



Утверждаю:
Директор Попов С.М.

МКОУ «Захаровская СШ»

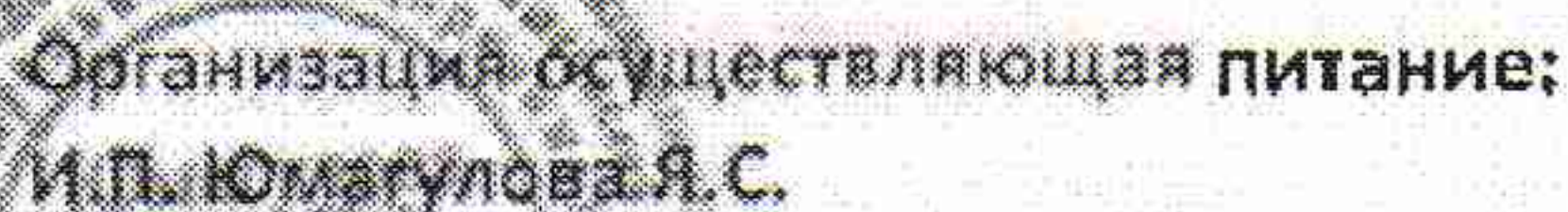
Меню на 19 января 2026 г.

Завтрак вторая неделя первый день

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г						Калорийность, ккал.		№ рецепта
			Б	Ж	У	Б	Ж	У			
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	
<i>Салат из белокочанной капусты</i>	100	100	1.5	5.1	7.1	1.5	5.1	7.1	80	80	40
<i>Котлета куриная Приоскольская</i>	100	100	15	19,6	21,8	15	19,6	21,8	323	323	138
<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	180	180	8.9	8.1	42.5	8.9	8.1	42.5	279	279	43
<i>Чай с сахаром и лимоном</i>	200	200	0	0	15.1	0	0	15.1	61	61	39
<i>Хлеб пшеничный в/с</i>	60	60	4.9	0.8	21.7	4.9	0.8	21.7	114	114	183
Итого:	640	640	30.3	33.6	108.2	30.3	33.6	108.2	857	857	

Второй прием пищи (для детей с ОВЗ)

[illegible]

[illegible]

МКОУ «Захаровская СШ»

Меню на 20 января 2026 г.

Завтрак вторая неделя второй день

Наименование блюда

Суп картофельный с вермишелью и мясом кур

Компот из вишни сушеной

Пирожок печёный с конфитюром

Хлеб пшеничный в/с

Итого:

Второй прием пищи (для детей с ОВЗ)

Наименование блюда



Утверждаю:
Директор Попов С.М.

МКОУ «Захаровская СШ»

Меню на 21 января 2026 г.

Завтрак вторая неделя третий день

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г						Калорийность, ккал.		№ рецепта
			Б	Ж	У	Б	Ж	У			
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	
<i>Салат овощной Свежесть</i>	100	100	1.5	7.1	5.2	1.5	7.1	5.2	91	91	56
<i>Филе кур, тушенное в соусе</i>	110	110	21	9.5	7.8	21	9.5	7.8	201	201	27
<i>Макаронные изделия отварные</i>	180	180	6.1	6.5	37.0	6.1	6.5	37.0	231	231	30
<i>Чай с сахаром</i>	200	200	0	0	15.0	0	0	15.0	56	56	38
<i>Хлеб пшеничный в/с</i>	60	60	4.9	0.8	21.7	4.9	0.8	21.7	114	114	183
Итого:	650	650	33.5	23.9	86.7	33.5	23.9	86.7	693	693	

Второй прием пищи (для детей с ОВЗ)

[illegible]



Утверждаю:
Директор Попов С.М.

Меню на 22 января 2026 г.

Завтрак вторая неделя четвертый день

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г						Калорийность, ккал.		№ рецепта
			Б	Ж	У	Б	Ж	У			
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	
<i>Салат из свежих огурцов и помидоров</i>	100	100	0.9	5.1	3.2	0.9	5.1	3.2	62	62	50
<i>Плов из мяса кур</i>	200	200	20.3	10.7	33.4	20.3	10.7	33.4	311	311	41
<i>Компот из сухофруктов</i>	200	200	0	0	15.0	0	0	15.0	60	60	32
<i>Хлеб пшеничный в/с</i>	60	60	4.9	0.8	21.7	4.9	0.8	21.7	114	114	183
Итого:	560	560	26.1	16.6	73.3	26.1	16.6	73.3	547	547	

Второй прием пищи (для детей с ОВЗ)

[illegible]



Сектор Попов С.М.

Меню на 23 января 2026 г.

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г						Калорийность, ккал.		№ рецепта
			Б	Ж	У	Б	Ж	У			
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	
<i>Салат из квашеной капусты</i>	100	100	1,6	5.0	5.4	1,6	5.0	5.4	73	73	7
<i>Биточек куриный</i>	100	100	19.2	4.9	11.1	19.2	4.9	11.1	165	165	184
<i>Пюре картофельное</i>	180	180	3.3	5.4	22.8	3.3	5.4	22.8	153	153	29
<i>Чай с сахаром и лимоном</i>	200	200	0.5	0.2	15,1	0.5	0.2	15,1	57	57	39
<i>Хлеб пшеничный в/с</i>	60	60	4.9	0.8	21.7	4.9	0.8	21.7	114	114	183
Итого:	640	640	29.5	16.3	76.1	29.5	16.3	76.1	562	562	

[illegible]