



МЕНЮ на 11 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		
				Рис отварной	150	24.06
3,6	4,8	36,4	203,50	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	90	46.39
12,5	6,7	5,6	132,4	Компот из смеси сухофруктов	200	12.00
0,5	0	19,8	81	Хлеб ржано- пшеничный	100	5.61
6,6	1,2	39,6	195,6		540	
23,2	12,7	101,4	612,5			
				Итого		88.06

Повар: Ефремова О.А.



МЕНЮ на 11 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		
8,3	10,1	37,6	274,9	Каша жидкая молочная пшеничная	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.



МЕНЮ на 11 сентября 2026 г (ОВЗ 12-18 лет)

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	12-18 лет	
белки	жиры	углеводы			5-9 классы	
					Масса порции	Стоимость блюда
				ЗАВТРАК		
9,1	11,1	41,4	302,4	Каша жидкая молочная пшениная	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./



МЕНЮ на 11 сентября 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
13,9	7,4	6,3	147,1	ОБЕД Рыба тушеная в томате с овощами (минтай) Рис отварной Хлеб ржано-пшеничный Компот из смеси сухофруктов Банан	100	39,00
4,3	5,8	43,7	244,2		180	17,30
6,6	1,2	39,6	195,6		100	4,65
0,5	0,00	19,8	81		200	10,00
1,7	0,6	23,1	104		110	19,75
26,7	15,00	132,5	771,9			
				Итого		90,70

Повар: Ефремова О.А. /Ефремова О.А./



Утверждаю

В.А.Васильева

Директор МКОУ

Больше-Черновской ООШ

МЕНЮ на 11 сентября 2026 г (Родительская плата)

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	Стоимость блюда	
белки	жиры	углеводы			Масса порции	
				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.

/Ефремова О.А./