

СОГЛАСОВАНО:
Директор МАОУ «Калининская СОШ»
Мельникова С.Н.
« 01 » 2026 год

УТВЕРЖДАЮ:
Истомина М.П.
2026 год



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Для учащихся в общеобразовательных учреждениях 7-11 лет

Исполнитель: **Истомина М.П.**

Основание: **ЕДИНЫЙ СБОРНИК ТЕХНОЛОГИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ, РЕЦЕПТУР БЛЮД И КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ ДЛЯ ДЕТСКИХ САДОВ, ШКОЛ, ШКОЛ-ИНТЕРНАТОВ, ДЕТСКИХ ДОМОВ, ДЕТСКИХ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ, УЧРЕЖДЕНИЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ, СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ ДЛЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ, НУЖДАЮЩИХСЯ В СОЦИАЛЬНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ, ЛЕЧЕБНО-ПРОФИЛАКТИЧЕСКИХ УЧРЕЖДЕНИЙ / ПЕРЕВАЛОВ А.Я., ТАПЕШКИНА Н.В. 2018 ГОД**

***СБОРНИК РЕЦЕПТУР БЛЮД И КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ М.П.МОГИЛЬНЫЙ, Т.В.ТУТЕЛЬЯН 2012 ГОД**

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ "Калининская СОШ"

Мельникова С.Н.

УТВЕРЖДАЮ

Истомина М.П.

Школа

МАОУ "Калининская СОШ"

Отд./корп

1-4 класс

День

1 день

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	1 блюдо	104	Щи из св кап и картоф с/см	208	26,36	99,27	2,26	2,29	17,41
	2 блюдо	372/419	Биточки из птицы с т/с	100	53,00	143,69	11,13	7,68	7,57
	гарнир	256	Макароны отварные	150	16,15	190,35	5,55	5,55	29,57
	напиток	459	Чай с лимоном	200	8,00	61,62	0,07	0,01	15,31
	хлеб	108	Хлеб пшеничный	60	4,00	70,5	2,28	0,24	14,76
	хлеб	109	Хлеб ржаной	30	4,00	104,4	3,96	0,72	20,04
	Итого за день			748	111,51	669,83	25,25	16,49	104,66

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ "Калининская СОШ"
Мельникова С.Н.

УТВЕРЖДАЮ

Истомина М.П.



Школа		МАОУ "Калининская СОШ"				Отд./корп	1-4 класс		День	2 день	
Прием пищи Обед	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
	1 блюдо	95	Борщ с капустой и картофелем	208	25,36	105,09	1,78	5,69	10,13		
	2 блюдо	367	Птица в соусе с том	120	52,00	247	16,9	18,3	3,8		
	гарнир	202	Каша гречневая рассыпчатая	150	13,15	263,81	8,75	5,43	45		
	напиток	486	Компот из свежих плодов и ягод	200	13,00	60,64	0,16	0	14,99		
	хлеб	108	Хлеб пшеничный	60	4,00	70,5	2,28	0,24	14,76		
	хлеб	109	Хлеб ржаной	30	4,00	104,4	3,96	0,72	20,04		
	Итого за день			768	111,51	851,44	33,83	30,38	108,72		



СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ "Калининская СОШ"

Мельникова С.Н.



УТВЕРЖДАЮ

Истомина М.П.

Школа **МАОУ "Калининская СОШ"** Отд./корп **1-4 класс** День **3 день**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	1 блюдо	132/143	Суп-пюре и картофеля с гренками	220	24,36	115,31	2,7	4,12	16,85
	2 блюдо	341/419	Котлеты Пермские с томатным соусом	100	52,00	171	14,2	8,4	9,5
	гарнир	385	Рис отварной	150	17,15	225,18	3,89	5,09	40,28
	напиток	495	Компот из с/ф	200	10,00	113,79	0,56	0	27,89
	хлеб	108	Хлеб пшеничный	60	4,00	141	4,56	0,48	29,52
	хлеб	109	Хлеб ржаной	30	4,00	52,2	1,98	0,36	10,02
	Итого за день			760	111,51	818,48	27,89	18,45	134,06

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ "Калининская СОШ"
Мельникова С.Н.



УТВЕРЖДАЮ

Истомина М.П.

Школа

МАОУ "Калининская СОШ"

Отд./корп

1-4 класс

День

4 день

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	1 блюдо	100	Рассольник Ленинградский со смет	208	27,36	149,6	5,03	11,3	32,28
	2 блюдо	307/405	Котлеты или биточки рыбные	100	53,75	87	12,6	1,5	5,70
	гарнир	377	Пюре картофельное	150	16,90	263,81	8,75	5,43	45
	напиток	457	Чай с сахаром	200	5,50	60	0,1	0	15
	хлеб	108	Хлеб пшеничный	60	4,00	141	4,56	0,48	29,52
	хлеб	109	Хлеб ржаной	30	4,00	52,2	1,98	0,36	10,02
	Итого за день			748	111,51	753,61	33,02	19,07	137,52

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ "Калининская СОШ"

Мельникова С.Н.

