

Утверждено:
Директор МКОУ СОШ №2 с.п. Псыгансу
З.А. Пондир, /Бозиев

малообеспеченные; СВО

01. 09. 2026г.



МЕНЮ - РАСКЛАДКА
на 12 дней для организации питания детей
в возрастных группах с 12 лет и старше в школьных образовательных учреждениях
по Урванскому муниципальному району

мопсигансу

12-дневное меню для организации питания детей в возрастных группах с 12 лет и старше
для ПОВАРА (малообеспеченные ; СВО) (61,20р) 01.09.2026г.

ЗАВТРАК

1 ДЕНЬ (понедельник)		
№204 Макароны отвар. с сыром -	№62 Салат из моркови с маслом - (100г)	№382 Какао с молоком - (200г)
(200г)	морковь - 123г	какао - 2г
макароны - 65г	масло раст. - 5г	сахар -15г
масло слив. - 5г		молоко - 100г
сыр российский - 10г		аскарбиновая кислота - 0,7г
	хлеб пшеничный - 40г	
2 ДЕНЬ (вторник)		
№244 Плов из отварной говядины (200г)	№45 Салат из капусты с маслом - (100г)	№342 Компот из свежих плодов (200г)
мясо говяжье б/к - 75г	капуста - 111г	яблоки - 20г
рис - 46	морковь - 12г	сахар - 15г
масло раст. - 5г	раст.масло -5г	аскарбиновая кислота -0,7г
морковь -10г		
лук -8г		
вода -106г		
	хлеб пшеничный - 40г	
		соль пищевая поваренная
		йодированная за сутки - 5г

3 ДЕНЬ (среда)		
№322 Котлеты из птицы - (100/50г)	№302 Каша гречневая рассыпчатая- (180г)	№376 Чай с сахаром - (200г)
филе куриное -75г		чай -0,5г
хлеб -19г	крупа гречневая - 75г	сахар -15г
морковь-8г	масло слив. - 2г	аскарбиновая кислота - 0,7г
вода-15		
яйцо -3г	№52 Салат из отварной свеклы - (100г)	
сухари -9г	свекла - 123г	
масло раст. -0,5г	раст.масло - 5г	
№366 соус (50г) -томат -3г,мука - 3г,		
масло раст. - 1,5г,лук - 3г,вода - 50г	хлеб пшеничный - 40г	
4 ДЕНЬ (четверг)		
№224 Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком - (200г)		№376 Чай с сахаром - (200г)
творог - 110г		чай -0,5г
крупа манная - 14г		сахар -15г
сахар - 11г		аскарбиновая кислота - 0,7г
яйца - 6г		
молоко - 34г		
морковь - 48г		
раст.масло - 4г	хлеб пшеничный - 40г	№338 Яблоки свежие - (100г)
сметана - 7г		
дрожжи - 1г		
молоко сгущенное - 10г		
		соль пищевая поваренная
		йодированная за сутки - 5г

5 День (пятница)		
№234 Шницель рыбный с соусом (100/50г)	№312 Пюре картофельное - (180г)	№342 Компот из свежих плодов (200г)
	картофель - 215г	яблоки - 20г
мясо б/к - 80г,	молоко -30г	сахар - 15г
морковь -10г	масло слив. - 2г	аскарбиновая кислота -0,7г
лук-8г		
хлеб -17г		
яйцо -3г		
сухари - 9г		
вода - 15г		
раст.масло -0,5г		
№366 соус (50г) -томат -3г,мука - 3г,		
масло раст. - 1,5г,лук - 3г, вода -50г	хлеб пшеничный - 40г	
6 ДЕНЬ (суббота)		
№245 Бефстроганов из отварной говядины (100г)	№303 Каша пшенная вязкая (200г)	№376 Чай с сахаром - (200г)
	крупа пшенная - 56г	чай -0,5г
мясо б/к - 80г,	масло слив. - 2г	сахар -15г
морковь -3г		аскарбиновая кислота - 0,7г
лук-3г		
сметана -10г		
мука -3г		
масло слив. -2г	хлеб пшеничный - 40г	
вода - 50г		
томат - 2г		
		соль пищевая поваренная
		йодированная за сутки - 5г

