

Организация: МБОУ " Новоенисейская ООШ "

Название меню: МБОУ Новоенисейская ООШ завтрак 5-9 класс 2026-2027 гг.

Возрастная категория: от 12 до 18 лет

Характеристика питающихся: Без особенностей

Срок действия меню: 01.09.2026 - 31.05.2027

							дети участников СВО 2-е питание	
№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Название блюда	Масса
		г	г	г	г	ккал		
	Понедельник, 1 неделя							
	Завтрак							
54-2з	Огурец в нарезке	100	0,8	0,1	2,5	14,1	Каша молочная дружба	200
54-1г	Макароны отварные	200	7,1	6,6	43,7	262,4	Компот из смеси сухофруктов	200
П/Ф	Котлеты Домашние	100	15,2	14,4	8,9	226,6	Фрукт	100
54-3соус	Соус красный основной	30	0,6	0,7	2,6	19	Хлеб пшеничный	30
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81		
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	7,9	39,1		
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8		
	Итого за Завтрак	690	28,5	22,3	105,1	736		
	Итого за день	690	28,5	22,3	105,1	736		
	Вторник, 1 неделя							
	Завтрак							
54-12м	Плов с курицей	230	31,4	7,4	38,3	345,4	Каша молочная пшенная	200
54-23хн	Кисель из смородины	200	0,2	0,1	12,2	50,6	Кисель из смородины	200
54-10в	Булочка ванильная	60	4,7	4	30,5	176,9	Хлеб пшеничный	30
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	7,9	39,1		
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8		
	Итого за Завтрак	550	40,6	12	108,6	705,8		
	Итого за день	550	40,6	12	108,6	705,8		
	Среда, 1 неделя							
	Завтрак							
54-6з	Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами	100	2,3	11	3,6	122,5	Макароны отварные с сыром	200
54-11г	Картофельное пюре	200	4,1	7,1	26,4	185,8	Напиток из шиповника	200
54-11р	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	100	13,9	7,4	6,3	147,1	Хлеб пшеничный	30
54-13хн	Напиток из шиповника	200	0,6	0,2	15,1	65,4		
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8		
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	7,9	39,1		
	Итого за Завтрак	660	25,2	26,2	79	653,7		
	Итого за день	660	25,2	26,2	79	653,7		
	Четверг, 1 неделя							
	Завтрак							
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	200	11	8,5	47,9	311,6	Плов с курицей	200
54-2м	Гуляш из говядины	100	17	16,5	3,9	231,7	Чай с сахаром	200
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	2,8	12,3	Хлеб пшеничный	30
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4		
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8		
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	7,9	39,1		
	Итого за Завтрак	660	32,9	25,9	92	732,9		
	Итого за день	660	32,9	25,9	92	732,9		
	Пятница, 1 неделя							
	Завтрак							
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8,9	0	107,5	Салат из свежих помидоров и огурцов	60
54-24с	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	4	2,4	18,9	113,5	Котлета куринная	100
54-21гн	Какао с молоком	200	4,7	3,5	8,9	85,9	Хлеб пшеничный	30
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	7,9	39,1		
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8		
Пром.	Повидло яблочное	40	0,2	0	26	104,6		
	Итого за Завтрак	580	20,2	15,3	81,4	544,4		
	Итого за день	580	20,2	15,3	81,4	544,4		
	Понедельник, 2 неделя							
	Завтрак							
54-2з	Огурец в нарезке	100	0,8	0,1	2,5	14,1	Макароны отварные с сыром	200

54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	200	11	8,5	47,9	311,6	Компот из смеси сухофруктов	200
П/Ф	Тефтели "Натуральные"	100	12,3	10	7,2	167,9	Хлеб пшеничный	30
54-2соус	Соус белый основной	30	0,5	1,1	1,2	16,4		
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81		
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	7,9	39,1		
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5		
	Итого за Завтрак	695	29,8	20,3	108,6	735,6		
	Итого за день	695	29,8	20,3	108,6	735,6		
	Вторник, 2 неделя							
	Завтрак							
54-5с	Суп из овощей с фрикадельками мясными	250	8,8	7,3	16,9	168,5	Каша молочная рисовая	200
54-6о	Яйцо вареное	60	7,2	6,1	0,4	84,8	Чай с сахаром	200
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	2,8	12,3	Фрукт	100
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	7,9	39,1	Хлеб пшеничный	30
Пром.	Булочка с вареной сгущенкой	60	4	1,2	33,5	160,7		
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5		
	Итого за Завтрак	635	24,9	15,2	83,6	570,9		
	Итого за день	635	24,9	15,2	83,6	570,9		
	Среда, 2 неделя							
	Завтрак							
54-20з	Горошек зеленый	60	1,7	0,1	3,5	22,1	Суп из овощей с фрикадельками мясными	200
54-11г	Картофельное пюре	150	3,1	5,3	19,8	139,4	Чай с лимоном и сахаром	200
П/Ф	Котлеты Куриные	100	13,7	12,3	8,7	200,5	Хлеб пшеничный	30
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	3	13,4		
Пром.	Апельсин	100	0,9	0,2	8,1	37,8		
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	7,9	39,1		
Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5		
	Итого за Завтрак	675	24,3	18,6	73,1	557,8		
	Итого за день	675	24,3	18,6	73,1	557,8		
	Четверг, 2 неделя							
	Завтрак							
54-5з	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	1	5,1	3,1	62,4	Рагу из курицы	200
54-3г	Макароны отварные с сыром	200	10,5	9,1	38,2	277	Кисель из смородины	200
54-21м	Курица отварная	100	32,1	2,4	1,1	154,8	Хлеб пшеничный	30
54-23хн	Кисель из смородины	200	0,2	0,1	12,2	50,6		
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	7,9	39,1		
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8		
	Итого за Завтрак	660	48,1	17,2	82,2	677,7		
	Итого за день	660	48,1	17,2	82,2	677,7		
	Пятница, 2 неделя							
	Завтрак							
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8,9	0	107,5	Каша молочная дружба	200
53-19з	Масло сливочное (порциями)	20	0,2	14,5	0,3	132,2	Какао с молоком	200
54-22с	Борщ с капустой и картофелем	250	3,1	4	8,8	83,5	Фрукт	100
54-21гн	Какао с молоком	200	4,7	3,5	8,9	85,9	Хлеб пшеничный	30
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2		
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	7,9	39,1		
	Итого за Завтрак	570	20,1	31,5	50,5	565,4		
	Итого за день	570	20,1	31,5	50,5	565,4		