Утверждаю
Директор Попова О.В

МКОУ «Тормосиновская СШ»

Организация осуществляющая питан
И.П. Юмагулова Я.С.

Меню на 23 марта 2026 г.

Завтрак первая неделя первый день

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г						Калорийность, ккал.		№ рецепта
			Б	Ж	У	Б	Ж	У			
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	
Салат из белокочанной капусты	***100***	***100***	***1.5***	***5.1***	***7.1***	***1.5***	***5.1***	***7.1***	***80***	***80***	40
Котлета куриная Приоскольская	***100***	***100***	***15***	***19,6***	***21,8***	***15***	***19,6***	***21,8***	***323***	***323***	138
Макаронные изделия отварные	***180***	***180***	***6,1***	***6.5***	***37***	***6,1***	***6.5***	***37***	***231***	***231***	30
Чай с сахаром и лимоном	***200***	***200***	***0***	***0***	***15,1***	***0***	***0***	***15,1***	***61***	***61***	39
Хлеб пшеничный в/с	***60***	***60***	***4.9***	***0.8***	***21.7***	***4.9***	***0.8***	***21.7***	***114***	***114***	183
Итого:	***640***	***640***	**27,5**	**32.0**	**102.7**	**27,5**	**32.0**	**102.7**	***809***	***809***	

Второй прием пищи (для детей с ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г						Калорийность, ккал.		№ рецепта
			Б	Ж	У	Б	Ж	У			
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	

Утверждаю
Директор Попова

МКОУ «Тормосиновская СШ»

Организация осуществляющая питание:
И.П. Юматулова Я.С.

Меню на 24марта 2026 г.
Завтрак первая неделя второй день

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г						Калорийность, ккал.		№ рецепта
			Б	Ж	У	Б	Ж	У			
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	
Суп картофельный с вермишелью и мясом кур	250	250	8,1	3,1	17,4	8,1	3,1	17,4	130	130	14
Компот из вишни сушеной	200	0	0	16,0	64	200	0	0	16,0	64	281
Пирожок печёный с конфитюром	100	6,0	8,4	42,2	268	100	6,0	8,4	42,2	268	98
Хлеб пшеничный в/с	60	60	4.9	0.8	21.7	4.9	0.8	21.7	114	114	183
Итого:	**610**	**610**	**19,0**	**12,3**	**97,3**	**19,0**	**12,3**	**97,3**	**576**	**576**	

Второй прием пищи (для детей с ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г						Калорийность, ккал.		№ рецепта
			Б	Ж	У	Б	Ж	У			
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	

Утверждаю
Директор Попова А.В.

МКОУ «Тормосиновская СШ»

Меню на 25 марта 2026 г.

Завтрак первая неделя третий день

Организация осуществляющая питание:
И.П. Юмагулова Я.С.

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г						Калорийность, ккал.		№ рецепта
			Б	Ж	У	Б	Ж	У			
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	
Салат из квашеной капусты	***100***	***100***	***1,6***	***5***	***5.4***	***1,6***	***5***	***5.4***	***73***	***73***	97
Биточек куриный	***100***	***100***	***19.2***	***4.9***	***11.1***	***19.2***	***4.9***	***11.1***	***165***	***165***	184
Каша гречневая рассыпчатая	***180***	***180***	***8.9***	***8.1***	***42.5***	***8.9***	***8.1***	***42.5***	***279***	***279***	43
Чай с сахаром	***200***	***200***	***0***	***0***	***15,0***	***0***	***0***	***15,0***	***56***	***56***	38
Хлеб пшеничный в/с	**60**	**60**	**4.9**	**0.8**	**21.7**	**4.9**	**0.8**	**21.7**	**114**	**114**	**183**
Итого:	**640**	**640**	***34.6***	***18.8***	***95,7***	***34,6***	***18.8***	***95,7***	***687***	**687**	

Второй прием пищи (для детей с ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г						Калорийность, ккал.		№ рецепта
			Б	Ж	У	Б	Ж	У			
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	

МКОУ «Тормосиновская СШ»

Меню на 26марта 2026 г.

Завтрак первая неделя четвертый день

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г						Калорийность, ккал.		№ рецепта
			Б	Ж	У	Б	Ж	У			
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	
Салат овощной Свежесть	***100***	***100***	***1.5***	***7.1***	***5.2***	***1.5***	***7.1***	***5.2***	***91***	***91***	***56***
Гуляш	***120***	***120***	***15.8***	***28***	***4.9***	***15.8***	***28***	***4.9***	***334***	***334***	***80***
Макаронные изделия отварные	***180***	***180***	***6.1***	***6.5***	***37.0***	***6.1***	***6.5***	***37.0***	***231***	***231***	***30***
Компот из сухофруктов	***200***	***200***	***0***	***0***	***15***	***0***	***0***	***15***	***60***	***60***	***32***
Хлеб пшеничный в/с	***60***	***60***	***4.9***	***0.8***	***21.7***	***4.9***	***0.8***	***21.7***	***114***	***114***	***183***
Итого:	***660***	***660***	***28.3***	***42.4***	***83.8***	***28.3***	***42.4***	***83.8***	***830***	***830***	

Второй прием пищи (для детей с ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г						Калорийность, ккал.		№ рецепта
			Б	Ж	У	Б	Ж	У			
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	

Утверждаю
Директор Попова В.

Организация осуществляющая питание:
И.П. Юматулова Я.С.

МКОУ «Тормосиновская СШ»

Меню на 27марта 2026 г.

Завтрак первая неделя пятый день

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г						Калорийность, ккал.		№ рецепта
			Б	Ж	У	Б	Ж	У			
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	
Салат из свежих огурцов и помидоров	***100***	***100***	***0.9***	***5.1***	***3.2***	***0.9***	***5.1***	***3.2***	***62***	***62***	**50**
Филе рыбы запечённое	***100***	***100***	***17.4***	***8.4***	***6.1***	***17.4***	***8.4***	***6.1***	***169***	***169***	**13**
Пюре картофельное	***180***	***180***	***3.3***	***5.4***	***22.8***	***3.3***	***5.4***	***22.8***	***153***	***153***	**29**
Чай с сахаром и лимоном	***200***	***200***	***0***	***0***	***15.1***	***0***	***0***	***15.1***	***61***	***61***	**39**
Хлеб пшеничный в/с	***60***	***60***	***4.9***	***0.8***	***21.7***	***4.9***	***0.8***	***21.7***	***114***	***114***	**183**
Итого:	***640***	***640***	***26.5***	***19.7***	***68.8***	***26.5***	***19.7***	***68.8***	***559***	***559***	

Второй прием пищи (для детей с ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г						Калорийность, ккал.		№ рецепта
			Б	Ж	У	Б	Ж	У			
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	