

Десятидневное меню горячего питания (обед) для детей в возрасте с 7 до 11 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Создано: МКОУ
Директор: «СШ № 11»
Синицына С.А.
01.09.2026

Утверждаю:
ИП Чекунов О.А.
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			
Обед								
Овощи сезонные порционно (огурцы или помидоры свежие, огурцы или помидоры соленные; капуста квашеная, морковь или свекла вареные)	60		3,0	0,2	8,3	44	г.24	1996
Борщ с капустой и картофелем со сметаной прокипяченной	210		2,1	7,2	11,0	117	82	2017
Пельмени мясные отварные со сметаной	200		16,8	18,6	35,3	376	392	2017
Компот из плодов сухих	200		0,6	0,0	31,4	124	820	2022
Хлеб из муки пшеничной	50		3,4	1,0	22,0	110	23	2022
Итого за прием пищи:	720	138,85	25,9	27,0	108,0	771		

Десятидневное меню горячего питания (обед) для детей в возрасте с 7 до 11 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Составлено:

Директор

МКОУ

«ЕШ № 11»

04.09.2026

Прием пищи, наименование блюда

Масса порции, г

Стоимость рациона, руб.

Пищевые вещества

Белки, г

Жиры, г

Углеводы, г

Энергетическая ценность, ккал

№ рецептуры

Сборник рецептов

9 день

Обед

Овощи сезонные порционно (огурцы или помидоры свежие, огурцы или помидоры соленые; капуста квашеная; морковь или свекла вареные)	60		3,0	0,2	8,3	44	124	1996
Суп картофельный с клецками со сметаной прокипяченной	210		2,0	5,8	10,4	104	108	2017
Гуляш из мяса птицы	100		8,4	10,3	9,4	126	580	2022
Макаронные изделия отварные	150		5,3	6,2	35,3	221	309	2017
Компот из плодов сухих	200		0,6	0,0	31,4	124	820	2022
Хлеб из муки пшеничной	60		4,0	1,2	26,4	132	23	2022
Итого за прием пищи:	780	138,85	23,3	23,7	121,2	751		

Утверждаю:

ИП Чекунов О.А.

О.А. Чекунов

Десятидневное меню горячего питания (обед) для детей в возрасте с 7 до 11 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Составлено:

Директор

МКОУ

«СШ № 11»

Сид. Е.А. Сидишвили

01.09.2026

Утверждаю:

НП Чекунов О.А.

Александрович

О.А. Чекунов

8 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			
Обед								
Овощи сезонные порционно (огурцы или помидоры свежие, огурцы или помидоры соевые; капуста квашеная; морковь или свекла вареные)	60		0,9	0,1	5,3	26	1,24	1996
Суп картофельный с макаронными изделиями	200		2,3	2,0	16,8	96	103	2017
Плов из птицы	200		16,4	19,9	34,8	354	291	217
Компот из плодов сухих	200		0,6	0,0	31,4	124	820	2022
Хлеб из муки пшеничной	50		3,4	1,0	22,0	110	23	2022
Итого за прием пищи:	710	138,85	23,6	23,0	110,3	710		

Десятидневное меню горячего питания (обед) для детей в возрасте с 7 до 11 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Составлено:

Директор

МКОУ

«СШ № 11»

г. Палласовки Волгоградской области

01.09.2026

Утверждаю:

И.П. Чекунов О.А.

О.А. Чекунов

7 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			
Обед								
Овощи сезонные порционно (огурцы или помидоры свежие, огурцы или помидоры соленные; капуста квашеная, морковь или свекла вареные)	60		3,0	0,2	8,3	44	1.24	1996
Суп картофельный с горохом	200		5,0	5,5	17,8	134	102	2017
Голубцы ленивые с соусом сметанным с томатом	110		9,8	12,6	15,0	164	298	2011
Капа вязкая пшеничная	150		4,1	4,2	24,6	153	303	2017
Компот из плодов сухих	200		0,6	0,0	31,4	124	820	2022
Хлеб из муки пшеничной	60		4,0	1,2	26,4	132	23	2022
Итого за прием пищи:	780	138,85	26,5	23,7	123,5	751		

Десятидневное меню горячего питания (обед) для детей в возрасте с 7 до 11 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:

Директор

С.А. Сивильская
01.09.2026

Утверждаю:

И.П. Чекунов О.А.

О.А. Чекунов

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			
Обед								
Овощи сезонные порционно (огурцы или помидоры свежие, огурцы или помидоры соленные; капуста квашеная; морковь или свекла вареные)	60		3,0	0,2	8,3	44	г.24	1996
ПЦи "Новгородские" со сметаной прокипяченной	210		2,9	5,4	8,3	91	287	2022
Котлеты, биточки, шницели (из говядины)	90		12,4	14,8	11,8	231	268	2017
Рис с овощами	150		3,5	3,6	33,5	180	665	2022
Компот из плодов сухих	200		0,6	0,0	31,4	124	820	2022
Хлеб из муки пшеничной	40		2,7	0,8	17,6	88	23	2022
Итого за прием пищи:	750	138,85	25,1	24,8	110,9	758		

Десятидневное меню горячего питания (обед) для детей в возрасте с 7 до 11 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:

Директор:

Синькина С.А.



