

Утверждено:
Приказ №92-од от 27.08.2026 г.



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат:
7C1823A107DBCDEF87783A7C24ECE1C
Владелец: Бетирова Зарет Шаудиевна
Действителен: с 08.06.2026 до 01.09.2027

Меню
десятидневного бесплатного горячего питания
МБОУ «Ачерешкинская СШ»
на 2026-2027 учебный год

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, г	№ рецептуры	Цена
1	1	Завтрак	горячее блюдо	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	218,4	283	50
			горячее блюдо	Картофельное пюре	100	2,7	4	5,8	70	377	20
			горячий напиток	Чай с лимоном	180	0,03	0,1	9,5	39,02	459	5
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82	878	3
			фрукты	Яблоко	100	1,2	0,4	16,8	75,6	338	13,77
				<i>итого</i>	500	14,52	17,6	75,84	519,84		91,77
1	1	Итого за день:			500	14,52	17,6	75,84	519,84		91,77
1	2	Завтрак	горячее блюдо	Каша рисовая с изюмом	170	4,93	8,81	38,85	254,41	177	29
			горячий напиток	Чай с молоком или сливками	180	1,52	1,35	15,9	81,83	378	31
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82	878	8,77
			фрукты	Яблоко	100	1,2	0,4	16,8	75,6	338	23
				<i>итого</i>	500	11,59	11,06	95,69	528,66		91,77
1	2	Итого за день:			500	11,59	11,06	95,69	528,66		91,77
1	3	Завтрак	горячее блюдо	Омлет с сыром	150	16,87	23,25	2,81	287,47	275	26,55
			горячий напиток	Чай с лимоном	180	0,03	0,1	9,5	36,02	459	35,3
			хлеб	Хлеб пшеничный	60	4,73	0,6	24,14	116,88	878	10,58
			кисломолочное	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	8,2	0,13	72,64	14	1,7
			фрукты	Яблоко	100	1,2	0,4	16,8	73,6	338	17,64
				<i>итого</i>	500	22,91	32,55	53,38	586,61		91,77
1	3	Итого за день:			500	22,91	32,55	53,38	586,61		91,77
1	4	Завтрак	горячее блюдо	Сосиски (Особые халяль)	50	4,75	6,75	1,37	85,23	243	9,18
			горячее блюдо	Рис припущенный	100	2,43	2,87	24,45	133,35	305	18,35
			горячий напиток	Чай с молоком или сливками	180	1,52	1,35	15,9	81,83	378	33,04
			хлеб	Хлеб пшеничный	70	5,52	0,7	33,8	163,58	878	12,85
			фрукты	Яблоко	100	1,2	0,4	16,8	75,6	338	18,35
				<i>итого</i>	500	15,42	12,07	92,32	539,59		91,77
1	4	Итого за день:			500	15,42	12,07	92,32	539,59		91,77
1	5	Завтрак	горячее блюдо	Рыба припущенная	90	15,6	0,6	0,96	71,64	274	16,52
			горячее блюдо	Картофельное пюре	150	4,04	8	8,7	119,96	377	27,53
			горячий напиток	Чай с молоком или сливками	200	1,52	1,35	15,9	81,83	378	36,7
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	120,82	878	9,18
			кисломолочное	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	8,2	0,13	74,64	14	1,84
				<i>итого</i>	500	25,18	18,65	49,83	468,89		91,77
1	5	Итого за день:			500	25,18	18,65	49,83	468,89		91,77

2	1	Завтрак	горячее блюдо	Рыба припущенная	75	13	0,5	0,8	59,7	274	13,77
			горячее блюдо	Рис отварной	100	2,43	3,58	24,46	139,78	304	18,35
			горячий напиток	Чай с лимоном	200	0,03	0,1	9,5	39,02	459	36,71
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82	878	9,18
			кисломолочное	Масло сливочное (порциями)	15	0,12	12,3	0,19	111,94	14	2,75
			булочное	Булочка	60	3,8	5,9	9,6	118,75	428	11,01
				итого	500	23,32	22,88	68,69	586,01		91,77
2	1	Итого за день:			500	23,32	22,88	68,69	586,01		91,77
2	2	Завтрак	горячее блюдо	Сырники из творога	150	17	4	19	195	286	27,53
			горячий напиток	Чай с молоком или сливками	200	1,52	1,35	15,9	81,83	378	36,71
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82	878	9,18
			фрукты	Яблоко	100	1,2	0,4	16,8	75,6	338	18,35
				итого	500	23,66	6,25	75,84	469,25		91,77
2	2	Итого за день:			500	23,66	6,25	75,84	469,25		91,77
2	3	Завтрак	горячее блюдо	Запеканка из творога	150	23,85	11,55	22,5	286,35	279	27,53
			горячий напиток	Чай с лимоном	180	0,03	0,1	9,5	36,02	459	33,04
			хлеб	Хлеб пшеничный	60	4,73	0,6	24,14	117,88	878	11,01
			кисломолочное	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	8,2	0,13	72,64	14	1,84
			фрукты	Яблоко	100	1,2	0,4	16,8	73,6	338	18,35
				итого	500	29,89	20,85	73,07	586,49		91,77
2	3	Итого за день:			500	29,89	20,85	73,07	586,49		91,77
2	4	Завтрак	горячее блюдо	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	210,4	283	12,85
			горячее блюдо	Греча отварная	100	5,73	4,06	25,76	149,6	4,3	18,35
			горячий напиток	Чай с лимоном	180	0,03	0,1	9,5	36,02	459	33,04
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82	878	9,18
			фрукты	Яблоко	100	1,2	0,4	16,8	73,6	338	18,35
				итого	500	17,55	17,66	95,8	586,44		91,77
2	4	Итого за день:			500	17,55	17,66	95,8	586,44		91,77
2	5	Завтрак	горячее блюдо	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	210,4	283	12,85
			горячее блюдо	Рис отварной	100	2,43	3,58	24,46	126,2	304	18,35
			горячий напиток	Чай с лимоном	180	0,02	0,09	8,55	35,09	459	33,04
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,88	878	9,18
			фрукты	Яблоко	100	1,2	0,4	16,8	73,6	338	18,35
				итого	500	14,24	17,17	93,55	562,17		91,77
2	5	Итого за день:			500	14,24	17,17	93,55	562,17		91,77