

УТВЕРЖДАЮ
Директор
МКОУ «СОШ №1 им. Паштова С.А. г. Баксана»

Директор  Ф.Р. Киярова

«30» августа 2026г

**Примерное десятидневное меню для детей участников СВО
на 2026-2027 учебный год**

1 неделя	завтрак 1 смена						
№ п/п		масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецептуры
1 день	Понедельник						
	Завтрак						
1	Котлеты из говядины, соус	80/50	10,58	17,74	11,24	305,94	372
2	Каша гречневая	150	8,55	7,23	41,18	263,99	744
3	Чай с сахаром	200	0,2	0	14	28	943
4	Хлеб пшеничный	40	2,45	7,63	14,62	139,95	пром
	вторник						
2 день	завтрак смена	масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецептуры
1	Птица тушеная в соусе	125	14	11,39	4,39	175,78	301
2	Макароны отварные	150	5,52	14,6	22,71	259,4	206
3	Чай с сахаром	200	0,2	0	14	28	943
4	Хлеб пшеничный	40	2,45	7,63	14,62	136,95	пром
	среда						
3 день	завтрак 1 смена	масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецептуры
1	Плов с куриным филе	230	22,23	18,62	39	412,9	304
2	Хлеб пшеничный	40	2,45	7,63	14,62	136,95	пром
3	Чай с сахаром	200	0,2	0	14	28	943

	четверг						
4 день	завтрак 1 смена	масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецептуры
1	Суп картофельный с крупой и мясом	250/20	8,38	3,6	17,36	134,75	204
2	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	22,30	110	859
3	Хлеб пшеничный	40	2,45	7,63	14,62	136,95	пром
4	Печенье	36	1,37	5,46	24,57	157,95	пром
	пятница						
5 день	завтрак 1 смена	масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецептуры
1	Котлеты рубленные из куриного филе, соус	90/50	18,16	6,34	15,61	151,74	307/759
2	Хлеб пшеничный	40	2,45	7,63	14,62	136,95	пром
3	Чай с сахаром	200	0,2	0	14	28	943

Директор
МКОУ «СОШ №1 им. Паштова С.А. г. Баксана»

_____ Ф.Р. Килярова

«___» _____ 2025г

**Примерное десятидневное меню для детей участников СВО
на 2025-2026 учебный год**

1 недел я	завтрак 1 смена						
№ п/п		масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецептуры
1 день	Понедельник						
	Завтрак						
1	Котлеты из говядины, соус	80/50	10,58	17,74	11,24	305,94	372
2	Каша гречневая	150	8,55	7,23	41,18	263,99	744
3	Чай с сахаром	200	0,2	0	14	28	943
4	Хлеб пшеничный	40	2,45	7,63	14,62	139,95	пром
	вторник						
2 день	завтрак 1 смена	масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецептуры
1	Птица тушеная в соусе	125	14	11,39	4,39	175,78	301
2	Макароны отварные	150	5,52	14,6	22,71	259,4	206
3	Чай с сахаром	200	0,2	0	14	28	943
4	Хлеб пшеничный	40	2,45	7,63	14,62	136,95	пром
	среда						
3 день	завтрак 1 смена	масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецептуры
1	Плов с куриным филе	230	22,23	18,62	39	412,9	304
2	Хлеб пшеничный	40	2,45	7,63	14,62	136,95	пром
3	Чай с сахаром	200	0,2	0	14	28	943
	четверг						
4 день	завтрак 1 смена	масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецептуры
1	Суп картофельный с крупой и мясом	250/20	8,38	3,6	17,36	134,75	204

2	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	22,30	110	859
3	Хлеб пшеничный	40	2,45	7,63	14,62	136,95	пром
4	Печенье	36	1,37	5,46	24,57	157,95	пром
	пятница						
5 день	завтрак 1 смена	масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	№ рецептуры
1	Котлеты рубленые из куриного филе, соус	90/50	18,16	6,34	15,61	151,74	307/759
2	Хлеб пшеничный	40	2,45	7,63	14,62	136,95	пром
3	Чай с сахаром	200	0,2	0	14	28	943