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

МЕНЮ на 22 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		
3,1	5,3	19,8	139,4	Картофельное пюре	150	13,08
8	6,5	4,7	109,1	Тефтели «Натуральные»	65	25.57
0,1	0	14	56,8	Кисель из клюквы	200	15,00
6,6	1,2	39,6	195,6	Хлеб ржано- пшеничный	100	5,61
0,9	0,2	8,1	37,8	Апельсин	100	28.80
18,7	**13,2**	**86,2**	**538,7**		615	
				Итого		**88.06**

Повар:_____/Ефремова О.А./

Утверждаю

В.А.Васильева

Директор МКОУ

Больше-Черновской ООШ

МЕНЮ на 22 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		
8,2	11,2	32,4	263	Каша вязкая из хлопьев овсяных «Геркулес »	200	28.28
21,7	7,8	12,5	207,6	Запеканка из творога	110	19,00
3	0,3	19,7	93,8	Хлеб пшеничный	40	2.65
5,1	3,8	8,3	87,2	Йогурт 2,5 %	150	11.00
38	**23,1**	**72,9**	**651,6**			
				ОБЕД		
2,4	1,9	11,6	73,4	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	20.80
0,5	0,1	1,5	8,5	Огурец в нарезке	60	20.92
8	6,5	4,7	109,1	Тефтели «Натуральные»	65	25.78
3,1	5,3	19,8	139,4	Картофельное пюре	150	15.70
0,4	2,5	1	27,9	Соус сметанный	30	5.66
3,8	0,4	24,6	117,2	Хлеб пшеничный	50	2.65
0,1	0,	14	56,8	Кисель из клюквы	200	15.00
3,1	1	43,1	193,7	Банан	205	25.29
21,4	**17,7**	**120,3**	**726**			
				Итого		**192.73**

Повар: _____/Ефремова О.А./

Утверждаю

В.А.Васильева
Директор МКОУ
Больше-Черновской ООШ

МЕНЮ на 22 октября 2026 г (ОВЗ 12-18 лет)

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	5-9 классы	
белки	жиры	углеводы			Масса порции	Стоимость блюда
				ЗАВТРАК		
9	12,3	35,6	289,3	Каша вязкая из хлопьев овсяных «Геркулес »	220	32.86
7,7	2,4	53,4	266	Булочка с кунжутом	100	15,00
2,3	0,2	14,8	70,3	Хлеб пшеничный	30	2,65
6,8	5	11	116,2	Йогурт 2,5 %	200	11.00
25,8	**19,9**	**114,8**	**741,8**			
				ОБЕД		
10,6	8,7	20,5	203	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	28,00
0,8	0,1	2,5	14,1	Огурец в нарезке	100	32.40
12,3	10	7,2	167,9	Тефтели «Натуральные»	100	32,00
3,7	6,4	23,8	167,2	Картофельное пюре	180	19,20
1	5,8	2,3	65,1	Соус сметанный	70	5,66
2,6	0,5	15,8	78,2	Хлеб ржано- пшеничный	40	2,65
0,1	0	14	56,8	Кисель из клюквы	200	15.00
1,5	0,5	21	94,5	Банан	100	20.78
32,6	**32**	**107,1**	**846,8**			
				Итого		**217.20**

Повар: _____/Ефремова О.А./

Утверждаю

В.А.Васильева
Директор МКОУ
Больше-Черновской ООШ

МЕНЮ на 22 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	32,00
3,7	6,4	23,8	167,2	Картофельное пюре	180	16,61
1	5,8	2,3	65,1	Соус сметанный	70	5,66
2,6	0,5	15,8	78,2	Хлеб ржано- пшеничный	40	2,65
0,1	0	14	56,8	Кисель из клюквы	200	15.00
1,5	0,5	21	94,5	Банан	100	18.78
21,2	**23,2**	**84,1**	**629,7**			
				Итого		**90.70**

Повар:_____/Ефремова О.А./

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

МЕНЮ на 22 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	32,00
3,7	6,4	23,8	167,2	Картофельное пюре	180	16,61
1	5,8	2,3	65,1	Соус сметанный	70	5,66
2,6	0,5	15,8	78,2	Хлеб ржано- пшеничный	40	2,65
0,1	0	14	56,8	Кисель из клюквы	200	15.00
19,7	**22,7**	**63,1**	**535,2**			
				Итого		**71,92**

Повар: _____/Ефремова О.А./