

# МЕНЮ для детей СКК

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

Нейман А.Г.

ЗАВТРАК- 1В (8 чел.), 3Б (6 чел.), 4В (8 чел.)

ЗАВТРАК/ОБЕД 5Б (6 чел.), 6Б (9 чел.), 8Б (10 чел.), 9Б (10 чел.)

ДЕТИ С 7-МИ ДО 11-ТИ ЛЕТ

ДЕТИ С 12-ТИ ЛЕТ И СТАРШЕ

| МКОУ ООШ г. Сосновка |             |        |                                                   |          |        | ПОНЕДЕЛЬНИК  |       |       | 05.10.2026 |
|----------------------|-------------|--------|---------------------------------------------------|----------|--------|--------------|-------|-------|------------|
| Прием пищи           | Раздел      | № рец. | Блюдо                                             | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы   |
| Завтрак              | напиток     |        | Йогурт фруктовый                                  | 130      | 34,00  | 78,00        | 4,46  | 3,47  | 7,54       |
|                      | конд.изд.   |        | Ватрушка "Венгерская" (1 шт.)                     | 75       | 45,00  |              |       |       |            |
| Обед                 | 1 блюдо     | 65     | Суп картофельный с бобовыми                       | 250      | 6,70   | 204,00       | 7,30  | 4,40  | 30,80      |
|                      | 2 блюдо     | 229    | Макаронные изделия с тертым сыром                 | 200      | 37,71  | 353,00       | 11,44 | 17,00 | 36,55      |
|                      | закуска     |        | Свежий огурец порционно                           | 100      | 20,00  | 11,00        | 0,72  | 0,09  | 2,90       |
|                      | гор.напиток | 399    | Сок фруктовый                                     | 200      | 12,67  | 92,00        | 1,00  | 0,20  | 20,20      |
|                      | хлеб черн.  | 1.6    | Хлеб местный                                      | 40       | 2,64   | 77,21        | 2,64  | 0,48  | 13,36      |
| МКОУ ООШ г. Сосновка |             |        |                                                   |          | 158,72 | ВТОРНИК      |       |       | 06.10.2026 |
| Прием пищи           | Раздел      | № рец. | Блюдо                                             | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы   |
| Завтрак              | напиток     |        | Йогурт фруктовый                                  | 130      | 34,00  | 78,00        | 4,46  | 3,47  | 7,54       |
|                      | конд.изд.   |        | Круассан со сгущенкой (1 шт.)                     | 90       | 40,00  |              |       |       |            |
| Обед                 | 1 блюдо     | 56     | Рассольник ленинградский со сметаной              | 240/10   | 13,27  | 123,00       | 2,40  | 5,00  | 15,70      |
|                      | 2 блюдо     | 136    | Котлета рубленая из птицы со сливочным маслом     | 94/6     | 61,20  | 316,00       | 15,00 | 21,40 | 15,50      |
|                      | гарнир      | 146    | Картофельное пюре                                 | 180      | 17,42  | 166,00       | 3,70  | 5,90  | 24,00      |
|                      | закуска     | 25     | Салат из свеклы с растительным маслом             | 100      | 6,93   | 116,00       | 1,70  | 8,00  | 8,30       |
|                      | гор.напиток | 310    | Компот из смеси сухофруктов                       | 200      | 5,82   | 123,00       | 0,50  | 0,10  | 30,90      |
|                      | хлеб черн.  | 1.6    | Хлеб местный                                      | 40       | 2,64   | 77,21        | 2,64  | 0,48  | 13,36      |
| МКОУ ООШ г. Сосновка |             |        |                                                   |          | 181,28 | СРЕДА        |       |       | 07.10.2026 |
| Прием пищи           | Раздел      | № рец. | Блюдо                                             | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы   |
| Завтрак              | напиток     |        | Йогурт фруктовый                                  | 130      | 34,00  | 78,00        | 4,46  | 3,47  | 7,54       |
|                      | конд.изд.   |        | Ватрушка с картофелем (1 шт.)                     | 75       | 32,00  |              |       |       |            |
| Обед                 | 1 блюдо     | 87     | Суп картофельный с рыбной консервой               | 250      | 32,18  | 167,25       | 8,61  | 8,40  | 14,34      |
|                      | гарнир      | 183    | Каша гречневая рассыпчатая                        | 180/5    | 12,29  | 312,00       | 10,60 | 6,80  | 46,30      |
|                      | 2 блюдо     | 128    | Оладьи из печени по-кунцевски со сливочным маслом | 100/5    | 66,30  | 263,00       | 20,11 | 14,00 | 13,55      |
|                      | гор.напиток | 302    | Чай с сахаром и с лимоном                         | 200      | 4,68   | 38,00        | 0,20  | 0,00  | 9,30       |
|                      | хлеб черн.  | 1.6    | Хлеб местный                                      | 40       | 2,64   | 77,21        | 2,64  | 0,48  | 13,36      |
|                      |             |        |                                                   |          | 184,09 |              |       |       |            |

