

Утверждаю
Директор МКОУ Пущинской СОШ

Е.Т. Парфенюк

Организация: Муниципальное казенное общеобразовательное уч

Название меню: Основное 12-18

Возрастная категория: от 12 до 18 лет

Характеристика питающихся: Без особенностей

Срок действия меню: 01.09.2026 - 25.05.2027

№ рецептуры	Название блюда	Масса г
Понедельник, 1 неделя		
Завтрак		
54-21гн	4 Каша рисовая молочная с маслом	250
Пром.	Какао с молоком	200
Пром.	Яблоко	100
Пром.	Хлеб пшеничный	100
	Итого за Завтрак	650
Обед		
54-25с	Суп гороховый (вариант 2)	250
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150
54-2соус	9 Голень куриная запеченная	100
	Соус белый основной	50
Пром.	2 Чай с лимоном	200
	Хлеб пшеничный	60
	Итого за Обед	810
	Итого за день	1460
Вторник, 1 неделя		
Завтрак		
54-1г	Макароны отварные	200
54-5м	Котлета из курицы	100
54-29хн	Компот из смеси свежих ягод с сиропом стевии (брусника)	200
Пром.	Хлеб ржаной	60
	Итого за Завтрак	560
Обед		
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	250
54-13хн	12 Каша ячневая	250
Пром.	Напиток из шиповника	200
Пром.	Тефтели "По-домашнему"	100
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	100
	Йогурт 3.2%	120
	Итого за Обед	1020
	Итого за день	1580
Среда, 1 неделя		
Завтрак		
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30
54-23гн	14 Каша пшенная молочная с маслом	250
	Кофейный напиток с молоком	200

Организация: Муниципальное казенное общеобразовательное уч
 Название меню: Основное 12-18
 Возрастная категория: от 12 до 18 лет
 Характеристика питающихся: Без особенностей
 Срок действия меню: 01.09.2026 - 25.05.2027

№ рецептуры	Название блюда	Масса г
Понедельник, 1 неделя		
Завтрак		
54-21гн Пром. Пром.	4 Каша рисовая молочная с маслом	250
	Какао с молоком	200
	Яблоко	100
	Хлеб пшеничный	100
	Итого за Завтрак	650
Обед		
54-25с	Суп гороховый (вариант 2)	250
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150
54-2соус Пром.	9 Голень куриная запеченная	100
	Соус белый основной	50
	2 Чай с лимоном	200
	Хлеб пшеничный	60
	Итого за Обед	810
	Итого за день	1460
Вторник, 1 неделя		
Завтрак		
54-1г	Макароны отварные	200
54-5м	Котлета из курицы	100
54-29хн	Компот из смеси свежих ягод с сиропом стевии (брусника	200
Пром.	Хлеб ржаной	60
	Итого за Завтрак	560
Обед		
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	250
	12 Каша ячневая	250
54-13хн	Напиток из шиповника	200
Пром.	Тефтели "По-домашнему"	100
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	100
Пром.	Йогурт 3.2%	120
	Итого за Обед	1020
	Итого за день	1580
Среда, 1 неделя		
Завтрак		
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30
	14 Каша пшенная молочная с маслом	250
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200

Пром.	Хлеб ржаной	100
	Итого за Завтрак	580
	Обед	
	3 Суп с гречневой крупой	150
54-27м	Капуста тушеная с мясом птицы	250
54-22хн	Кисель из вишни	200
Пром.	Йогурт 1.5%	100
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	100
	Итого за Обед	800
	Итого за день	1380

Четверг, 1 неделя

	Завтрак	
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	200
П/Ф	Котлеты Куриные	100
Пром.	Сок апельсиновый	200
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	60
	Итого за Завтрак	560
	Обед	
54-12с	Суп с рыбными консервами (горбуша)	250
54-6г	Рис отварной	200
54-14р	Котлета рыбная любительская (минтай)	100
54-1соус	Соус сметанный	50
54-32хн	Компот из свежих яблок	200
Пром.	Хлеб пшеничный	100
	Итого за Обед	900
	Итого за день	1460

Пятница, 1 неделя

	Завтрак	
54-6т	Сырники	250
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200
Пром.	Апельсин	200
	Итого за Завтрак	650
	Обед	
54-24с	Суп картофельный с макаронными изделиями	250
54-12м	Плов с курицей	260
Пром.	Сок виноградный	200
Пром.	Хлеб ржаной	100
	Итого за Обед	810
	Итого за день	1460

Понедельник, 2 неделя

	Завтрак	
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	200
54-5м	Котлета из курицы	100
54-3соус	Соус красный основной	50

54-2гн	Чай с сахаром	200
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	60
	Итого за Завтрак	610
	Обед	
54-3с	Рассольник Ленинградский	250
54-12г	Каша пшенная рассыпчатая	200
	9 Голень куриная запеченная	100
54-24хн	Кисель из облепихи	200
Пром.	Хлеб пшеничный	60
	Итого за Обед	810
	Итого за день	1420

Вторник, 2 неделя

	Завтрак	
54-11г	Картофельное пюре	200
54-13хн	Напиток из шиповника	200
	1 Сосиска отварная	100
Пром.	Хлеб пшеничный	60
	Итого за Завтрак	560
	Обед	
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250
54-5г	Каша перловая рассыпчатая	200
54-18м	Печень говяжья по-строгановски	100
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200
Пром.	Хлеб пшеничный	60
	Итого за Обед	810
	Итого за день	1370

Среда, 2 неделя

	Завтрак	
54-1г	Макароны отварные	200
54-2м	Гуляш из говядины	100
Пром.	Хлеб пшеничный	50
Пром.	морс из клюквы	200
	Итого за Завтрак	550
	Обед	
54-5с	Суп из овощей с фрикадельками мясными	250
54-21г	Горошница	250
54-23м	Биточек из курицы	100
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200
Пром.	Хлеб пшеничный	60
	Итого за Обед	860
	Итого за день	1410

Четверг, 2 неделя

	Завтрак	
14	Каша пшенная молочная с маслом	250

54-21гн	Какао с молоком	200
Пром.	Йогурт 3.2%	100
Пром.	Хлеб пшеничный	60
	Итого за Завтрак	610

Обед

54-12с/у	Суп с рыбными консервами (горбуша)	250
54-6г	Рис отварной	200
54-7р	Рыба, припущенная в молоке (минтай)	120
54-2гн	Чай с сахаром	200
Пром.	Хлеб пшеничный	100

Итого за Обед

870

Итого за день

1480

Пятница, 2 неделя

Завтрак

54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200
ДП-4в	Блинчики с джемом	250
Пром.	Яблоко	150

Итого за Завтрак

600

Обед

54-9с	Суп фасолевый	250
	7 Картофель тушеный с курицей	250
Пром.	Сок персиковый	200
Пром.	Хлеб пшеничный	60
Пром.	Сырок творожный	100

Итого за Обед

860

Итого за день

1460

Масса

г

Средние показатели за Завтрак

593

Средние показатели за Обед

855

Средние показатели за период

1448