



«Утверждено»  
 Директор МКОУ СОИ с.п. Хушго-Сырт  
 Кожаканов М.М.  
 Приказ №303 от 13.03.2026 г.

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

23.03.26.

1 день 1 недели завтрак		Масса блюда	Стоимость	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры
Наименование								
Гуляш из говядины	80	105	13,8	11,2	3,3	169,4	54-2м-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.	
Огурцы в нарезке	30	9	0,16	0	0,6	3,03	54-2з-2020	
<b>Итого</b>	512	133,5	25,99	18,22	77,67	579,53		
2 день 1 недели завтрак								
Наименование								
Каша "Дружба"	250	20	6,13	8,63	30,75	224,88	54-16к-2020	
Сыр твердых сортов в нарезке	20	14	4,56	5,85	0	70,85	54-1з-2020	
Какао с молоком	200	12	4,6	3,6	12,6	100,4	54-21гн-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.	
<b>Итого</b>	522	49	18,92	18,60	67,92	514,33		

3 день 1 недели завтрак									
Наименование	Масса блюда	Стоимость	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры		
Шницель из курицы	75	38	14,4	3,2	10,1	126,4	54-24м-2020		
Рис отварной	150	14	3,6	5,2	38,1	213,5	54-6г-2020		
Соус сметанный	50	13,8	0,75	4,2	1,7	47,6	54-1соус-2020		
Кукуруза сахарная	45	11	0,9	0,15	4,6	23,47	54-21з-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.		
<b>Итого</b>	<b>572</b>	<b>81,3</b>	<b>23,48</b>	<b>13,27</b>	<b>85,47</b>	<b>555,57</b>			
4 день 1 недели завтрак									
Наименование	Масса блюда	Стоимость	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры		
Рыба запеченная	80	88	15,1	17,6	4,4	236,6	54-9р-2020		
Картофельное пюре	150	19	3	5,7	23,7	158,3	54-11г-2020		
Огурец в нарезке	30	9	0,24	0	0,9	4,5	54-2з-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.		
<b>Итого</b>	<b>512</b>	<b>120,5</b>	<b>22,09</b>	<b>23,82</b>	<b>59,67</b>	<b>542,53</b>			
5 день 1 недели завтрак									
Наименование	Масса блюда	Стоимость	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры		
Суп молочный с гречневой крупой	200	18	5,6	5,76	17,36	143,6	54-17к-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.
Масло сливочное (порциями)	20		18	0,2	16,6	0,2	150	53-193-2020
Фрукт (яблоко)	100		13	0,4	0,4	9,8	47	Пром.
<b>Итого</b>	572		63,5	10,03	23,28	58,33	485,2	