

Утверждаю:

Директор МБУ «Комбинат Юность» НМО

Матвеева Е.В.

16 февраля 2026 год

Согласовано:

Директор школы МБОУ СОШ № 1

Каюмова Л.В.

16 февраля 2026 год

ПРИМЕРНОЕ 10 дневное МЕНЮ

Для учащихся 5-11 класс суббота обед 167 рублей /зима/

Рацион: 5-11 класс обед суббота

Неделя: 1

День: суббота

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углевод		
Обед	Суп картофельный с макаронными	250	3	3	21	126	
	Говядина отварная в суп	10	3	3		35	13 179
	Котлета из свинины	100	13	26	14	335	13 062,01
	Каша гречневая	180	6	6	26	180	13 165,01
	Компот из кураги	200	1		30	126	13 235
	Хлеб ржаной	30	2		10	52	13 017
	Хлеб пшеничный витаминизирован	30	2		14	71	13 016
	Итого за Обед	800	30	38	115	925	
Итого за день		800	30	38	115	925	

Рацион: 5-11 класс обед суббота

Неделя: 2

День: суббота

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углевод		
Обед	Суп картофельный с макаронными	250	3	3	21	126	
	Говядина отварная в суп	10	3	3		35	13 179
	Котлета из свинины	100	13	26	14	335	13 062,01
	Каша гречневая	180	6	6	26	180	13 165,01
	Компот из кураги	200	1		30	126	13 235
	Хлеб ржаной	30	2		10	52	13 017
	Хлеб пшеничный витаминизирован	30	2		14	71	13 016
	Итого за Обед	800	30	38	115	925	
Итого за день		800	30	38	115	925	

Итого за период	1 600	60	76	230	1850	
Среднее значение за период		5	6,3	19,2	154,2	