Организация: МБОУ "СОШ№1 Р.П.ЛИНЕВО ИМЕНИ Ф.И.КУЛИША"
Название меню: Льготное питание (5-11кл) с 01.11.2026г.
Возрастная категория: от 12 до 18 лет
Характеристика питающихся: Без особенностей
Срок действия меню: 01.11.2026 - 29.05.2027

И.А.Ищенко

№ рецептуры	Название блюда	Масса г.	Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	Эн. ценность ккал
	Неделя 1 Понедельник					
	Обед					
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	50	11.6	14.8	0	179.2
54-3з	Помидор в нарезке	60	0.7	0.1	2.3	12.8
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	250	3.6	6.7	6.6	100.9
54-11м	Плов из отварной говядины	280	21.4	20.6	54	487.5
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0.2	0.1	3	13.4
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2.6	0.5	15.8	78.2
	Итого за Обед	**920**	**43.1**	**43.1**	**101.4**	**965.8**
	Итого за день	**920**	**43.1**	**43.1**	**101.4**	**965.8**
	Неделя 1 Вторник					
	Обед					
54-25с	Суп гороховый (вариант 2)	250	6.3	3.2	18.2	127
54-6о	Яйцо вареное	40	4.8	4	0.3	56.6
54-11г	Картофельное пюре	200	4.1	7.1	26.4	185.8
54-10м	Капуста тушеная с мясом	180	19.8	19.8	12	305.4
54-6хн	Компот из вишни	200	0.3	0.1	10.2	42.8
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4.6	0.5	29.5	140.6
	Итого за Обед	**930**	**39.9**	**34.7**	**96.6**	**858.2**
	Итого за день	**930**	**39.9**	**34.7**	**96.6**	**858.2**
	Неделя 1 Среда					
	Обед					
54-28з	Свекла отварная дольками	100	1.5	0.1	8.7	42
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	3.6	6.7	12.1	123.6
54-1г	Макароны отварные	200	7.1	6.6	43.7	262.4
54-5м	Котлета из курицы	100	19.1	4.3	13.6	169.7
Пром.	Сок яблочный	200	1	0.2	20.2	86.6
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2.6	0.5	15.8	78.2
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4.6	0.5	29.5	140.6
	Итого за Обед	**950**	**39.5**	**18.9**	**143.6**	**903.1**
	Итого за день	**950**	**39.5**	**18.9**	**143.6**	**903.1**
	Неделя 1 Четверг					
	Обед					
54-2з	Огурец в нарезке	60	0.5	0.1	1.5	8.5
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	40	9.3	11.8	0	143.3
54-11с	Суп крестьянский с крупой (крупа рисовая)	250	3.8	5.6	13.6	120.4
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	220	12.1	9.3	52.7	342.8
54-3р	Котлета рыбная (минтай)	100	14	2.7	8.6	114.3
54-32хн	Компот из свежих яблок	200	0.2	0.1	9.9	41.6
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4.6	0.5	29.5	140.6
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0.4	11.9	58.7
	Итого за Обед	**960**	**46.5**	**30.5**	**127.7**	**970.2**
	Итого за день	**960**	**46.5**	**30.5**	**127.7**	**970.2**
	Неделя 1 Пятница					
	Обед					
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	40	9.3	11.8	0	143.3
53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0.1	7.3	0.1	66.1
30хб	Салат из капусты с овощами	60	1.7	4	1.7	50
54-22м	Рагу из курицы	280	29.3	9.9	24.5	304.3
54-2хн	Компот из кураги	200	1	0.1	15.6	66.9
Пром.	Булочка с повидлом	50	4	7	28	191
Пром.	Яблоко	200	0.8	0.8	19.6	88.8
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0.4	11.9	58.7

Пром.	Хлеб пшеничный	60	4.6	0.5	29.5	140.6
	Итого за Обед	**930**	**52.8**	**41.8**	**130.9**	**1109.7**
	Итого за день	**930**	**52.8**	**41.8**	**130.9**	**1109.7**
	Неделя 2 Понедельник					
	Обед					
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	40	9.3	11.8	0	143.3
54-2з	Огурец в нарезке	60	0.5	0.1	1.5	8.5
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	250	3.6	6.7	6.6	100.9
54-1г	Макароны отварные	200	7.1	6.6	43.7	262.4
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0.2	0.1	3	13.4
Пром.	Тефтели "По-домашнему"	90	11.4	11.9	6.2	177.5
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2.6	0.5	15.8	78.2
	Итого за Обед	**920**	**37.7**	**38**	**96.5**	**878**
	Итого за день	**920**	**37.7**	**38**	**96.5**	**878**
	Неделя 2 Вторник					
	Обед					
54-9с	Суп фасолевый	250	6.5	5.4	17.5	144.8
54-6о	Яйцо вареное	40	4.8	4	0.3	56.6
ДП-5г	Картофель дольками запеченный с овощами	200	4.6	10.4	33.9	247.1
54-10м	Капуста тушеная с мясом	180	19.8	19.8	12	305.4
54-6хн	Компот из вишни	200	0.3	0.1	10.2	42.8
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4.6	0.5	29.5	140.6
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0.4	11.9	58.7
	Итого за Обед	**960**	**42.6**	**40.6**	**115.3**	**996**
	Итого за день	**960**	**42.6**	**40.6**	**115.3**	**996**
	Неделя 2 Среда					
	Обед					
54-28з	Свекла отварная дольками	100	1.5	0.1	8.7	42
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	3.6	6.7	12.1	123.6
54-6г	Рис отварной	200	4.8	6.4	48.6	271.4
54-5м	Котлета из курицы	100	19.1	4.3	13.6	169.7
54-2соус	Соус белый основной	20	0.3	0.7	0.8	10.9
Пром.	Сок яблочный	200	1	0.2	20.2	86.6
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4.6	0.5	29.5	140.6
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0.4	11.9	58.7
	Итого за Обед	**960**	**36.9**	**19.3**	**145.4**	**903.5**
	Итого за день	**960**	**36.9**	**19.3**	**145.4**	**903.5**
	Неделя 2 Четверг					
	Обед					
54-13з	Салат из свеклы отварной	60	0.8	2.7	4.6	45.7
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	40	9.3	11.8	0	143.3
54-11с	Суп крестьянский с крупой (крупа рисовая)	250	3.8	5.6	13.6	120.4
54-11г	Картофельное пюре	200	4.1	7.1	26.4	185.8
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0.5	0	19.8	81
1	Сосиски,сардельки отварные	75	15.5	31.5	0.5	348.2
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2.6	0.5	15.8	78.2
	Итого за Обед	**905**	**39.6**	**59.5**	**100.4**	**1096.4**
	Итого за день	**905**	**39.6**	**59.5**	**100.4**	**1096.4**
	Неделя 2 Пятница					
	Обед					
53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0.1	7.3	0.1	66.1
30хб	Салат из капусты с овощами	70	2	4.7	2	58.3
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	50	11.6	14.8	0	179.2
54-22м	Рагу из курицы	280	29.3	9.9	24.5	304.3
54-2хн	Компот из кураги	200	1	0.1	15.6	66.9
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2.6	0.5	15.8	78.2
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0.3	19.7	93.8
Пром.	Яблоко	200	0.8	0.8	19.6	88.8

	Итого за Обед	**890**	**50.4**	**38.4**	**97.3**	**935.6**
	Итого за день	**890**	**50.4**	**38.4**	**97.3**	**935.6**