

Организация: МБОУ "СОШ №1 Р.П.ЛИНЕВО ИМЕНИ Ф.И.КУЛИША"
 Название меню: Начальные классы с 01/09/2026г.
 Возрастная категория: от 7 до 11 лет
 Характеристика питающихся: Без особенностей
 Срок действия меню: 01.09.2026 - 29.05.2027



Директор:

И.А.Ищенко

№ рецептуры	Название блюда	Масса г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал
	Понедельник, 1 неделя					
	Обед					
54-3з	Помидор в нарезке					
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	100	1,1	0,2	3,8	21,4
54-11м	Плов из отварной говядины	200	2,9	5,4	5,3	80,7
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	250	19,1	18,4	48,2	435,3
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	200	0,2	0,1	3	13,4
Пром.	Хлеб пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,2
	Итого за Обед	40	3	0,3	19,7	93,8
	Итого за день	830	28,9	24,9	95,8	722,8
		830	28,9	24,9	95,8	722,8
	Вторник, 1 неделя					
	Обед					
54-4з	Перец болгарский в нарезке					
54-25с	Суп гороховый (вариант 2)	100	1,3	0,1	4,9	25,7
54-11г	Картофельное пюре	200	5,1	2,6	14,6	101,6
54-10м	Капуста тушеная с мясом	150	3,1	5,3	19,8	139,4
54-6хн	Компот из вишни	150	16,5	16,5	10	254,5
Пром.	Хлеб пшеничный	200	0,3	0,1	10,2	42,8
	Итого за Обед	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	Итого за день	860	30,9	25,1	89	704,6
		860	30,9	25,1	89	704,6
	Среда, 1 неделя					
	Обед					
54-28з	Свекла отварная дольками					
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	100	1,5	0,1	8,7	42
54-1г	Макароны отварные	200	2,9	5,4	9,7	98,9
54-5м	Котлета из курицы	150	5,3	4,9	32,8	196,8
Пром.	Сок яблочный	100	19,1	4,3	13,6	169,7
Пром.	Хлеб пшеничный	200	1	0,2	20,2	86,6
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	Итого за Обед	40	2,6	0,5	15,8	78,2
	Итого за день	850	37	15,9	130,3	812,8
		850	37	15,9	130,3	812,8
	Четверг, 1 неделя					
	Обед					
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	40	9,3	11,8	0	143,3
54-2з	Огурец в нарезке	100	0,8	0,1	2,5	14,1
54-11с	Суп крестьянский с крупой (крупя рисовая)	200	3,1	4,5	10,9	96,3
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7
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 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	880	42,2	26,4	109,2	842,6
	Итого за день	880	42,2	26,4	109,2	842,6
	Пятница, 1 неделя					
	Обед					
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,7
54-8з	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,6	10,1	9,6	135,9
54-22м	Рагу из курицы	200	21	7	17,5	217,4
54-2хн	Компот из кураги	200	1	0,1	15,6	66,9
Пром.	Булочка с повидлом	50	4	7	28	191

Пром.	Яблоко					
Пром.	Хлеб пшеничный	200	0,8	0,8	19,6	88,8
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	Итого за Обед	30	2	0,4	11,9	58,7
	Итого за день	855	38,5	30,3	131,7	953
		855	38,5	30,3	131,7	953
	Понедельник, 2 неделя					
	Обед					
54-2з	Огурец в нарезке					
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	100	0,8	0,1	2,5	14,1
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	30	7	8,9	0	107,5
54-1г	Макароны отварные	200	2,9	5,4	5,3	80,7
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	150	5,3	4,9	32,8	196,8
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	200	0,2	0,1	3	13,4
Пром.	Тефтели "По-домашнему"	40	2,6	0,5	15,8	78,2
Пром.	Хлеб пшеничный	90	11,4	11,9	6,2	177,5
	Итого за Обед	40	3	0,3	19,7	93,8
	Итого за день	850	33,2	32,1	85,3	762
		850	33,2	32,1	85,3	762
	Вторник, 2 неделя					
	Обед					
54-4з	Перец болгарский в нарезке					
54-9с	Суп фасольевый	100	1,3	0,1	4,9	25,7
54-6о	Яйцо вареное	200	5,2	4,3	14	115,9
ДП-5г	Картофель дольками запеченный с овощами	40	4,8	4	0,3	56,6
54-10м	Капуста тушеная с мясом	150	3,4	7,8	25,4	185,3
54-6хн	Компот из вишни	150	16,5	16,5	10	254,5
Пром.	Хлеб пшеничный	200	0,3	0,1	10,2	42,8
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	Итого за Обед	30	2	0,4	11,9	58,7
	Итого за день	930	38,1	33,7	106,2	880,1
		930	38,1	33,7	106,2	880,1
	Среда, 2 неделя					
	Обед					
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке					
54-3з	Помидор в нарезке	40	9,3	11,8	0	143,3
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	100	1,1	0,2	3,8	21,4
54-6г	Рис отварной	200	2,9	5,4	9,7	98,9
54-5м	Котлета из курицы	200	4,8	6,4	48,6	271,4
54-2соус	Соус белый основной	90	17,2	3,9	12,2	152,7
Пром.	Сок яблочный	20	0,3	0,7	0,8	10,9
Пром.	Хлеб пшеничный	200	1	0,2	20,2	86,6
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6
	Итого за Обед	30	2	0,4	11,9	58,7
	Итого за день	940	43,2	29,5	136,7	984,5
		940	43,2	29,5	136,7	984,5
	Четверг, 2 неделя					
	Обед					
54-13з	Салат из свеклы отварной					
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	100	1,3	4,5	7,6	76,1
54-11с	Суп крестьянский с крупой (крупя рисовая)	40	9,3	11,8	0	143,3
54-11г	Картофельное пюре	200	3,1	4,5	10,9	96,3
54-9р	Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)	150	3,1	5,3	19,8	139,4
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	100	19,1	19,8	5,6	277,4
Пром.	Хлеб пшеничный	200	0,5	0	19,8	81
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8
	Итого за Обед	40	2,6	0,5	15,8	78,2
	Итого за день	870	42	46,7	99,2	985,5
		870	42	46,7	99,2	985,5
	Пятница, 2 неделя					
	Обед					
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке					
54-8з	Салат из белокочанной капусты с морковью	40	9,3	11,8	0	143,3
54-22м	Рагу из курицы	100	1,6	10,1	9,6	135,9
54-2хн	Компот из кураги	250	26,2	8,8	21,9	271,7
		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	870	44,5	32,4	102,2	878,6
	Итого за день	870	44,5	32,4	102,2	878,6