УТВЕРЖДАЮ

Истомина М.П.

Школа

МАОУ "Калининская СОШ"

Отд./корп

1-4 класс

День

5 день

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	1 блюдо	116	Суп картофельный с макаронными изд	200	26,36	99,27	2,26	2,29	17,41
	2 блюдо	347/419	Котлеты Школьные т/с	100	54,00	210	1,7	11,1	12,7
	гарнир	223	Каша пшенная вязкая	150	15,15	187,95	6,58	5,19	28,74
	напиток	459	Чай с лимоном	200	8,00	61,62	0,07	0,01	15,31
	хлеб	108	Хлеб пшеничный	60	4,00	70,5	2,28	0,24	14,76
	хлеб	109	Хлеб ржаной	30	4,00	104,4	3,96	0,72	20,04
	Итого за день			740	111,51	733,74	16,85	19,55	108,96

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ "Калининская СОШ"

Мельникова С.Н.

УТВЕРЖДАЮ

Истомина М.П.



Школа

МАОУ "Калининская СОШ"

Отд./корп

1-4 класс

День

6 день

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	1 блюдо	123	Суп рыбными консервами	200	28,36	153,2	7	9,12	10,78
	2 блюдо	367	Птица в соусе с том	120	52,00	247	16,9	18,3	3,8
	гарнир	217	Каша рисовая вязкая	150	15,15	187,95	6,58	5,19	28,74
	напиток	459	Чай с лимоном	200	8,00	40	0,3	0,1	9,5
	хлеб	108	Хлеб пшеничный	60	4,00	70,5	2,28	0,24	14,76
	хлеб	109	Хлеб ржаной	30	4,00	52,2	1,98	0,36	10,02
Итого за день				760	111,51	750,85	35,04	33,31	77,6



Школа

МАОУ "Калининская СОШ"

Отд./корп

1-4 класс

День

7 день

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	1 блюдо	98	Свекольник с/см	208	23,36	104,16	1,93	6,34	10,05
	2 блюдо	308/405	Котлеты рыбные любительские м/с	100	51,00	87	12,6	1,5	5,70
	гарнир	377	Пюре картофельное	150	16,15	263,81	8,75	5,43	45
	напиток	486	Компот из свежих плодов и ягод	200	13,00	60,64	0,16	0	14,99
	хлеб	108	Хлеб пшеничный	60	4,00	70,5	2,28	0,24	14,76
	хлеб	109	Хлеб ржаной	30	4,00	52,2	1,98	0,36	10,02
	Итого за день			748	111,51	638,31	27,7	13,87	100,52

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ "Калининская СОШ"

Мельникова С.Н.



УТВЕРЖДАЮ

Истомина М.П.



Школа

МАОУ "Калининская СОШ"

Отд./корп 1-4 класс

День

8 день

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	1 блюдо	119	Суп крестьянский с крупой с/см	208	21,36	92,8	2,16	4,36	9,74
	2 блюдо	375	Плов из отварной птицы	210	72,15	359	16	15,9	37,9
	напиток	495	Компот из с/ф	200	10,00	84	0,6	0,1	20,1
	хлеб	108	Хлеб пшеничный	60	4,00	141	4,56	0,48	29,52
	хлеб	109	Хлеб ржаной	30	4,00	52,2	1,98	0,36	10,02
Итого за день				708	111,51	729	25,3	21,2	107,28

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ "Калининская СОШ"
Мельникова С.Н.

УТВЕРЖДАЮ

Истомина М.П.



Школа

МАОУ "Калининская СОШ"

Отд./корп

1-4 класс

День

9 день

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	1 блюдо	129	Суп-лапша домашняя	200	27,36	141,4	5,48	5,06	18,48
	2 блюдо	349/402	Тефтели из говядины в м/с	100	57,50	166	9,9	10,3	8,4
	гарнир	202	Каша гречневая рассыпчатая	150	13,15	263,81	8,75	5,43	45
	напиток	457	Чай с сахаром	200	5,50	60	0,1	0	15
	хлеб	108	Хлеб пшеничный	60	4,00	70,5	2,28	0,24	14,76
	хлеб	109	Хлеб ржаной	30	4,00	104,4	31,21	22,18	85,54
	Итого за день			740	111,51	806,11	57,72	43,21	187,18

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ "Калининская СОШ"

Мельникова С.Н.



УТВЕРЖДАЮ

Истомина М.П.



Школа

МАОУ "Калининская СОШ"

Отд./корп 1-4 класс

День 10 день

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	1 блюдо	114	Суп картофель с бобовыми	200	21,86	98,79	2,33	3,89	13,61
	2 блюдо	328	Жаркое по-домашнему	220	73,65	334,08	22,54	17,33	22,13
	напиток	459	Чай с лимоном	200	8,00	40	0,3	0,1	9,5
	хлеб	108	Хлеб пшеничный	60	4,00	70,5	2,28	0,24	14,76
	хлеб	109	Хлеб ржаной	30	4,00	104,4	3,96	0,72	20,04
Итого за день				710	111,51	647,77	31,41	22,28	80,04