

МБОУ ПОЧЕТЕНСКИЙ УВК им. Савченко Я.Ф.

Согласовано: Директор

С. И. Масляк

Дата: 30.09.2026

МЕНЮ № 3

День: 3- среда. Неделя первая

Сезон: осень-зима Возрастная категория: 7-11 лет завтрак

№ рец.	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
399 ЧС	Блинчики с фруктовой начинкой п/ф	130	4,55	6,63	48,88	273,00
338	Фрукты свежие-яблоко	110	4,00	4,00	9,80	47,00
БН	Кондитерские изделия-печенье	50	3,38	3,75	36,00	192,50
376	Чай с сахаром и лимоном	215	0,05	0,02	10,72	51,04
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		505	11,98	14,40	105,40	563,54

Сезон: осень-зима Возрастная категория: 7-11 лет обед

№ рец.	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая
			Б	Ж	У	
71	Овощи свежие(огурец,помидор)	60	0,54	0,09	1,72	10,26
88	Щи из свеж капусты с картофелем	200	1,55	4,71	4,88	82,10
291	Плов из курицы	200	13,97	10,48	39,80	288,00
БН	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14
БН	Хлеб ржаной	30	1,38	0,24	8,48	42,80
348	Компот из компотной смеси и яблок	200	0,66	9,00	32,04	132,80
ИТОГО ЗА ОБЕД:		720	20,47	24,82	101,41	626,10

Ответственный по питанию: Е.В.Саютина

Медицинский работник: Т.А.Ожерельева-Андреева

Заведующий производством:

МБОУ ПОЧЕТЕНСКИЙ УВК им. Савченко Я.Ф.

Согласовано: Директор

С. И. Масляк

Дата: 30.09.2026

МЕНЮ № 3

День: 3- среда. Неделя первая

Сезон: осень-зима Возрастная категория: 12лет и старше завтрак

№ рец.	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая
			Б	Ж	У	
399 ЧС	Блинчики с фруктовой начинкой п/ф	130	4,55	6,63	48,88	273,00
338	Фрукты свежие-яблоко	110	4,00	4,00	9,80	47,00
БН	Кондитерские изделия-печенье	50	3,38	3,75	36,00	192,50
376	Чай с сахаром и лимоном	215	0,05	0,02	10,72	51,04
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:		505	11,98	14,40	105,40	563,54

Сезон: осень-зима Возрастная категория: 12лет и старше обед

№ рец.	Прием пищи,наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая
			Б	Ж	У	
71	Овощи свежие(огурец,помидор)	60	0,54	0,09	1,72	10,26
88	Щи из свеж капусты с картофелем	250	1,55	4,71	4,88	82,10
291	Плов из курицы	200	13,97	10,48	39,80	288,00
БН	Хлеб пшеничный	60	2,37	0,30	14,49	70,14
БН	Хлеб ржаной	40	1,38	0,24	8,48	42,80
348	Компот из компотной смеси и яблок	200	0,66	9,00	32,04	132,80
ИТОГО ЗА ОБЕД:		810	20,47	24,82	101,41	626,10

Ответственный по питанию: Е.В.Саютина

Медицинский работник: Т.А.Ожерельева-Андреева

Заведующий производством: