



МЕНЮ на 4 сентября 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: Олеся /Ефремова О.А./

Утверждаю

В.А.Васильева
Директор МКОУ
Больше-Черновской ООШ

МЕНЮ на 4 сентября 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		
5,3	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. /Ефремова О.А./



МЕНЮ на 4 сентября 2026 г (ОБЗ 12-18 лет)

Пищевые вещества, г		Энергетическая ценность, ккал	Принем пищи, наименование блюда	12-18 лет	
белки	жиры			5-9 классы	Стоимость блюда
5,9	6,3	25,8	Каша жидкая молочная манная	220	29,30
2,3	0,2	14,8	Хлеб пшеничный	30	2,65
2,7	2,5	10,8	Снежок	100	18,00
0,5	0,1	10,1	Сок яблочный	100	10,00
8	6,4	56,6	Булочка «Московская»	100	18,00
19,4	15,5	118,1	ОБЕД		
11,2	13,9	13,9	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	25,65
0,8	0,1	2,5	Огурец в нарезке	100	26,40
13,9	7,4	6,3	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	100	34,00
5	6,7	51	Рис отварной	210	19,80
2,3	0,2	14,8	Хлеб пшеничный	30	2,65
0,2	0,1	3	Чай с лимоном и сахаром	200	8,00
0,6	0,6	14,70	Яблоко	150	22,75
34	29	106,2	Итого		217,20

Повар: *Ольга* /Ефремова О.А./

МЕНЮ на 4 сентября 2026 г (Малолетние 12-18 лет, контрактники)

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

12-18 лет		Прием пищи, наименование блюда	Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества, г		
Стоимость блюда	Масса порции			углеводы	жиры	белки
ОБЕД						
		Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	147,1	6,3	7,4	13,9
	100	Рис отварной	284,9	51	6,7	5
	210	Хлеб пшеничный	70,3	14,8	0,2	2,3
	200	Чай с лимоном и сахаром	13,4	3	0,1	0,2
	150	Молоко	66,6	14,70	0,6	0,6
90,70		Итого	582,3	89,8	15	22

Повар:  /Ефремова О.А./



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

МЕНЮ на 4 сентября 2026 г (Родительская плата)

Пищевые вещества, г		Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Стоимость блюда
белки	жиры				
13,9	7,4	6,3	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	100	34,00
5	6,7	51	Рис отварной	210	19,80
2,3	0,2	14,8	Хлеб пшеничный	30	2,65
0,2	0,1	3	Чай с лимоном и сахаром	200	8,00
21,4	14,4	75,1	Итого		64,45

Повар:  /Ефремова О.А./