| МКОУ ООШ г. Сосновка |             |        |                                               |          |        | ЧЕТВЕРГ      |       |       | 08.10.2026 |
|----------------------|-------------|--------|-----------------------------------------------|----------|--------|--------------|-------|-------|------------|
| Прием пищи           | Раздел      | № рец. | Блюдо                                         | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы   |
| Завтрак              | напиток     |        | Йогурт фруктовый                              | 130      | 34,00  | 78,00        | 4,46  | 3,47  | 7,54       |
|                      | конд.изд.   |        | Ватрушка "Венгерская" (1 шт.)                 | 75       | 45,00  |              |       |       |            |
| Обед                 | 1 блюдо     | 58     | Борщ с капустой и картофелем со сметаной      | 240/10   | 10,76  | 111,00       | 2,00  | 5,40  | 12,80      |
|                      | 2 блюдо     | 98     | Жаркое по-домашему                            | 200      | 83,71  | 347,00       | 20,22 | 20,22 | 19,56      |
|                      | гор.напиток | 320    | Напиток яблочный                              | 200      | 5,78   | 94,00        | 0,10  | 0,10  | 24,00      |
|                      | хлеб черн.  | 1.6    | Хлеб местный                                  | 40       | 2,64   | 77,21        | 2,64  | 0,48  | 13,36      |
| МКОУ ООШ г. Сосновка |             |        |                                               |          | 181,89 | ПЯТНИЦА      |       |       | 09.10.2026 |
| Прием пищи           | Раздел      | № рец. | Блюдо                                         | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы   |
| Завтрак              | напиток     |        | Йогурт фруктовый                              | 130      | 34,00  | 78,00        | 4,46  | 3,47  | 7,54       |
|                      | конд.изд.   |        | Круассан со сгущенкой (1 шт.)                 | 90       | 40,00  |              |       |       |            |
| Обед                 | 1 блюдо     | 55     | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 240/10   | 8,98   | 96,00        | 2,00  | 5,40  | 8,80       |
|                      | гарнир      | 187    | Каша рисовая рассыпчатая                      | 180/5    | 15,18  | 248,00       | 4,40  | 4,70  | 45,00      |
|                      | 2 блюдо     | 260    | Гуляш из курицы                               | 100      | 49,69  | 221,00       | 14,55 | 16,79 | 2,89       |
|                      | гор.напиток | 300    | Чай с сахаром                                 | 200      | 2,89   | 36,00        | 0,20  | 0,00  | 9,10       |
|                      | хлеб черн.  | 1.6    | Хлеб местный                                  | 40       | 2,64   | 77,21        | 2,64  | 0,48  | 13,36      |
|                      |             |        |                                               |          | 153,38 |              |       |       |            |
| ИТОГО                |             |        |                                               |          | 859,36 |              |       |       |            |