

Согласовано
Директор



Сметене Н. Л.

Утверждаю:

И.И. Какурина Л.И.
Какурина Л.И.



Школа ГБОУ СОШ с. Терашиновское

МЕНЮ

22 января 2026 ГОД

№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1-11 кл, ОВЗ 1-4 кл	Выход гр Многодет 5-11 кл	Выход гр СВО 5-11 кл ОВЗ 5-11 кл	Энер цен Ккал	
ЗАВТРАК						
234	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	200	200	112,5	
526	Оладьи со сгущенным молоком	150	150	150	329	
648	Кисель	200	200	200	145,08	
63	Бутерброд с сыром	---	50	---	149	
389	Сок фруктовый	---	---	200	86,6	
Итого		550	600	750	822,18	
ОБЕД						
№ рецептур	Наименование блюда	Выход гр 1-11 кл	Выход гр ОВЗ 1-11 кл	Выход гр СВО 1-11 кл	Энер цен Ккал	
113	Суп лапша по-домашнему	250	250	250	59,3	
177	Рагу из овощей	180	180	180	142	
279	Тефтели из курицы с соусом	110	110	110	253	
54-73-2020	Салат из белокочанной капусты	60	60	60	114,4	
348	Компот из свежих яблок	200	200	200	97,6	
573	Хлеб пшеничный	40	40	40	93,6	
574	Хлеб ржаной	30	30	30	61,8	
Итого		870	870	870	821,7	
Для всего меню содержится						
Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
43,72	43,77	174,84	1835,3	247,26	1036	51,48
Витамины						
A, мг	B1, мг	B2, мг	B6, мг	C, мг	H, мкг	PP, мг
360,8	0,73			174,35		12,32