

УТВЕРЖДЕНО
приказом № 109 от «30» августа 2025 г.

**ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ЗАВТРАКОВ
ОБУЧАЮЩИХСЯ МБОУ «КУРЧАЛОЕВСКАЯ СШ № 2»
КУРЧАЛОЕВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА**

2025 - 2026 уч. год

День	Наименование	№ рецептуры	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
1 день	Суп молочный с крупой (рис)	140	200	4,8	5	16,44	129,96
	Хлеб пшеничный	573	75	5,92	0,75	36,22	175,31
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	14	20	0,16	16,4	0,26	149,28
	Яблоко	338	150	2,25	0,75	31,5	141,75
	Чай с лимоном	459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого		645	13,16	23	93,92	635,32
2 день	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы	173	220	8,64	11,06	54,3	351,3
	Чай с лимоном	459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	14	20	0,16	16,4	0,26	149,28
	Хлеб пшеничный	573	75	5,92	0,75	36,22	175,31
	Яблоко	338	150	2,25	0,75	31,5	141,75
	Итого		665	17	29,06	131,78	856,66
3 день	Каша жидкая молочная из манной крупы	181	210	6,03	3,47	42,23	224,27
	Хлеб пшеничный	573	75	5,92	0,75	36,22	175,31
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	14	20	0,16	16,4	0,26	149,28
	Яблоко	338	150	2,25	0,75	31,5	141,75
	Чай с лимоном	459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого		655	14,39	21,47	119,71	729,63
4 день	Пюре картофельное	312	150	3,06	6,05	20,44	148,45
	Чай с лимоном	459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Хлеб пшеничный	573	75	5,92	0,75	36,22	175,31
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	14	20	0,16	16,4	0,26	149,28
	Сосиски отварные	243	55	5,55	15,55	0,25	163,15
	Итого		500	14,72	38,85	66,67	675,21
5 день	Каша гречневая рассыпчатая	202	208	11,8	8,82	52,28	335,7
	Хлеб пшеничный	573	75	5,92	0,75	36,22	175,31
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	14	20	0,16	16,4	0,26	149,28
	Чай с лимоном	459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Яблоко	338	100	1,5	0,5	21	94,5
	Итого		603	19,41	26,57	119,26	793,81
6 день	Суп молочный с крупой (рис)	140	200	4,8	5	16,44	129,96
	Хлеб пшеничный	573	100	7,6	0,8	49,2	234
	Яблоко	338	100	1,5	0,5	21	94,5
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	14	10	0,08	8,2	0,13	74,64

	Чай с лимоном	459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Итого		610	14,01	14,6	96,27	572,12
7 день	Рис отварной	304	100	2,43	3,58	24,46	139,78
	Чай с лимоном	459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Сосиски отварные	243	55	5,55	15,55	0,25	163,15
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	14	20	0,16	16,4	0,26	149,28
	Итого		450	14,09	36,38	70,69	666,54
8 день	Каша жидкая молочная из манной крупы (181)	181 181	210 210	6,03 6,03	3,47 3,47	42,23 42,23	224,27 224,27
	Хлеб пшеничный	573	75	5,92	0,75	36,22	175,31
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	14	20	0,16	16,4	0,26	149,28
	Чай с лимоном	459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Яблоко	338	100	1,5	0,5	21	94,5
	Итого		605	13,64	21,22	109,21	682,38
9 день	Каша гречневая рассыпчатая	202	208	11,8	8,82	52,28	335,7
	Хлеб пшеничный	573	75	5,92	0,75	36,22	175,31
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	14	20	0,16	16,4	0,26	149,28
	Чай с лимоном	459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Яблоко	338	100	1,5	0,5	21	94,5
	Итого		603	19,41	26,57	119,26	793,81
10 день	Пюре картофельное	312	150	3,06	6,05	20,44	148,45
	Чай с лимоном	459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Хлеб пшеничный	573	75	5,92	0,75	36,22	175,31
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	14	20	0,16	16,4	0,26	149,28
	Сосиски отварные	243	55	5,55	15,55	0,25	163,15
	Итого		500	14,72	38,85	66,67	675,21