделия (печенье)	50		6,3	6,8	23,3	152		
Хлеб из муки пшеничной	50		3,3	1,0	22,0	110	23	2022
Итого за прием пищи:	550	137,00	21,6	24,4	102,5	599		

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 12 до 18 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:

Директор



О.А.Чекунов

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
Овощи сезонные порционно (огурцы или помидоры свежие, огурцы или помидоры соленые; капуста квашеная; морковь или свекла вареные)	100		5,0	0,3	13,8	72	г.24	1996
Биточки рыбные любительские	100		13,3	12,5	4,8	196	467	2022
Картофель отварной	180		4,3	7,0	35,0	211	310	2017
Чай фруктовый	200		0,2	0,0	10,2	43	783	2022
Хлеб из пшеничной муки	30		2,1	0,6	13,2	66	23	2022
Итого за прием пищи:	610	137,00	24,9	20,4	77,0	588		

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 12 до 18 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:

Директор

Утверждаю:

ИП Чекунков О.А.

О.А.Чекунков

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
Бутерброд с маслом	40		4,5	7,5	14,9	136	1	2017
Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	210		10,8	11,7	37,1	284	181	2017
Плоды свежие (яблоко свежее)	100		0,4	0,4	9,8	44	338	2017
Кофейный напиток злаковый на молоке	200		3,0	1,8	26,0	124	774	2022
Итого за прием пищи:	550	137,00	18,7	21,4	87,8	588		

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 12 до 18 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:

Директор



О.А.Чекунов

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
Овощи сезонные порционно (огурцы или помидоры свежие, огурцы или помидоры соленные; капуста квашеная; морковь или свекла вареные)	100		5,0	0,3	13,8	72	т.24	1996
Гуляш из мяса птицы	100		8,4	10,3	9,4	126	580	2022
Макаронные изделия отварные	180		6,4	7,4	42,4	265	309	2017
Чай каркаде с сахаром	200		0,2	0,0	15,0	58	ТТК 23А	
Хлеб из муки пшеничной	30		2,1	0,6	13,2	66	23	2022
Итого за прием пищи:	610	137,00	22,1	18,6	93,8	587		

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 12 до 18 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:

Директор



О.А.Чекунов

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
Овощи сезонные порционно (огурцы или помидоры свежие, огурцы или помидоры соленые; капуста квашеная; морковь или свекла вареные)	100		5,0	0,3	13,8	72	т.24	1996
Шницель рубленый куриный	100		13,0	12,4	16,2	210	622	2022
Рис с овощами	180		4,2	5,3	40,2	216	665	2022
Чай с сахаром	200		0,2	0,0	10,0	40	782	2022
Хлеб из муки пшеничной	30		2,1	0,6	13,2	66	23	2022
Итого за прием пищи:	610	137,00	24,5	18,6	93,4	604		

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 12 до 18 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:

Директор



О.А.Чекунов

9 день

9 день								
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
Бутерброд с повидлом	55		4,4	5,9	27,8	156	2	2017
Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом сливочным	200		9,1	10,3	32,5	208	182	2017
Плоды свежие (яблоко свежее)	100		1,5	0,5	21,0	96	338	2017
Кофейный напиток злаковый на молоке	200		3,0	1,8	26,0	124	774	2022
Итого за прием пищи:	555	137,00	18,0	18,5	107,3	584		

Десятидневное меню горячего питания (завтрак) для детей в возрасте с 12 до 18 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:

Директор



О.А.Чекунов

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость рациона, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
Овощи сезонные порционно (огурцы или помидоры свежие, огурцы или помидоры соленные; капуста квашеная; морковь или свекла вареные)	100		5,0	0,3	13,8	72	т.24	1996
Тефтели (2 вариант) из говядины с соусом сметанным с томатом	90		10,0	14,1	21,6	223	279/331	2017
Каша вязкая гречневая	180		5,6	6,0	24,7	203	303	2017
Чай с сахаром	200		0,2	0,0	10,0	40	782	2022
Хлеб из муки пшеничной	30		2,1	0,6	13,2	66	23	2022
Итого за прием пищи:	600	137,00	22,9	21,0	83,3	604		