

Зав. производством



Директор МАОУ СОШ № 4



МЕНЮ
МАОУ СОШ № 4 г. Чайковский
 10 день 06.03.2026г.

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 обучающихся 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 обучающихся 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.