7 ДЕНЬ (понедельник)		
№182 Каша рисовая молочная - (250г)	№219 Сырники из творога с молоком	№376 Чай с сахаром - (200г)
молоко - 140г	сгущенным - (50/10г)	чай -0,5г
крупа рисовая - 40г	творог - 50г	сахар -15г
вода - 75г	мука - 7г	аскарбиновая кислота - 0,7г
сахар - 6г	мука на подпыл - 2г	
масло слив. - 2г	яйца - 2г	
	сахар - 4г	
	масло растю - 1г	
	молоко сгущенное - 10г	
	хлеб пшеничный - 40г	
8 ДЕНЬ (вторник)		
№268 Котлеты мясные - (100/50г)	№302Каша гречневая рассыпчатая-	№342 Компот из свежих плодов (200г)
мясо - 70г	(180г)	яблоки - 20г
хлеб -20г	крупа гречневая - 75г	сахар - 15г
яйцо - 3г	масло слив. - 2г	аскарбиновая кислота -0,7г
вода - 20г		
масло раст -0,5г		
сухари панир. - 9г		
лук - 7г	хлеб пшеничный - 40г	
№366 соус (50г) -томат -3г,мука - 3г,		
масло раст. - 1,5г,лук - 3г, вода - 50г		
		соль пищевая поваренная
		йодированная за сутки - 5г

9 ДЕНЬ (среда)		
№322 Биточки из птицы - (100/50г)	№309 Макароны отварные - (180г)	№342 Компот из свежих плодов (200г)
филе куриное -75г	макароны - 63г	яблоки - 20г
хлеб -19г	масло слив. - 2г	сахар - 15г
морковь-8г		аскарбиновая кислота -0,7г
вода-15	№45 Салат из капусты с маслом - (100г)	
яйцо -3г	капуста - 111г	
сухари -9г	морковь - 12г	
масло раст. -0,5г	раст.масло -5г	
№366 соус (50г) -томат -3г,мука - 3г,		
масло раст. - 1,5г,лук - 3г, вода - 50г	хлеб пшеничный - 40г	
10 ДЕНЬ (четверг)		
№246Гуляш из отварной говядины(100г)	№303 Каша пшенная вязкая (200г)	№376 Чай с сахаром - (200г)
	крупа пшенная - 56г	чай -0,5г
мясо б/к - 80г,	масло слив. -2г	сахар -15г
лук-5г		аскарбиновая кислота - 0,7г
мука - 3г		
морковь -5г		
масло раст. -2г		
томат -4г		
вода -50г	хлеб пшеничный - 40г	№338 Яблоки свежие - (100г)
		соль пищевая поваренная
		йодированная за сутки - 5г

11 ДЕНЬ (пятница)		
№234 Шницель рыбный с соусом	№312 Пюре картофельное - (180г)	№342 Компот из свежих плодов (200г)
(100/50г)	картофель - 215г	яблоки - 20г
рыба (минтай) -80г	молоко -30г	сахар - 15г
хлеб - 19г	масло слив. - 2г	аскарбиновая кислота -0,7г
вода - 15г		
яйца -3г		
морковь 10г	хлеб пшеничный - 40г	
сухари паниров.-9г		
лук -10г		
масло раст. -0,5г		
№366 соус (50г) -томат -3г,мука - 3г,		
масло раст. - 1,5г,лук - 3г,вода - 50г		
12 ДЕНЬ (суббота)		
№182 Каша рисовая молочная - (250г)	№209 Яйцо вареное - (50г)	№376 Чай с сахаром - (200г)
молоко - 140г	Яйцо - 1шт	чай -0,5г
крупа рисовая - 40г		сахар -15г
вода - 75г		аскарбиновая кислота - 0,7г
сахар - 6г	№14 Масло сливочное (порциями)-(10г)	
масло слив. - 2г		
	хлеб пшеничный - 40г	
		соль пищевая поваренная
		йодированная за сутки - 5г

==