

Зав. производством

Директор МАОУ СОШ № 4

МЕНЮ
МАОУ СОШ № 4 г. Чайковский
 10 день 23.01.2026 г.

Меню обучающихся 7-11 лет:**1 смена**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность	№ рецептуры
Завтрак	Запеканка из творога с молоком сгущ.	115/40	21	12,3	39,5	353,9	279/471
	Сдоба обыкновенная	50	4	1,4	23,9	124	545
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Фрукт	150	0,007	0,3	14,7	66	пром.
ИТОГО:		555	25,21	14,1	87,4	581,9	

2 смена

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры
Обед	Запеканка из творога с молоком сгущ.	200	31	15,4	30	388	279/471
	Булочка молочная	100	2,6	2,8	47,8	248	пром.
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Фрукт	250	0,01	0,5	24,5	110	пром.
ИТОГО:		750	33,81	18,8	111,6	784	

Меню обучающихся 12-18 лет:
1 смена

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры
Завтрак	Запеканка из творога с молоком сгущ.	115/40	21	12,3	39,5	353,9	279/471
	Сдоба обыкновенная	50	4	1,4	23,9	124	545
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Фрукт	150	0,007	0,3	14,7	66	пром.
ИТОГО:		555	25,21	14,1	87,4	581,9	

2 смена

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры
Обед	Запеканка творожная с молоком сгущенным	250	37,1	19,5	49,7	524,9	279/471
	Булочка сдобная	100	8	2,8	47,8	248	545
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Фрукт	250	1	1	24,5	110	82
ИТОГО обед:		800	46,3	23,4	131,3	920,9	

Меню обучающиеся ОВЗ 7-11 лет

1 смена

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры
Завтрак	Каша овсяная молочная	250	9,3	10,4	39,4	289	237
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Бутерброд с маслом	50	2,4	14,8	15	202	70
ИТОГО завтрак:		500	11,9	25,3	63,7	529	
Обед	Запеканка творожная с молоком сгущенным	150	21,2	11,8	34,7	330,9	279/471
	Булочка сдобная	100	8	2,8	47,8	248	545
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Фрукт	250	1	1	24,5	110	82
ИТОГО обед:		700	30,4	15,7	116,3	726,9	

2 смена

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры
Обед	Запеканка творожная с молоком сгущенным	150	21,2	11,8	34,7	330,9	279/471
	Булочка сдобная	100	8	2,8	47,8	248	545
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Фрукт	250	1	1	24,5	110	82
ИТОГО обед:		700	30,4	15,7	116,3	726,9	
Полдник	Хачапури	100	7,3	22,3	3,5	58,4	утв.
	Сок	200	1	0,2	20,2	86	501
ИТОГО полдник:		300	8,3	22,5	23,7	144,4	

Меню обучающиеся ОВЗ от 12 лет

1 смена

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры
Завтрак	Каша овсяная молочная	250	9,3	10,4	39,4	289	237
	Морковь отварная порционно	50	1,5	1,3	5	37,5	156
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Бутерброд с маслом	50	2,4	14,8	15	202	70
ИТОГО завтрак:		550	13,4	26,6	68,7	566,5	
Обед	Запеканка творожная с молоком сгущенным	250	37,1	19,5	49,7	524,9	279/471
	Булочка сдобная	100	8	2,8	47,8	248	545
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Фрукт	250	1	1	24,5	110	82
ИТОГО обед:		800	46,3	23,4	131,3	920,9	

2 смена

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры
Обед	Запеканка творожная с молоком сгущенным	250	37,1	19,5	49,7	524,9	279/471
	Булочка сдобная	100	8	2,8	47,8	248	545
	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457
	Фрукт	250	1	1	24,5	110	82
ИТОГО обед:		800	46,3	23,4	131,3	920,9	
Полдник	Хачапури	60	4,4	13,4	2,1	35,04	утв.
	Йогурт	90	0,5	3,2	8,7	51,1	пром.
	Сок	200	1	0,2	20,2	86	501
ИТОГО полдник:		350	5,9	16,8	31	172,14	

Исп. Краюхина Л.В.