Утверждаю
В.А.Васильева
Директор МКОУ
Больше-Черновской ООШ

МЕНЮ на 20 октября 2026 г (1-4 классы 7-10 лет)

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	7-10 лет	
белки	жиры	углеводы			Масса порции	Стоимость блюда
				ЗАВТРАК		
5.3	4,9	32.8	196.8	Макароны отварные	150	21.22
8.0	6,5	4.7	109.1	Тефтели «Натуральные»	65	21.13
0,6	0.2	15.1	65.4	Напиток из шиповника	200	12,00
3.8	0,4	24.6	117.2	Хлеб пшеничный	50	5,00
1	5,8	2,3	65,1	Соус сметанный	70	5,25
7.0	8,9	0	107,5	Сыр твердых сортов в нарезке	30	23.46
25.7	26.7	79.5	661.10		565	
				Итого		**88.06**

Повар:_____/Ефремова О.А./

Утверждаю

В.А.Васильева
Директор МКОУ
Больше-Черновской ООШ

МЕНЮ на 20 октября 2026 г (ОВЗ 7-11 лет)

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	7-11 лет	
белки	жиры	углеводы			1-4 классы	
					Масса порции	Стоимость блюда
				ЗАВТРАК		
5,9	5,8	33	207,8	Каша жидкая молочная кукурузная	200	20,48
3,8	0,4	24,6	117,2	Хлеб пшеничный	50	2,65
11,6	14,8	0	179,2	Сыр твердых сортов в нарезке	50	23.50
0,2	0	2,8	12,3	Чай с сахаром	200	7,00
21,5	**21**	**60,4**	**516,5**			
				ОБЕД		
3	6,1	11,6	113,1	Рассольник домашний	200	22,80
0,7	0,1	2,3	12,8	Помидор в нарезке	60	27,38
9,8	8	5,8	134,3	Тефтели «Натуральные»	80	33.00
5,3	4,9	32,8	196,8	Макароны отварные	150	20,80
0,7	4,1	1,6	46,5	Соус сметанный	50	5,66
3,8	0,4	24,6	117,2	Хлеб пшеничный	50	2,65
0,6	0,2	15,1	65,4	Напиток из шиповника	200	9,00
0,4	0,4	9,8	44,4	Яблоко	100	17.81
24,3	**24,2**	**103,6**	**730,5**			
				Итого		**192.73**

Повар: _____/Ефремова О.А./

Утверждаю

В.А.Васильева
Директор МКОУ
Больше-Черновской ООШ

МЕНЮ на 20 октября 2026 г (ОВЗ 12-18 лет)

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	12-18 лет	
					5-9 классы	
белки	жиры	углеводы			Масса порции	Стоимость блюда
				ЗАВТРАК		
8	10,1	48,4	316,6	Каша жидкая молочная кукурузная	220	20,06
5,3	2,5	6,2	68	Творожно-пшенная запеканка	70	19,00
2,3	0,2	14,8	70,3	Хлеб пшеничный	30	2,65
7	8,9	0	107,5	Сыр твердых сортов в нарезке	30	23,50
0,2	0	2,8	12,3	Чай с сахаром	200	7,00
22,8	**21,7**	**72,2**	**574,7**			
				ОБЕД		
10,3	13,1	15,6	222	Рассольник домашний	250	20,00
1,1	0,2	3,8	21,4	Помидор в нарезке	100	35,60
12,3	10	7,2	167,9	Тефтели «Натуральные»	100	33,00
6,4	5,9	39,4	236,2	Макароны отварные	180	18,80
0,6	3,3	1,3	37,2	Соус сметанный	40	5,66
2,3	0,2	14,8	70,3	Хлеб пшеничный	30	2,65
0,6	0,2	15,1	65,4	Напиток из шиповника	200	9,00
0,6	0,6	13,7	62,2	Яблоко	140	20,28
34,2	**33,5**	**110,9**	**882,6**			
				Итого		**217.20**

Повар: _____/Ефремова О.А./

Утверждаю

В.А.Васильева
Директор МКОУ
Больше-Черновской ООШ

МЕНЮ на 20 октября 2026 г (Малоимущие, многодетные 12-18 лет, контрактники)

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	12-18 лет	
белки	жиры	углеводы			Масса порции	Стоимость блюда
				ОБЕД		
12,3	10	7,2	167,9	Тефтели «Натуральные»	100	33,00
6,4	5,9	39,4	236,2	Макароны отварные	180	18,80
0,6	3,3	1,3	37,2	Соус сметанный	40	5,66
2,3	0,2	14,8	70,3	Хлеб пшеничный	30	2,65
0,6	0,2	15,1	65,4	Напиток из шиповника	200	9,00
0,6	0,6	13,7	62,2	Яблоко	140	21,59
22,8	**20,2**	**91,5**	**639,2**			
				Итого		**90.70**

Повар:_____/Ефремова О.А./

Утверждаю
В.А.Васильева
Директор МКОУ
Больше-Черновской ООШ

МЕНЮ на 20 октября 2026 г (Родительская плата)

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда		
белки	жиры	углеводы			Масса порции	Стоимость блюда
				ОБЕД		
12,3	10	7,2	167,9	Тефтели «Натуральные»	100	33,00
6,4	5,9	39,4	236,2	Макароны отварные	180	18,80
0,6	3,3	1,3	37,2	Соус сметанный	40	5,66
2,3	0,2	14,8	70,3	Хлеб пшеничный	30	2,65
0,6	0,2	15,1	65,4	Напиток из шиповника	200	9,00
22,2	**19,6**	**77,8**	**577**			
				Итого		**69,11**

Повар: _____/Ефремова О.А./