Утверждаю
Директор Попова О.В

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

МКОУ «ТормосиновскаяСШ»

Меню на 9 ноября 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*	*5,9*	*6,5*	*35,8*	*5,9*	*6,5*	*35,8*	*225*	*225*	*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*	27,3	32	101,5	27,3	32	101,5	*803*	*803*	

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	
Яблоко свежее	*100*	*100*	*0,4*	*0,4*	*9,8*	*0,4*	*0,4*	*9,8*	*44*	*44*	*36*
	740	*740*	*27,7*	*32,4*	*111,3*	*27,7*	*32,4*	*111,3*	*847*	*847*	

Утверждаю
Директор Попова О.В.

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

МКОУ «Тормосиновская СШ»

Меню на 10 ноября 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 макаронными изделиями	***250***	***250***	***2,9***	***6,4***	***20,4***	***2,9***	***6,4***	***20,4***	***151***	***151***	***369***
Какао на молоке	***200***	***200***	***2,8***	***3***	***20,7***	***2,8***	***3***	***20,7***	***121***	***121***	***239***
Сдоба с творогом	***100***	***100***	***15,8***	***13,2***	***18,6***	***15,8***	***13,2***	***18,6***	***256***	***256***	***87***
Хлеб пшеничный в/с	***60***	***60***	***4,9***	***0,8***	***21,7***	***4,9***	***0,8***	***21,7***	***114***	***114***	***183***
Итого:	***610***	***610***	***26,4***	***23,4***	***81,4***	***26,4***	***23,4***	***81,4***	***642***	***642***	

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	
Яблоко свежее	***100***	***100***	***0,4***	***0,4***	***9,8***	***0,4***	***0,4***	***9,8***	***44***	***44***	***36***
	710	***710***	***26,8***	***23,8***	***91,2***	***26,8***	***23,8***	***91,2***	*686*	*686*	





МКОУ «Тормосиновская СШ»

Меню на 11 ноября 2026 г.

Завтрак первая неделя третий 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 из свинины/курицы	***120***	***120***	***15,8***	***28***	***4,9***	***15,8***	***28***	***4,9***	***334***	***334***	**80/90**
Каша гречневая рассыпчатая	***180***	***180***	***8,7***	***7,3***	***41,4***	***8,7***	***7,3***	***41,4***	***266***	***266***	**43**
Чай с сахаром	***200***	***200***	***0***	***0***	***15***	***0***	***0***	***15***	***60***	***60***	**38**
Хлеб пшеничный в/с	***60***	***60***	***4,9***	***0,8***	***21,7***	***4.9***	***0,8***	***21,7***	***114***	***114***	**183**
Итого:	**660**	**660**	***30,9***	***43,2***	***88,2***	***30,9***	***43,2***	***88,2***	***865***	***865***	

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	
Яблоко свежее	***100***	***100***	***0,4***	***0,4***	***9,8***	***0,4***	***0,4***	***9,8***	***44***	***44***	***36***
	760	***760***	***31,3***	***43,6***	***98***	***31,3***	***43,6***	***98***	***909***	***909***	





МКОУ «Тормосиновская СШ»

Меню на 12 ноября 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 из квашеной капусты	***100***	***100***	***1,6***	***5***	***5,4***	***1,6***	***5***	***5,4***	***73***	***73***	***97***
Биточек куриный	***100***	***100***	***14,8***	***24,4***	***4,7***	***14,8***	***24,4***	***4,7***	***298***	***298***	***184***
Макаронные изделия отварные	***180***	***180***	***5,9***	***6,5***	***35,8***	***5,9***	***6,5***	***35,8***	***225***	***225***	***30***
Компот из смеси 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:	***640***	***640***	***27,2***	***36,7***	***82,6***	***27,2***	***36,7***	***82,6***	***770***	***770***	

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	
Яблоко свежее	***100***	***100***	***0,4***	***0,4***	***9,8***	***0,4***	***0,4***	***9,8***	***44***	***44***	***36***
	740	***740***	***27,6***	***37,1***	***92,4***	***27,6***	***37,1***	***92,4***	***814***	***814***	



Утверждаю:
Директор Попова О.В.

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

МКОУ «ТормосиновскаяСШ»

Меню на 13 ноября 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 помидоров	***100***	***100***	***1***	***13,2***	***3,5***	***1***	***13,2***	***3,5***	***136***	***136***	**371**
Плов из мяса кур	***200***	***200***	***16,5***	***11,3***	***35,9***	***16,5***	***11,3***	***35,9***	***311***	***311***	**41**
Кисель плодово-ягодный	***200***	***200***	***0***	***0***	***18,2***	***0***	***0***	***18,2***	***73***	***73***	**372**
Хлеб пшеничный в/с	***60***	***60***	***4,9***	***0,8***	***21,7***	***4,9***	***0,8***	***21,7***	***114***	***114***	**183**
Итого:	***560***	***560***	***22,4***	***25,3***	***79,3***	***22,4***	***25,3***	***79,3***	***634***	***634***	

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	
Яблоко свежее	***100***	***100***	***0,4***	***0,4***	***9,8***	***0,4***	***0,4***	***9,8***	***44***	***44***	***36***
	660	***660***	***22,8***	***25,7***	***89,1***	***22,8***	***25,7***	***89,1***	***678***	***678***	