Утверждаю:

И.И. Чекунов О.А.

О.А. Чекунов



5 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			
Обед								
Овощи сезонные порционно (огурцы или помидоры свежие, огурцы или помидоры соленные; капуста квашеная, морковь или свекла вареные)	60		3,0	0,2	8,3	44	1.24	1996
Суп картофельный с крупой	200		1,6	3,2	9,6	95	101	2017
Рагу из мяса птицы	200		15,1	19,3	24,9	314	598	2022
Компот из плодов сухих	200		0,6	0,0	31,4	124	820	2022
Хлеб из пшеничной муки	60		4,0	1,2	26,4	132	23	2022
Итого за прием пищи:	720	138,85	24,3	23,9	100,6	709		

Десятидневное меню горячего питания (обед) для детей в возрасте с 7 до 11 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении



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			
Обед								
Овощи сезонные порционно (огурцы или помидоры свежие, огурцы или помидоры соленые; капуста квашеная; морковь или свекла вареные)	60		3,0	0,2	8,3	44	г 24	1996
Борщ с капустой и картофелем со сметаной прокипяченной	210		2,1	7,2	11,0	117	82	2017
Биточки рубленные куриные	90		14,5	13,6	13,6	236	602	2022
Бобовые отварные	150		14,1	6,9	33,5	255	306	2017
Компот из плодов сухих	200		0,6	0,0	31,4	124	820	2022
Хлеб из муки пшеничной	30		2,0	0,6	13,2	66	23	2022
Итого за прием пищи:	740	138,85	36,3	28,5	111,0	842		

Десятидневное меню горячего питания (обед) для детей в возрасте с 7 до 11 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении

Согласовано:

Директор

Синь В.А. Синькина

01.09.2026

Утверждаю:

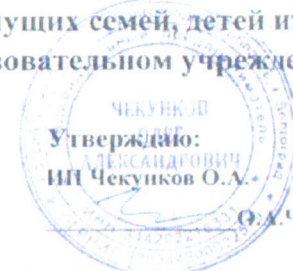
И.И. Чекунов О.А.

О.А. Чекунов

3 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			
Обед								
Овощи сезонные порционно (огурцы или помидоры свежие, огурцы или помидоры соленные; капуста квашеная; морковь или свекла вареные)	60		0,9	0,1	5,3	26	т.24	1996
Суп томатный с рисом	200		1,4	4,5	13,6	92	282	2022
Фрикассе и курицы	90		11,9	10,8	2,1	131	599	2022
Каша рассыпчатая гречневая	150		8,7	7,8	42,6	279	302	2017
Компот из плодов сухих	200		0,6	0,0	31,4	124	820	2022
Хлеб из муки пшеничной	30		2,0	0,6	13,2	66	23	2022
Итого за прием пищи:	730	138,85	25,5	23,8	108,2	718		

Десятидневное меню горячего питания (обед) для детей в возрасте с 7 до 11 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении



2 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			
Обед								
Овощи сезонные порционно (огурцы или помидоры свежие, огурцы или помидоры соленые; капуста квашеная, морковь или свекла вареные)	60		3,0	0,2	8,3	44	г.24	1996
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной прокипяченной	210		1,7	6,0	6,6	103	88	2017
Котлеты или биточки рыбные любительские	90		11,7	10,6	8,6	179	467	2022
Картофель отварной	150		3,6	5,8	28,6	176	310	2017
Компот из плодов сухих	200		0,6	0,0	31,4	124	820	2022
Хлеб из муки пшеничной	60		4,0	1,2	26,4	132	23	2022
Итого за прием пищи:	770	138,85	24,6	23,8	109,9	758		

Десятидневное меню горячего питания (обед) для детей в возрасте с 7 до 11 лет, детей из малоимущих семей, детей из многодетных семей и детей, состоящих на учете у фтизиатра, обучающихся в муниципальном образовательном учреждении



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			
Обед								
Овощи сезонные порционно (огурцы или помидоры свежие, огурцы или помидоры соленные; капуста квашеная; морковь или свекла вареные)	60		0,9	0,1	5,3	26	1.24	1996
Суп картофельный с горохом	200		5,0	5,5	17,8	134	102	2017
Котлеты, биточки, шницели (из говядины)	90		12,4	14,8	11,8	231	268	2017
Рис с овощами	150		3,5	3,6	33,5	180	665	2022
Чай каркаде с сахаром	200		0,2	0,0	15,0	58	ТТК 23А	
Хлеб из муки пшеничной	40		2,7	0,8	17,6	88	23	2022
Итого за прием пищи:	740	138,85	24,7	24,8	101,0	717		