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

МЕНЮ на 16 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	203.5	Рис отварной	150	8.86
9.7	5.2	4,4	103	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	70	24,00
4,6	0,5	29,5	140,6	Хлеб пшеничный	60	5,00
0,4	0,4	9,8	44,4	Яблоко	100	22.20
4.1	3.8	16.2	114.8	Снежок 2.5 %	150	28,00
22.4	**14.7**	**96.3**	**606.3**		530	
				Итого		**88.06**

Повар: _____/Ефремова О.А./

Утверждаю

В.А.Васильева
Директор МКОУ
Больше-Черновской ООШ

МЕНЮ на 16 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		
5,3	5,7	23,5	167	Каша жидкая молочная манная	200	20,70
3,8	0,4	24,6	117,2	Хлеб пшеничный	50	2,65
0,8	0,2	15,2	65	Сок яблочный	150	14,00
8	6,4	56,6	316	Булочка « Московская»	100	18,00
17,9	**12,7**	**119,9**	**665,2**			
				ОБЕД		
2,9	6,1	10,1	107	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	23,52
0,5	0,1	1,5	8,5	Огурец в нарезке	60	26,92
13,9	7,4	6,3	147,1	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	100	34,00
4.3	5,8	43,7	244,2	Рис отварной	180	19,80
5,3	0,6	34,4	164,1	Хлеб пшеничный	70	2,65
0,2	0,1	3	13,4	Чай с лимоном и сахаром	200	8,00
0,40	0,40	9,80	44,4	Яблоко	100	22.49
27,5	**20,5**	**108,8**	**728,7**			
				Итого		**192.73**

Повар: _____/Ефремова О.А./

Утверждаю

В.А.Васильева
Директор МКОУ
Больше-Черновской ООШ

МЕНЮ на 16 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		
5,9	6,3	25,8	183,7	Каша жидкая молочная манная	220	29,30
2,3	0,2	14,8	70,3	Хлеб пшеничный	30	2,65
2,7	2,5	10,8	76,5	Снежок	100	18,00
0,5	0,1	10,1	43,3	Сок яблочный	100	10,00
8	6,4	56,6	316	Булочка « Московская»	100	18,00
19,4	**15,5**	**118,1**	**689,8**			
				ОБЕД		
11,2	13,9	13,9	225,9	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	25,65
0,8	0,1	2,5	14,1	Огурец в нарезке	100	26,40
13,9	7,4	6,3	147,1	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	100	34,00
5	6,7	51	284,9	Рис отварной	210	19,80
2,3	0,2	14,8	70,3	Хлеб пшеничный	30	2,65
0,2	0,1	3	13,4	Чай с лимоном и сахаром	200	8,00
0,6	0,6	14,70	**66,6**	Яблоко	150	22.75
34	**29**	**106,2**	**822,3**			
				Итого		**217.20**

Повар:_____/Ефремова О.А./

Утверждаю

В.А.Васильева
Директор МКОУ
Больше-Черновской ООШ

МЕНЮ на 16 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	34,00
5	6,7	51	284,9	Рис отварной	210	19,80
2,3	0,2	14,8	70,3	Хлеб пшеничный	30	2,65
0,2	0,1	3	13,4	Чай с лимоном и сахаром	200	8,00
0,6	0,6	14,70	**66,6**	Яблоко	150	26.25
22	**15**	**89,8**	**582,3**			
				Итого		**90.70**

Повар:_____/Ефремова О.А./

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

МЕНЮ на 16 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	34,00
5	6,7	51	284,9	Рис отварной	210	19,80
2,3	0,2	14,8	70,3	Хлеб пшеничный	30	2,65
0,2	0,1	3	13,4	Чай с лимоном и сахаром	200	8,00
21,4	**14,4**	**75,1**	**515,7**			
				Итого		**64,45**

Повар: _____/Ефремова О.А./