



Утверждаю:
Директор Попов С.М.

МКОУ «Захаровская СШ»

Меню на 2 сентября 2026 г.

Завтрак первая неделя третий день

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г						Калорийность, ккал.		№ рецпта
			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	
Салат овощной Свежесть	100	100	1,5	7,1	5,2	1,5	7,1	5,2	91	91	56
Гуляш из свинины/курицы	120	120	15,8	28	4,9	15,8	28	4,9	334	334	80/90
Каша гречневая рассыпчатая	180	180	8,7	7,3	41,4	8,7	7,3	41,4	266	266	43
Чай с сахаром	200	200	0	0	15	0	0	15	60	60	38
Хлеб пшеничный в/с	60	60	4,9	0,8	21,7	4.9	0,8	21,7	114	114	183
Итого:	660	660	30,9	43,2	88,2	30,9	43,2	88,2	865	865	

Второй прием пищи (для детей с ОВЗ)

[illegible]