



Организация осуществляющая
питание ИП Юмагулова Я.С.

/Юмагулова Я.С./

Директор
МКОУ «Большестерновская СШ»
А.В. Власов



МКОУ «Большестерновская СШ»

Меню на 14.09.2026 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	



Организация осуществляющая
питание ИП Юмагулова Я.С.

/Юмагулова Я.С./

Директор
МКОУ «Большетенновская СШ»
А.В. Власов



МКОУ «Большетенновская СШ»

Меню на 15.09.2026 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	



Организация осуществляющая
питание ИП Юмагулова Я.С.

/Юмагулова Я.С./

Директор
МКОУ «Большетерновская СШ»
А.В. Власов



МКОУ «Большетерновская СШ»

Меню на 16.09.2026 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	



Организация осуществляющая
питание ИП Юмагулова Я.С.

/Юмагулова Я.С./

Директор
МКОУ «Большестерновская СШ»
А.В. Власов



МКОУ «Большестерновская СШ»

Меню на 17.09.2026 г.

Завтрак первая неделя четвертый день

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г						Калорийность, ккал.		№ реце пта
			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.		№ реце пта
			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	



Организация осуществляющая
питание ИП Юмагулова Я.С.
Юмагулова Я.С./

Директор
МКОУ «Большетерновская СШ»
А.В. Власов



МКОУ «Большетерновская СШ»

Меню на 18.09.2026 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	



Организация осуществляющая
питание ИП Юмагулова Я.С.

/Юмагулова Я.С./

Директор
МКОУ «Большетерновская СШ»
А.В. Власов



МКОУ «Большетерновская СШ»

Меню на 21.09.2026 г.

Завтрак вторая 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 квашеной капусты	100	100	1,6	5	5,4	1,6	5	5,4	73	73	97
Котлета куриная Приоскольская	100	100	15	19,6	21,8	15	19,6	21,8	323	323	138
Каша гречневая рассыпчатая	180	180	8,7	7,3	41,4	8,7	7,3	41,4	266	266	43
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	30,2	32,7	105,4	30,2	32,7	105,4	837	837	

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	30,6	33,1	115,2	30,6	33,1	115,2	881	881	



Организация осуществляющая
питание ИП Юмагулова Я.С.

/Юмагулова Я.С./

Директор
МКОУ «Большестерновская СШ»
А.В. Власов



МКОУ «Большестерновская СШ»

Меню на 22.09.2026 г.

Завтрак вторая 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
Кисель плодово-ягодный	200	200	0	0	18,2	0	0	18,2	73	73	372
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	23,6	20,4	78,9	23,6	20,4	78,9	594	594	

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	24	20,8	88,7	24	20,8	88,7	638	638	



Организация осуществляющая
питание ИП Юмагулова Я.С.
Юмагулова Я.С./

Директор
МКОУ «Большестерновская СШ»
А.В. Власов



МКОУ «Большестерновская СШ»

Меню на 23.09.2026 г.

Завтрак вторая 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
Филе кур, тушенное в соусе	110	110	18,8	10	2,9	18,8	10	2,9	177	177	27
Макаронные изделия отварные	180	180	5,9	6,5	35,8	5,9	6,5	35,8	225	225	30
Компот из вишни сушеной	200	200	0	0	16	0	0	16	64	64	281
Хлеб пшеничный в/с	60	60	4,9	0,8	21,7	4,9	0,8	21,7	114	114	183
Итого:	650	650	31,1	24,4	81,6	31,1	24,4	81,6	671	671	

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
	750	750	31,5	24,8	91,4	31,5	24,8	91,4	715	715	



Организация осуществляющая
питание ИП Юмагулова Я.С.
Юмагулова Я.С./

Директор
МКОУ «Большестерновская СШ»
А.В. Власов



МКОУ «Большестерновская СШ»

Меню на 24.09.2026 г.

Завтрак вторая 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 белокачанной капусты	100	100	1,5	5,1	7,1	1,5	5,1	7,1	80	80	40
Гречка по-купечески	200	200	16,9	17,2	33,1	16,9	17,2	33,1	355	355	370
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:	560	560	23,3	23,1	76,9	23,3	23,1	76,9	609	609	

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	23,7	23,5	86,7	23,7	23,5	86,7	653	653	



Организация осуществляющая
питание ИП Юмагулова Я.С.
Юмагулова Я.С./

Директор
МКОУ «Большестерновская СШ»
А.В. Власов



МКОУ «Большестерновская СШ»

Меню на 25.09.2026 г.

Завтрак вторая 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
Филе рыбы запечённое	100	100	17,4	8,4	6,1	17,4	8,4	6,1	169	169	13
Рис отварной со сливочным маслом	180	180	5,9	9,3	41,5	5,9	9,3	41,5	273	273	190
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	29,2	31,7	87,9	29,2	31,7	87,9	753	753	

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	29,6	32,1	97,7	29,6	32,1	97,7	797	797	