

Меню для организации горячего питания обучающихся 1-4 классов на 16.01.2026 г.

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
10	Салат из белокочанной капусты, моркови и кукурузы-60	60	1,410	4,190	6,780	65,300
133	Картофельное пюре, 150	150	3,800	4,830	17,170	125,660
83	Котлета рыбная, 60	60	7,470	9,570	9,600	154,900
707	Компот из сухофруктов	200	0,780	0,060	30,100	125,200
9	Сыр (порциями)	10	2,320	2,950	0,000	36,400
	Сок фруктовый в индивид упаковке, 0,2 л	200	1	0,2	20,2	92
1	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	25	1,975	0,249	12,035	60,258
3	Хлеб ржаной, обогащенный витаминами	25	2,033	0,250	12,200	60,500
1	Йогурт детский питьевой(витаминизированный)100	100	4,000	1,500	14,300	90,000
Итого за завтрак		830	24,789	23,799	122,385	810,218

Меню для организации горячего питания обучающихся ММС 5-9 классов на 16.01.2026 г.

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
6	Салат из белокочанной капусты, моркови кукурузы 100	100	2,35	6,98	11,30	108,83
133	Картофельное пюре, 200	200	5,06667	6,44	22,89333	167,54667
83	Котлета рыбная	60	7,470	9,570	9,600	154,900
707	Компот из сухофруктов	200	0,780	0,060	30,100	125,200
1	Хлеб ржаной, обогащенный витаминами	25	2,033	0,250	12,200	60,500
3	Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами	25	1,233	0,250	11,200	52,500
1	Йогурт детский питьевой(витаминизированный)100	100	4,000	1,500	14,300	90,000
Итого за завтрак		710	22,933	25,053	111,593	759,480

**Меню для организации горячего питания обучающихся из категории
РВ 5-9 классов на 16.01.2026 г.**

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
6	Салат из белокочанной капусты, моркови кукурузы 100	100	2,35	6,98	11,30	108,83
133	Картофельное пюре, 200	200	5,06667	6,44	22,89333	167,54667
83	Котлета рыбная	60	7,470	9,570	9,600	154,900
707	Компот из сухофруктов	200	0,780	0,060	30,100	125,200
1	Хлеб ржаной, обогащенный витаминами	25	2,033	0,250	12,200	60,500
3	Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами	25	1,233	0,250	11,200	52,500
Итого за завтрак		610	18,933	23,553	97,293	669,480

Повар

Магадиева И.И.

Магадиева И.И.

Меню для организации горячего питания обучающихся из категории
ОВЗ 5-9 классов на 16.01.2026 г.

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
133	Картофельное пюре, 200	200	5,06667	6,44	22,89333	167,54667
83	Котлета рыбная, 60	60	7,470	9,570	9,600	154,900
707	Компот из сухофруктов	200	0,780	0,060	30,100	125,200
1	Хлеб ржаной,обогащенный витаминами	25	2,033	0,250	12,200	60,500
3	Хлеб пшеничный,обогащенный витаминами	25	1,233	0,250	11,200	52,500
1	Йогурт детский питьевой(витаминизированный)100	100	4,000	1,500	14,300	90,000
Итого за завтрак		610	20,583	18,070	100,293	650,647
10	Салат из белокочанной капусты,моркови и кукурузы-100	100	2,350	6,983	11,300	108,833
59	Суп картофельный с макаронными изделиями-250	250	3,110	2,450	17,780	105,030
315	Голубцы ленивые	120	9,460	7,040	8,880	137,040
330	Каша гречневая рассыпчатая	200	11,61	7,29	52,47	321,52
271	Чай с сахаром 200	200	0,080	0,020	10,010	40,510
2	Хлеб ржаной обдирный обогащенный 30	30	0,700	0,230	2,200	13,050
1	Хлеб пшеничный,обогащенный витаминами20г	20	1,620	0,200	9,760	48,400
Итого за обед		920	28,932	24,217	112,40	774,381
Итого за день			49,515	42,287	212,694	1425,028

Меню для организации горячего питания обучающихся из категории
СВО 5-9 классов на 16.01.2026 г.

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
133	Картофельное пюре, 200	200	5,06667	6,44	22,89333	167,54667
83	Котлета рыбная, 60	60	7,470	9,570	9,600	154,900
707	Компот из сухофруктов	200	0,780	0,060	30,100	125,200
1	Хлеб ржаной,обогащенный витаминами	25	2,033	0,250	12,200	60,500
3	Хлеб пшеничный,обогащенный витаминами	25	1,233	0,250	11,200	52,500
1	Йогурт детский питьевой(витаминизированный)100	100	4,000	1,500	14,300	90,000
Итого за завтрак		610	20,583	18,070	100,293	650,647
10	Салат из белокочанной капусты,моркови и кукурузы-100	100	2,350	6,983	11,300	108,833
59	Суп картофельный с макаронными изделиями-250	250	3,110	2,450	17,780	105,030
315	Голубцы ленивые	120	9,460	7,040	8,880	137,040
330	Каша гречневая рассыпчатая	200	11,61	7,29	52,47	321,52
271	Чай с сахаром 200	200	0,080	0,020	10,010	40,510
2	Хлеб ржаной обдирный обогащенный 30	30	0,700	0,230	2,200	13,050
1	Хлеб пшеничный,обогащенный витаминами20г	20	1,620	0,200	9,760	48,400
Итого за обед		920	28,932	24,217	112,40	774,381
Итого за день			49,515	42,287	212,694	1425,028

Повар

Маг

Магадиева И.И