

**МЕНЮ****МАОУ СОШ № 4 г. Чайковский**

1 день 20.04.2026г.

Меню обучающихся 7-11 лет:

1 смена

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Салат из свежих помидоров и огурцов	70	0,7	4,27	2,45	51,1	18
	Биточки куриные	62	12,4	11,2	6,6	176,3	372
	Масло сливочное	5	0,04	3,6	0,07	33,05	79
	Рагу из овощей	100	2,5	3,5	10	81,5	176
	Сок	200	1	0,2	20,2	86	501
	Хлеб ржаной	45	3,6	0,7	18,1	92,7	574
	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,6	573
ИТОГО:		<b>522</b>	<b>23,24</b>	<b>23,77</b>	<b>77,12</b>	<b>614,25</b>	

2 смена

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Суп картофельный с бобовыми	250	2,6	3,3	7,7	70,8	113
	Биточки куриные	90	18	16,3	9,6	255,9	372
	Масло сливочное	6	0,04	4,3	0,08	39,7	79
	масло сливочное						
	Рагу из овощей	200	5	7	20	163	176
	Сок	200	1	0,2	20,2	86	501
	Хлеб ржаной	30	2,4	0,5	12	61,8	574
	Хлеб пшеничный	50	3,9	0,4	24,6	117	573
ИТОГО:		<b>826</b>	<b>32,94</b>	<b>32</b>	<b>94,18</b>	<b>794,2</b>	

Меню обучающихся 12-18 лет:

1 смена

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Салат из свежих помидоров и огурцов	70	0,7	4,27	2,45	51,1	18
	Биточки куриные	62	12,4	11,2	6,6	176,3	372
	Масло сливочное	5	0,04	3,6	0,07	33,05	79
	масло сливочное						
	Рагу из овощей	150	3,75	5,25	15	122,25	176
	Сок	200	1	0,2	20,2	86	501
	Хлеб ржаной	45	3,6	0,7	18,1	92,7	574
	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,6	573
<b>ИТОГО:</b>		<b>572</b>	<b>24,49</b>	<b>25,52</b>	<b>82,12</b>	<b>655</b>	

2 смена

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<i>Неделя 1</i> <i>День 1</i>							
Обед	Суп картофельный с бобовыми	250	2,6	3,3	7,7	70,8	113
	Биточки куриные с маслом	100	20	18	10,8	284,3	372
	Макаронные изделия отварные	180	6,7	5,9	35,5	221,4	256
	Сок	200	1	0,2	20,2	86	501
	Хлеб ржаной	35	2,8	0,5	14,1	72,1	574
	Хлеб пшеничный	35	2,6	0,3	17,2	81,9	573
<b>ИТОГО обед:</b>		<b>800</b>	<b>35,7</b>	<b>28,2</b>	<b>105,5</b>	<b>816,5</b>	

Меню обучающихся ОБЗ 7-11 лет:

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша ячневая молочная	250	8,8	8,1	40,4	269,8	227
	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,5	13,6	88	465
	Бутерброд с маслом	50	2,4	14,8	15	202	70
ИТОГО завтрак:		<b>500</b>	<b>14</b>	<b>25,4</b>	<b>69</b>	<b>559,8</b>	
Обед	Суп картофельный с бобовыми	200	2,08	2,64	6,16	56,6	113
	Биточки куриные с маслом	90	18	16,2	9,63	255,9	372
	Макаронные изделия отварные	150	5,6	5	29,5	184,5	256
	Сок	200	1	0,2	20,2	86	501
	Хлеб ржаной	30	2,4	0,5	12,1	61,8	574
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,3	14,7	70,2	573
ИТОГО обед:		<b>700</b>	<b>31,38</b>	<b>24,84</b>	<b>92,29</b>	<b>715</b>	

2 смена

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Суп картофельный с бобовыми	200	2,08	2,64	6,16	56,6	113
	Биточки куриные с маслом	90	18	16,2	9,63	255,9	372
	Макаронные изделия отварные	150	5,6	5	29,5	184,5	256
	Сок	200	1	0,2	20,2	86	501
	Хлеб ржаной	30	2,4	0,5	12,1	61,8	574
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,3	14,7	70,2	573
ИТОГО обед:		<b>700</b>	<b>31,38</b>	<b>24,84</b>	<b>92,29</b>	<b>715</b>	
Полдник	Булочка "Вьюшка" с маком	100	8	2,8	47,8	248	545
	Чай с сахаром, молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	460
ИТОГО полдник:		<b>300</b>	<b>9,6</b>	<b>4,1</b>	<b>59,3</b>	<b>312</b>	

Меню обучающихся ОБЗ 12-18 лет:

1 смена

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша ячневая молочная	250	8,8	8,1	40,4	269,8	227
	Печенье	50	11,6	0,02	23,2	44,6	пром.
	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,5	13,6	88	465
	Бутерброд с маслом	50	2,3	15,7	14,3	208,6	69

ИТОГО завтрак:		<b>550</b>	<b>25,5</b>	<b>26,32</b>	<b>91,5</b>	<b>611</b>	
Обед	Суп картофельный с бобовыми	250	2,6	3,3	7,7	70,8	113
	Биточки куриные с маслом	100	20	18	10,8	284,3	372
	Макаронные изделия отварные	180	6,7	5,9	35,5	221,4	256
	Сок	200	1	0,2	20,2	86	501
	Хлеб ржаной	35	2,8	0,5	14,1	72,1	574
	Хлеб пшеничный	35	2,6	0,3	17,2	81,9	573
ИТОГО обед:		<b>800</b>	<b>35,7</b>	<b>28,2</b>	<b>105,5</b>	<b>816,5</b>	

2 смена

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед	Суп картофельный с бобовыми	250	2,6	3,3	7,7	70,8	113
	Биточки куриные с маслом	100	20	18	10,8	284,3	372
	Макаронные изделия отварные	180	6,7	5,9	35,5	221,4	256
	Сок	200	1	0,2	20,2	86	501
	Хлеб ржаной	35	2,8	0,5	14,1	72,1	574
	Хлеб пшеничный	35	2,6	0,3	17,2	81,9	573
ИТОГО обед:		<b>800</b>	<b>35,7</b>	<b>28,2</b>	<b>105,5</b>	<b>816,5</b>	
Полдник	Булочка "Вьюшка" с маком	60	4,8	1,7	28,7	148,8	545
	Йогурт	90	0,5	3,2	8,7	51,1	пром.
	Чай с сахаром, молоком	200	1,6	1,3	11,5	64	460
ИТОГО полдник:		<b>350</b>	<b>6,9</b>	<b>6,2</b>	<b>48,9</b>	<b>263,9</b>	

Исп. Краюхина Л.В.