УТВЕРЖДАЮ
Директор
МКОУ Тогучинского района
«Березиковская средняя школа»
_____ И.Ю.Маурер

Меню на «7» октября 2026г.

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Категория Прием пищи, наименование блюд	Масса порции, г	Цена	№ рецепта
Белки	Жиры	Углеводы		**Завтрак ОВЗ**			
				7-11 лет			
0	3.6	0.1	33	Масло сливочное (порциями)	5	7,90	53-19з
9.5	8.2	34.4	249.3	Макароны отварные с сыром	180	31,80	54-3г
3.9	2.9	11.2	86	Кофейный напиток	200	16,90	54-23гн
2.3	0.8	31.5	141.8	Банан	200	38	Пром.
4	0.5	24.6	118.7	Батон простой	50	7,00	Пром.
				12-18 лет			
0.1	7.3	0.1	66,1	Масло сливочное (порциями)	10	15,90	53-19з
9.5	8.2	34.4	249.3	Макароны отварные с сыром	180	31,80	54-3г
3.9	2.9	11.2	86	Кофейный напиток	200	16,90	54-23гн
2.3	0.8	31.5	141.8	Банан	200	38	Пром.
4	0.5	24.6	118.7	Батон простой	50	7,00	Пром.
				Обед ОВЗ			
				7-11 лет			
0.5	0.1	1.5	8.5	Огурец в нарезке	60	6,30	54-2з
5.8	7	7.1	115.3	Щи из свежей капусты со сметаной	250	15,80	54-1с
20.8	11.1	9.4	220.9	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	150	44,40	54-11р
3.6	4.8	36.4	203.5	Рис отварной	150	16,70	54-6г
0.5	0	19.8	81	Компот из смеси сухофруктов	200	3,50	54-1хн
3.8	0.4	24.6	117.2	Хлеб пшеничный	50	5,80	Пром.
2	0.4	10	51,2	Хлеб ржаной	30	3,70	Пром.
				12-18 лет			
0.6	0.1	2	11.3	Огурец в нарезке	80	8,40	54-2з
5.8	7	7.1	115.3	Щи из свежей капусты со сметаной	250	15,30	54-1с
20.8	11.1	9.4	220.9	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	150	44,40	54-11р
4.3	5.8	43.7	244.2	Рис отварной	180	20,50	54-6г
0.5	0	19.8	81	Компот из смеси сухофруктов	200	3,50	54-1хн
3.8	0.4	24.6	117.2	Хлеб пшеничный	50	5,80	Пром.
2	0.4	10	51,2	Хлеб ржаной	30	3,70	Пром.
				Обед **начальные классы**			
0.5	0.1	1.5	8.5	Огурец в нарезке	60	6,30	54-2з
5.8	7	7.1	115.3	Щи из свежей капусты со сметаной	250	15,30	54-1с
20.8	11.1	9.4	220.9	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	150	44,40	54-11р
3.6	4.8	36.4	203.5	Рис отварной	150	16,70	54-6г
0.5	0	19.8	81	Компот из смеси сухофруктов	200	3,50	54-1хн
3.8	0.4	24.6	117.2	Хлеб пшеничный	50	5,80	Пром.
2	0.4	10	51,2	Хлеб ржаной	30	3,70	Пром.
				Льготное			
20.8	11.1	9.4	220.9	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	150	44,40	54-11р
3.6	4.8	36.4	203.5	Рис отварной	150	16,70	54-6г
0.5	0	19.8	81	Компот из смеси сухофруктов	200	3,50	54-1хн
3.8	0.4	24.6	117.2	Хлеб пшеничный	50	5,80	Пром.
2	0.4	10	51,2	Хлеб ржаной	30	3,70	Пром.
				Платное			
5.8	7	7.1	115.3	Щи из свежей капусты со сметаной	250	15,30	54-1с
20.8	11.1	9.4	220.9	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	150	44,40	54-11р
3.6	4.8	36.4	203.5	Рис отварной	150	16,70	54-6г
0.5	0	19.8	81	Компот из смеси сухофруктов	200	3,50	54-1хн
3.8	0.4	24.6	117.2	Хлеб пшеничный	50	5,80	Пром.
2	0.4	10	51,2	Хлеб ржаной	30	3,70	Пром.