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

МЕНЮ на 23 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		
3,6	4.8	36.4	203.50	Рис отварной	150	24.06
12.5	6,7	5,6	132,4	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	90	46.39
0,5	0	19,8	81	Компот из смеси сухофруктов	200	12.00
6,6	1,2	39,6	195,6	Хлеб ржано- пшеничный	100	5.61
23,2	**12,7**	**101,4**	**612,5**		540	
				Итого		**88.06**

Повар: _____/Ефремова О.А./

Утверждаю

В.А.Васильева
Директор МКОУ
Больше-Черновской ООШ

МЕНЮ на 23 октября 2026 г (ОВЗ 7-11 лет)

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	7-11 лет	
					1-4 классы	
белки	жиры	углеводы			Масса порции	Стоимость блюда
				ЗАВТРАК		
8,3	10,1	37,6	274,9	Каша жидкая молочная пшенная	200	31.31
3	0,3	19,7	93,8	Хлеб пшеничный	40	2.65
0,8	0	19,1	79,2	Сок абрикосовый	150	10.00
0,1	7,3	0,1	66,1	Масло сливочное (порциями)	10	10.00
8,5	12,0	2,2	150,3	Омлет натуральный	100	15.00
20,7	**29,7**	**78,7**	**664,3**			
				ОБЕД		
2,9	6,1	10,1	107	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	18.52
0,5	0,1	1,5	8,5	Огурец в нарезке	60	19.92
12,5	6,7	5,6	132,4	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	90	34.00
3,6	4,8	36,4	203,5	Рис отварной	150	22.80
2,6	0,5	15,8	78,2	Хлеб ржано-пшеничный	40	2.65
0,5	0,00	19,8	81	Компот из смеси сухофруктов	200	10.00
1,5	0,5	21	96	Банан	100	15.88
24,1	**18,7**	**110,2**	**705,1**			
				Итого		**192.73**

Повар: _____/Ефремова О.А./

Утверждаю

В.А.Васильева
Директор МКОУ
Больше-Черновской ООШ

МЕНЮ на 23 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		
9,1	11,1	41,4	302,4	Каша жидкая молочная пшенная	220	33,30
2,3	0,2	14,8	70,3	Хлеб пшеничный	30	2,65
1	0	25,4	105,6	Сок абрикосовый	200	10.00
0,2	14,5	0,3	132,2	Масло сливочное (порциями)	20	20.00
6,8	9,6	1,7	120,3	Омлет натуральный	80	12.00
19,4	**35,4**	**83,6**	**730,8**			
				ОБЕД		
10,7	11,2	10,6	185,8	Борщ с капустой и картофелем	250	23,65
0,8	0,1	2,5	14,1	Огурец в нарезке	100	18.40
13,9	7,4	6,3	147,1	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	100	39,00
4.3	5,8	43,7	244,2	Рис отварной	180	20.80
6,6	1,2	39,6	195,6	Хлеб ржано-пшеничный	100	4,65
0,5	0,00	19,8	81	Компот из смеси сухофруктов	200	10,00
1,7	0,6	23,1	**104**	Банан	110	22.75
38,5	**26,3**	**145,6**	**971,8**			
				Итого		**217.20**

Повар: _____/Ефремова О.А./

Утверждаю

В.А.Васильева
Директор МКОУ
Больше-Черновской ООШ

МЕНЮ на 23 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		
13,9	7,4	6,3	147,1	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	100	39,00
4.3	5,8	43,7	244,2	Рис отварной	180	17.30
6,6	1,2	39,6	195,6	Хлеб ржано-пшеничный	100	4,65
0,5	0,00	19,8	81	Компот из смеси сухофруктов	200	10,00
1,7	0,6	23,1	**104**	Банан	110	19.75
26,7	**15,00**	**132,5**	**771,9**			
				Итого		**90.70**

Повар:_____/Ефремова О.А./

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

МЕНЮ на 23 октября 2026 г (Родительская плата)

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда		
белки	жиры	углеводы			Масса порции	Стоимость блюда
				ОБЕД		
13,9	7,4	6,3	147,1	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	100	39,00
4.3	5,8	43,7	244,2	Рис отварной	180	17.30
6,6	1,2	39,6	195,6	Хлеб ржано-пшеничный	100	4,65
0,5	0,00	19,8	81	Компот из смеси сухофруктов	200	10,00
25	**14,40**	**109,4**	**667,9**			
				Итого		**70,95**

Повар:_____/Ефремова О.А./