

СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Сараны

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	цена	Энергети- ческая ценность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe	
05.10.2026, 1 ступень														
обед														
Суп с издел. макаронными	250	21,10	223	10	9	25		21	24	37	86	44	2	47
Изделия макаронные	150	11,85	225	6	7	36			45	16	46	12	1	227
Кнели куриные	90	64,31	263	16	19	7		1	23	12	34	23	1	208
Хлеб пшеничный 1С	100	4,80	118	4		24				12	44	17	1	13 002
Какао с молоком	200	9,45	182	5	4	31		1		7	143	38	1	270
Всего	790	111,51	1011	41	39	123		23	92	84	353	134	6	

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	цена	Энергети- ческая цен- ность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe	
05.10.2026, 2 ступень														
обед														
Суп с издел. макаронными	300	25,33	267	12	10	30		25	28	44	103	52	2	47
Изделия макаронные	180	13,85	289	7	8	43			54	19	55	14	1	227
Кнели куриные	100	71,60	324	20	23	8		2	25	13	37	25	1	208
Хлеб пшеничный 1С	100	4,80	118	4		24				12	44	17	1	13 002
Какао с молоком	200	9,45	182	5	4	31				7	143	38	1	270
Всего	830	125,03	1180	51	46	135		27	107	95	382	146	6	

Руководитель СП школа р.п. Сараны



Т.В.Пашкова

СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Сараны

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	цена	Энергети- ческая ценность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe	
06.10.2026, 1 ступень														
обед														
Суп с клецками	250	17,72	102	2	2	15		4		13	63	17	1	3
Пюре картофельное	180	25,45	168	3	8	26		25	44	16	99	33	1	241
Кура запеченая	90	43,51	128	16	24			1	79	27	218	23	2	487
Хлеб пшеничный 1С	100	4,80	118	4		24				12	44	17	1	13 002
Компот из сухофруктов	200	7,03	120	1		28		1		42	38	27	1	283
Фрукт	80	13,00	45			9								11001
Всего	900	111,51	681	26	33	45		31	123	110	462	117	6	

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	цена	Энергети- ческая цен- ность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цеп- туры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe	
06.10.2026, 2 ступень														
обед														
Суп с клецками	300	21,27	122	2	2	18		4		15	75	20	1	3
Пюре картофельное	180	25,45	201	3	8	26		30	52	19	118	39	1	241
Кура запеченая	120	51,28	128	19	4			1	79	27	218	23	2	450
Хлеб пшеничный 1С	100	4,80	118	4		24				12	44	17	1	13 002
Компот из сухофруктов	200	7,03	120	1		28		1		42	38	27	1	283
Фрукт	100	16,00	47			10								11001
Всего	950	125,03	1124	29	14	106		36	131	115	493	126	6	

Руководитель СП школа р.п. Сараны

Т.В.Пашкова

СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Сараны

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	цена	Энергети- ческая ценность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe	
07.10.2026, 1 ступень														
обед														
Рассольник ленинград- ский	250	21,73	109	4	9	27		24	18	64	77	45	1	59
Греча рассыпчатая	150	12,79	268	9	9	39			45	16	207	138	4	219
Кнели куриные	90	64,31	324	16	19	7		1	23	12	34	23	1	208.01
Хлеб пшеничный 1С	100	4,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Кисель витаминизиров.	200	7,88	109			27		24		60				274
Всего	790	111,51	928	38	38	124		49	86	164	362	223	7	

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	цена	Энергети- ческая ценность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe	
07.10.2026, 2 ступень														
обед														
Рассольник ленинград- ский	300	25,40	125	4	10	31		28	21	76	92	54	1	59
Греча рассыпчатая	180	15,35	321	10	10	46			54	19	248	165	4	219
Кнели куриные	100	71,60	324	20	23	8		1	25	13	37	25	1	208.01
Хлеб пшеничный 1С	100	4,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Кисель витаминизиров.	200	7,88	109			27		24		60				274
Всего	830	125,03	997	38	44	136		53	100	180	421	261	7	



Руководитель СП школа р.п. Сараны

Т.В.Пашкова

СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Сараны

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	цена	Энергети- ческая ценность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe	
08.10.2026, 1 ступень														
обед														
Суп рыбный	250	25,67	151	8	4	20		24	18	64	77	45	1	42
Рис отварной	150	10,81	235	4	6	40			45	6	84	27		224
Гуляш из говядины	100	68,20	182	12	12	4		5		30	119	24	2	246
Хлеб пшеничный 1С	100	4,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Чай с сахаром	200	2,03	49			12				10	2	3		300
Всего	800	111,51	735	28	23	100		29	63	122	286	116	4	

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	цена	Энерге- тиче- ская цен- ность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цеп- туры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe	
08.10.2026, 2 ступень														
обед														
Суп рыбный	300	35,44	181	9	4	24		28	21	76	92	54	1	42
Рис отварной	180	11,03	282	4	7	48			54	7	100	32		224
Гуляш из говядины	120	79,44	218	14	14	4		6		36	143	28	2	246
Хлеб пшеничный 1С	100	4,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Чай с сахаром	200	2,03	49			12				10	2	3		300
Всего	850	125,03	848	31	26	112		34	75	141	381	134	4	



