

Утверждаю
Директор МБОУ Таганской СШ
им.П.Г.Яценко Чановского
муниципального округа
Новосибирской области



Т.Г. Седых

Меню с 5-11 класс «21» с е н т я б р я 2026 г.

№рецеп- туры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
		г.	г.	г.	г.	ккал	руб.
	Неделя2 Понедельник						
	Обед						
54-9з	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	100	1.4	10.1	6	120.9	10,00
54-32з	Морковь в нарезке	80	1	0.1	5.5	27	5,00
54-17с	Суп из овощей	250	1.8	4.6	10.1	89	17,00
54-11г	Картофельное пюре	130	2.7	4.6	17.2	120.8	7,00
54-25м	Курица тушеная с морковью	100	14.1	5.8	4.4	126.4	15,00
54-25хн	Кисель из клюквы	200	0.1	0	14	56.8	12,00
Пром.	Хлеб ржаной	60	4	0.7	20	102.5	7,00
Пром.	Хлеб пшеничный	80	6.1	0.6	39.4	187.5	8,00
	Итого за Обед	1000	31.2	26.5	116.6	830.9	81,00

Меню ОВЗ от 12 до 18 лет «21» с е н т я б р я 2026 г.

Неделя 2 Понедельник

Завтрак

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Цена руб.
53-19з	Масло сливочное (порциями)	20	0.2	14.5	0.3	132.2	13,00
54-9к	Каша вязкая молочная овсяная	200	8.6	11.3	34.3	272.8	14,00
54-22гн	Какао с молоком сгущенным	200	3.5	3.4	22.3	133.4	19,00
Пром.	Мандарин	100	0.8	0.2	7.5	35	15,00
Пром.	Хлеб ржаной	30	2	0.4	10	51.2	5,00
Итого за Завтрак		550	15.1	29.8	74.4	624.6	66,00

Обед

№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Цена руб.
54-5з	Салат из свежих помидоров и огурцов	150	1.4	7.7	4.6	93.6	22,50
54-12м	Плов с курицей	300	40.8	12.1	49.8	471.9	45,00
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0.2	0.1	6.6	27.9	14,50
54-23хн	Кисель из смородины	200	0.2	0.1	12.2	50.6	25,00

Пром.	Хлеб пшеничный	50	3.8	0.4	24.6	117.2	6,00
№ рецептуры	Название блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность	Цена руб.
Пром.	Пряник	50	3	2.4	37.5	183	10,00
Пром.	Хлеб ржаной	50	3.3	0.6	16.7	85.4	5,00
Итого за Обед		1000	52.7	23.4	152	1029.6	128,00
Итого за день		1550	67.8	53.2	226.4	1654.2	194,00

Меню с 1-4 класс «21» с е н т я б р я 2026 г.

№рецепту ры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
		г.	г.	г.	г.	ккал	руб.
	Неделя2 Понедельник						
	Обед						
54-1з	сыр твердых сортов в нарезке	30	7	9	0	108	9,00
54-8з	салат из белокочанной капусты с морковью	100	2	10	10	136	8,00
54-11с	суп крестьянский с крупой(крупa рисовая)	200	5	6	11	117	14,10
54-11м	плов из отварной говядины	200	15	15	39	348	19,00
54-24хн	кисель из облепихи	200	0	1	12	59	14,00
Пром.	хлеб пшеничный	45	3	0	22	106	8,00
Пром.	хлеб ржаной	40	3	1	13	68	7,00
	Итого за Обед	815	35	42	107	942	79,10