

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	
21.09.2026, 1 ступень														
обед														
Суп с издел. макаронными	250	28,42	223	10	9	25		21	24	37	86	44	2	47
Изделия макаронные	150	10,63	225	6	7	36			45	16	46	12	1	227
Кнели куриные	90	52,38	263	16	19	7		1	23	12	34	23	1	208
Хлеб пшеничный 1С	50	4,20	118	4		24				12	44	17	1	13 002
Какао с молоком	200	15,88	182	5	4	31		1		7	143	38	1	270
Всего	740	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	
21.09.2026, 2 ступень														
обед														
Суп с издел. макаронными	300	32,29	267	12	10	30		25	28	44	103	52	2	47
Изделия макаронные	180	15,16	289	10	9	42			54	19	55	14	1	227
Кнели куриные	100	57,50	324	20	23	8		2	25	13	37	25	1	208
Хлеб пшеничный 1С	50	4,20	118	4		24				12	44	17	1	13 002
Какао с молоком	200	15,88	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	
22.09.2026, 1 ступень														
обед														
Суп с клецками	250	22,48	102	2	2	15		4		13	63	17	1	3
Пюре картофельное	150	20,34	168	3	7	22		25	44	16	99	33	1	241
Кура запеченая	100	60,32	352	25	27			1	79	27	218	23	2	450
Хлеб пшеничный 1С	50	4,20	118	4		24				12	44	17	1	13 002
Компот из сухофруктов	200	4,17	120	1		28		1		42	38	27	1	283
Всего	750	111,51	860	35	36	89		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	
22.09.2026, 2 ступень														
обед														
Суп с клецками	300	23,43	122	2	2	18		4		15	75	20	1	3
Пюре картофельное	180	25,41	201	3	8	26		30	52	19	118	39	1	241
Кура запеченая	120	67,82	352	25	27			1	79	27	218	23	2	450
Хлеб пшеничный 1С	50	4,20	118	4		24				12	44	17	1	13 002
Компот из сухофруктов	200	4,17	120	1		28		1		42	38	27	1	283
Всего	850	125,03	913	35	37	96		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	
23.09.2026, 1 ступень														
обед														
Рассольник ленинград- ский	250	25,73	126	9	9	27		24	18	64	77	45	1	42
Греча рассыпчатая	150	15,92	268	9	9	39			45	16	207	138	4	219
Кнели куриные	90	58,49	263	16	19	7		1	23	12	34	23	1	208
Хлеб пшеничный 1С	50	4,20	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Кисель витаминизиров.	200	7,17	109			27		24		60				274
Всего	740	111,51	884	38	38	124		49	86	164	362	223	7	

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	
23.09.2026, 2 ступень														
обед														
Рассольник ленинград- ский	300	29,89	151	10	10	32		28	21	76	92	54	1	42
Греча рассыпчатая	180	19,10	321	10	10	46			54	19	248	165	4	219
Кнели куриные	100	64,67	324	20	23	8		1	25	13	37	25	1	208
Хлеб пшеничный 1С	50	4,20	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Кисель витаминизиров.	200	7,17	109			27		24		60				274
Всего	830	125,03	1023	44	44	137		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	
24.09.2026, 1 ступень														
обед														
Суп рыбный	250	29,50	151	8	4	20		24	18	64	77	45	1	79
Рис отварной	150	12,09	235	4	6	40			45	6	84	27		224
Гуляш из говядины	100	63,90	182	12	12	4		5		30	119	24	2	246
Хлеб пшеничный 1С	50	4,20	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Чай с сахаром	200	1,82	49			12				10	2	3		300
Всего	750	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	
24.09.2026, 2 ступень														
обед														
Суп рыбный	300	35,44	181	9	4	24		28	21	76	92	54	1	79
Рис отварной	180	14,50	282	4	7	48			54	7	100	32		224
Гуляш из говядины	120	69,07	218	15	15	4		6		36	143	28	2	246
Хлеб пшеничный 1С	50	4,20	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Чай с сахаром	200	1,82	49			12				10	2	3		300
Всего	850	125,03	848	32	27	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	
25.09.2026, 1 ступень														
обед														
Свекольник	250	20,26	115	2	4	15		4		33	63	27	1	34