Руководитель СП школа р.п. Сараны

Т.В.Пашкова

СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Сараны

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	цена	Энергети- ческая ценность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецеп- туры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe	
09.10.2026, 1 ступень														
обед														
Свекольник	250	21,16	115	2	4	15		4		33	63	27	1	34
Жаркое по-домашнему	220	69,55	312	11	10	19		2		27	112	44	3	259
Хлеб пшеничный 1С	100	4,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Сок в ассортименте	200	16,00	49			12				14	14	8	3	300
Всего	770	111,51	594	17	14	70		6		86	233	96	8	

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	цена	Энергети- ческая цен- ность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецеп- туры блю- да
				Б	Ж	У	В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe	
09.10.2026, 2 ступень														
обед														
Свекольник	300	25,40	138	3	5	18		5		40	75	33	1	34
Жаркое по-домашнему	250	78,83	351	12	11	21		3		35	128	59	4	436
Хлеб пшеничный 1С	100	4,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Сок в ассортименте	200	16,00	49			12				14	14	8	3	293
Всего	800	125,03	656	19	16	75		8		101	261	117	9	

Руководитель СП школа р.п. Сараны



Т.В.Пашкова

СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Сараны

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	цена	Энерге- тическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe	
05.10.2026, 1 ст. ОВЗ														
Каша «Дружба»	200	7,35	136	3	3	17			58	27	68	11	2	47
Хлеб пшеничный 1С	100	4,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Чай с сахаром	200	2,03	49			12				10	2	3		300
Суп с издел. макаронными	250	21,10	223	10	9	25		21	24	37	86	44	2	47
Изделия макаронные	150	11,85	225	6	7	36			45	16	46	12	1	227
Кнели куриные	90	64,31	263	16	19	7		1	23	12	34	23	1	208
Хлеб пшеничный 1С	100	4,80	118	4		24				12	44	17	1	13 002
Какао с молоком	200	9,45	182	5	4	31		1		7	143	38	1	270
Всего	1290	125,69	1375	52	46	177		23	150	133	467	165	9	

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	цена	Энерге- тическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe	
05.10.2026, 2 ст. ОВЗ														
Каша «Дружба»	250	15,97	150	5	5	19			58	27	68	11	2	47
Хлеб пшеничный 1С	100	4,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Чай с сахаром	200	2,03	49			12				10	2	3		300
Суп с издел. макаронными	300	25,33	267	12	10	30		25	28	44	103	52	2	47
Изделия макаронные	180	13,85	289	7	8	43			54	19	55	14	1	227
Кнели куриные	100	71,60	324	20	23	8		2	25	13	37	25	1	208
Хлеб пшеничный 1С	100	4,80	118	4		24				12	44	17	1	13 002
Какао с молоком	200	9,45	182	5	4	31				7	143	38	1	270
Всего	1330	147,83	1478	57	50	191		29	165	144	496	177	9	

Руководитель СП школа р.п. Сараны

Т.В.Пашкова

СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Сараны

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	цена	Энерге- тическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe	
06.10.2026,1 ст. ОВЗ														
Каша рисовая молочная	200	7,35	182	6	10	24			207	42	176	14	2	4
Чай с сахаром	200	2,03	49			12				10	2	3		300
Хлеб пшеничный 1С	100	4,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Суп с клецками	250	17,72	102	2	2	15		4		13	63	17	1	3
Пюре картофельное	180	25,45	168	3	8	26		25	44	16	99	33	1	241
Кура запеченая	90	43,51	128	19	24			1	79	27	218	23	2	487
Хлеб пшеничный 1С	100	4,80	118	4		24				12	44	17	1	13 002
Компот из сухофруктов	200	7,03	120	1		28		1		42	38	27	1	283
Фрукт	80	13,00	45			9								11001
Всего	1400	125,69	1030	39	23	158		31	330	174	684	151	9	

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	цена	Энерге- тическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe	
06.10.2026, 2 ст. ОВЗ														
Каша рисовая молочная	250	15,97	221	7	12	29			207	42	176	14	2	4
Чай с сахаром	200	2,03	49			12				10	2	3		300
Хлеб пшеничный 1С	100	4,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Суп с клецками	300	21,27	122	2	2	18		4		15	75	20	1	3
Пюре картофельное	180	25,45	201	3	8	26		30	52	19	118	39	1	241
Кура запеченая	120	51,28	128	19	4			1	79	27	218	23	2	450
Хлеб пшеничный 1С	100	4,80	118	4		24				12	44	17	1	13 002
Компот из сухофруктов	200	7,03	120	1		28		1		42	38	27	1	283
Фрукт	100	16,00	47			10								11001
Всего	1450	147,83	1124	40	26	171		36	349	184	725	162	9	

СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Сараны

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	цена	Энерге- тическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe	
07.10.2026, 1 ст. ОБЗ														
Каша пшенная	200	7,35	314	5	8	72				174		101		4
Хлеб пшеничный 1С	100	4,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Чай с сахаром	200	2,03	49			12				10	2	3		300
Рассольник ленинград- ский	250	21,73	109	4	9	27		24	18	64	77	45	1	59
Греча рассыпчатая	150	12,79	268	9	9	39			45	16	207	138	4	219
Кнели куриные	90	64,31	324	16	19	7		1	23	12	34	23	1	208.01
Хлеб пшеничный 1С	100	4,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Кисель витаминизиров.	200	7,88	109			27		24		60				274
Всего	1290	125,69	1409	46	49	233		49	86	360	408	354	8	

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	цена	Энерге- тическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe	
07.10.2026, 2 ст. ОБЗ														
Каша пшенная	250	15,97	392	6	10	90				174		101		4
Хлеб пшеничный 1С	100	4,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Чай с сахаром	200	2,03	49			12				10	2	3		300
Рассольник ленинград- ский	300	25,40	125	4	10	31		28	21	76	92	54	1	59
Греча рассыпчатая	180	15,35	321	10	10	46			54	19	248	165	4	219
Кнели куриные	100	71,60	324	20	23	8		1	25	13	37	25	1	208.01
Хлеб пшеничный 1С	100	4,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Кисель витаминизиров.	200	7,88	109			27		24		60				274
Всего	1330	147,83	1556	48	53	262		53	105	422	475	412	8	

Руководитель СП школа р.п. Сараны



Т.В.Пашкова

СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Сараны

Приём пищи, наименование блюда	Мас- са пор- ции (г)	цена	Энерге- тическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe	
08.10.2026, 1 ст. ОБЗ														
Чай с сахаром	200	2,03	49			12				10	2	3		300
Каша манная молочная	200	7,35	197	4	4	35				94	64	23	1	252
Хлеб пшеничный 1С	100	4,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Суп рыбный	250	25,67	151	8	4	20		24	18	64	77	45	1	42
Рис отварной	150	10,81	235	4	6	40			45	6	84	27		224
Гуляш из говядины	100	68,20	182	12	12	4		5		30	119	24	2	246
Хлеб пшеничный 1С	100	4,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Чай с сахаром	200	2,03	49			12				10	2	3		300
Всего	1300	125,69	1099	36	26	171		29	63	238	396	159	6	

Приём пищи, наименование блюда	Мас- са пор- ции (г)	цена	Энерге- тическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ ре- цепту- ры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe	
08.10.2026, 2 ст. ОБЗ														
Чай с сахаром	200	2,03	49			12				10	2	3		300
Каша манная молочная	250	15,97	246	5	5	43				94	64	23	1	252
Хлеб пшеничный 1С	100	4,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Суп рыбный	300	35,44	181	9	4	24		28	21	76	92	54	1	42
Рис отварной	180	11,03	282	4	7	48			54	7	100	32		224
Гуляш из говядины	120	79,44	218	14	14	4		6		36	143	28	2	246
Хлеб пшеничный 1С	100	4,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Чай с сахаром	200	2,03	49			12				10	2	3		300
Всего	1350	147,83	1261	40	30	191		34	75	257	491	177	6	



Руководитель СП школа р.п. Сараны

Т.В.Пашкова

СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Сараны

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	цена	Энерге- тическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецеп- туры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe	
09.10.2026, 1 ст. ОВЗ														
Каша «Дружба»	200	7,35	136	3	3	17			58	27	68	11	2	47
Хлеб пшеничный 1С	100	4,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Чай с сахаром	200	2,03	49			12				10	2	3		300
Свекольник	250	21,16	115	2	4	15		4		33	63	27	1	34
Жаркое по-домашнему	220	69,55	312	11	10	19		2		27	112	44	3	259
Хлеб пшеничный 1С	100	4,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Сок в ассортименте	200	16,00	49			12				14	14	8	3	300
Всего	1270	125,69	897	24	18	123		6		233	279	218	10	

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	цена	Энерге- тическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (мг)			Витамины(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецеп- туры блюда
				Б	Ж	У	В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe	
09.10.2026, 2 ст. ОВЗ														
Каша «Дружба»	250	15,97	150	5	5	19			58	27	68	11	2	47
Хлеб пшеничный 1С	100	4,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Чай с сахаром	200	2,03	49			12				10	2	3		300
Свекольник	300	25,40	138	3	5	18		5		40	75	33	1	34
Жаркое по-домашнему	250	78,83	351	12	11	21		3		35	128	59	4	436
Хлеб пшеничный 1С	100	4,80	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Сок в ассортименте	200	16,00	49			12				14	14	8	3	293
Всего	1300	147,83	1005	29	27	135		8		289	307	273	11	

Руководитель СП школа р.п. Сараны



Т.В.Пашкова