



«Утверждено»
 Директор МКОУ СОШ с.п.Хунто-Сырт
 Кожакан М.М.
 Приказ №303 от 13.05.2026 г.

Двухнедельное меню горячих завтраков для учащихся 1-4 классов
 (зима-весна)

18.05.26г. - 11.05.26г.

| 1 день 2 недели завтрак | Масса блюда | Стоимость | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|---------------------------|-------------|-----------|--------------|-------------|--------------|-------------------------|----------------|
| Наименование | | | | | | | |
| Шницель из курицы | 75 | 36,7 | 14,4 | 3,2 | 10,1 | 126,4 | 54-24М-2020 |
| Макароны отварные | 150 | 12 | 5 | 5,3 | 35 | 208 | 54-1Г-2020 |
| Соус сметанный | 50 | 12,7 | 0,75 | 4,2 | 1,7 | 47,6 | 54-1 соус-2020 |
| Огурец в нарезке | 30 | 7 | 0,16 | 0 | 0,6 | 3,03 | 54-23-2020 |
| Чай с сахаром | 200 | 1,5 | 0,2 | 0 | 6,4 | 26,4 | 54-2Гн-2020 |
| Хлеб пшеничный | 36 | 2 | 2,85 | 0,36 | 17,4 | 84,60 | Пром. |
| Хлеб ржаной | 16 | 1 | 0,78 | 0,16 | 7,17 | 33,6 | Пром. |
| Итого | 557 | 73 | 22,45 | 8,86 | 68,90 | 445,40 | |
| 2 день 2 недели завтрак | | | | | | | |
| Наименование | | | | | | | |
| Плов из отварной говядины | 200 | 10,2 | 15,3 | 14,7 | 38,6 | 348,3 | 54-11М-2020 |
| Салат из свеклы отварной | 60 | 4 | 0,8 | 2,7 | 4,6 | 45,6 | 54-13з-2020 |
| Чай с сахаром | 200 | 1,5 | 0,2 | 0 | 6,4 | 26,4 | 54-2Гн-2020 |
| Хлеб пшеничный | 36 | 2 | 2,85 | 0,36 | 17,4 | 84,60 | Пром. |

| | | | | | | | | |
|--------------------------------|--------------------|------------------|--------------|-------------|-----------------|--------------------------------|--------------------|-------|
| Хлеб ржаной | 16 | | | 0,78 | 0,16 | 7,17 | 33,6 | Пром. |
| Итого | 512 | | | 19,15 | 17,76 | 67 | 504,9 | |
| 3 день 2 недели завтрак | | | | | | | | |
| Наименование | Масса блюда | Стоимость | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность | № рецептуры | |
| Каша вязкая молочная овсяная | 100 | 28,3 | 4,3 | 5,65 | 17,15 | 136,45 | 54-9к-2020 | |
| Запеканка из творога | 150 | 53 | 24,23 | 16,2 | 22,5 | 332,48 | 54-1т-2020 | |
| Стушенное молоко | 30 | 9 | 2,25 | 2,55 | 17,1 | 99 | Пром. | |
| Чай с сахаром | 200 | 1,5 | 0,2 | 0 | 6,4 | 26,4 | 54-2гн-2020 | |
| Хлеб пшеничный | 36 | 2 | 2,85 | 0,36 | 17,4 | 84,60 | Пром. | |
| Хлеб ржаной | 16 | 1 | 0,78 | 0,16 | 7,17 | 33,6 | Пром. | |
| Итого | 532 | 94,8 | 34,61 | 24,92 | 87,74 | 737,93 | | |
| 4 день 2 недели завтрак | | | | | | | | |
| Наименование | Масса блюда | Стоимость | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность | № рецептуры | |
| Курица отварная | 80 | 51 | 25,73 | 1,87 | 0,93 | 123,86 | 54-21м-2020 | |
| Соус сметанный | 50 | 12,7 | 0,75 | 4,2 | 1,7 | 47,6 | 54-1соус-2020 | |
| Каша гречневая | 150 | 15 | 8,2 | 6,5 | 42,8 | 262,5 | 54-4г-2020 | |
| Чай с сахаром | 200 | 1,5 | 0,2 | 0 | 6,4 | 26,4 | 54-2гн-2020 | |
| Хлеб пшеничный | 36 | 2 | 2,85 | 0,36 | 17,4 | 84,60 | Пром. | |
| Хлеб ржаной | 16 | 1 | 0,78 | 0,16 | 7,17 | 33,6 | Пром. | |
| Итого | 532 | 83,2 | 38,51 | 13,09 | 76,4 | 578,56 | | |
| 5 день 2 недели завтрак | | | | | | | | |
| Наименование | Масса блюда | Стоимость | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность | № рецептуры | |
| Каша вязкая молочная пшеничная | 200 | 29,4 | 8,4 | 11,5 | 38,8 | 292,1 | 54-6к-2020 | |
| Яйцо вареное | 40 | 10,6 | 4,78 | 4,05 | 0,25 | 56,6 | 54-60-2020 | |
| Чай с сахаром | 200 | 1,5 | 0,2 | 0 | 6,4 | 26,4 | 54-2гн-2020 | |

| | | | | | | | |
|-------------------------------|-----|------|--------|--------|--------|---------|-------|
| Хлеб пшеничный | 36 | | 2,85 | 0,36 | 17,4 | 84,60 | Пром. |
| Хлеб ржаной | 16 | 1 | 0,78 | 0,16 | 7,17 | 33,6 | Пром. |
| Фрукт (яблоко) | 100 | 1-1 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | |
| Итого | 592 | 55,5 | 17,41 | 16,47 | 79,82 | 540,30 | |
| Итого среднее за цикл: | 541 | | 23,527 | 18,281 | 74,624 | 558,002 | |