

Зав. производством



Директор МАОУ СОШ № 4



**МЕНЮ**  
**МАОУ СОШ № 4 г. Чайковский**  
 10 день 20.03.2026г.

**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.
<b>ИТОГО:</b>		<b>555</b>	<b>25,21</b>	<b>14,1</b>	<b>87,4</b>	<b>581,9</b>	

**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.
<b>ИТОГО:</b>		<b>750</b>	<b>33,81</b>	<b>18,8</b>	<b>111,6</b>	<b>784</b>	

**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.
<b>ИТОГО:</b>		<b>555</b>	<b>25,21</b>	<b>14,1</b>	<b>87,4</b>	<b>581,9</b>	

**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
<b>ИТОГО обед:</b>		<b>800</b>	<b>46,3</b>	<b>23,4</b>	<b>131,3</b>	<b>920,9</b>	

## 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:		<b>500</b>	<b>11,9</b>	<b>25,3</b>	<b>63,7</b>	<b>529</b>	
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:		<b>700</b>	<b>30,4</b>	<b>15,7</b>	<b>116,3</b>	<b>726,9</b>	

### 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:		<b>700</b>	<b>30,4</b>	<b>15,7</b>	<b>116,3</b>	<b>726,9</b>	
Полдник	Хачапури	100	7,3	22,3	3,5	58,4	утв.
	Сок	200	1	0,2	20,2	86	501
ИТОГО полдник:		<b>300</b>	<b>8,3</b>	<b>22,5</b>	<b>23,7</b>	<b>144,4</b>	

## 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:		<b>550</b>	<b>13,4</b>	<b>26,6</b>	<b>68,7</b>	<b>566,5</b>	
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:		<b>800</b>	<b>46,3</b>	<b>23,4</b>	<b>131,3</b>	<b>920,9</b>	

### 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:		<b>800</b>	<b>46,3</b>	<b>23,4</b>	<b>131,3</b>	<b>920,9</b>	
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:		<b>350</b>	<b>5,9</b>	<b>16,8</b>	<b>31</b>	<b>172,14</b>	

Исп. Краюхина Л.В.