Жаркое по-домашнему	210	59,05	312	18	18	17		2		27	112	44	3	436
Хлеб пшеничный 1С	50	4,20	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Сок в ассортименте	200	10,00	92	1		20				14	14	8	3	293
Шоколадный батончик	30	18,00	84	2	1	15								
Всего	740	111,51	721	27	24	91		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	
25.09.2026, 2 ступень														
обед														
Свекольник	300	25,55	138	3	5	18		5		40	75	33	1	34
Жаркое по-домашнему	240	67,28	416	24	24	23		3		35	128	59	4	436
Хлеб пшеничный 1С	50	4,20	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Сок в ассортименте	200	10,00	92	1		20				14	14	8	3	293
Шоколадный батончик	30	18,00	84	2	1	15								
Всего	830	125,03	848	34	31	100		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	
21.09.2026, 1 ст. ОВЗ														
Макароны с сыром запеч.	150	9,82	219	5	8	28			58	27	68	11	2	124
Хлеб пшеничный 1С	50	4,20	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Чай с сахаром	200	1,82	49			12				10	2	3		300
Яблоко	100	4,45	47			10								
Суп с издел. макаронными	250	25,31	223	10	9	25		21	24	37	86	44	2	47
Изделия макаронные	150	10,63	225	6	7	36			45	16	46	12	1	227
Кнели куриные	90	52,38	263	16	19	7		1	23	12	34	23	1	208
Хлеб пшеничный 1С	50	4,20	118	4		24				12	44	17	1	13 002
Какао с молоком	200	12,88	182	5	4	31		1		7	143	38	1	270
Всего	1240	125,69	1444	50	48	197		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	
21.09.2026, 2 ст. ОВЗ														
Макароны с сыром запеч.	180	12,82	219	5	8	28			58	27	68	11	2	124
Хлеб пшеничный 1С	50	4,20	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Чай с сахаром	200	1,82	49			12				10	2	3		300
Яблоко	150	10,81	57			13		2						
Суп с издел. макаронными	300	28,44	267	12	10	30		25	28	44	103	52	2	47
Изделия макаронные	180	15,16	289	10	9	42			54	19	55	14	1	227
Кнели куриные	100	57,50	324	20	23	8		2	25	13	37	25	1	208
Хлеб пшеничный 1С	50	4,20	118	4		24				12	44	17	1	13 002
Какао с молоком	200	12,88	182	5	4	31				7	143	38	1	270
Всего	1410	147,83	1623	60	55	212		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	
22.09.2026,1 ст. ОВЗ														
Суп молочный рисовый	220	14,27	234	3	4	20			207	42	176	14	2	47
Чай с сахаром	200	1,82	49			12				10	2	3		300
Хлеб пшеничный 1С	50	4,20	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Суп с клецками	250	22,48	102	2	2	15		4		13	63	17	1	3
Пюре картофельное	150	20,34	168	3	7	22		25	44	16	99	33	1	241
Кура запеченая	100	54,21	352	25	27			1	79	27	218	23	2	450
Хлеб пшеничный 1С	50	4,20	118	4		24				12	44	17	1	13 002
Компот из сухофруктов	200	4,17	120	1		28		1		42	38	27	1	283
Всего	1220	125,69	1261	42	41	145		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	
22.09.2026, 2 ст. ОВЗ														
Суп молочный рисовый	250	23,63	248	5	6	23			218	47	186	16	2	47
Чай с сахаром	200	1,82	49			12				10	2	3		300
Хлеб пшеничный 1С	50	4,20	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Суп с клецками	300	23,43	122	2	2	18		4		15	75	20	1	3
Пюре картофельное	180	25,41	201	3	8	26		30	52	19	118	39	1	241
Кура запеченая	120	60,97	352	25	27			1	79	27	218	23	2	450
Хлеб пшеничный 1С	50	4,20	118	4		24				12	44	17	1	13 002
Компот из сухофруктов	200	4,17	120	1		28		1		42	38	27	1	283
Всего	1350	147,83	1328	44	44	155		36	349	184	725	162	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	
23.09.2026, 1 ст. ОВЗ														
Каша «Дружба»	200	15,27	182	6	10	24				174		101		44
Хлеб пшеничный 1С	50	4,20	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Чай с сахаром	200	1,82	49			12				10	2	3		300
Рассольник ленинград- ский	260	25,73	126	9	9	27		24	18	64	77	45	1	42
Греча рассыпчатая	150	15,92	268	9	9	39			45	16	207	138	4	219
Кнели куриные	90	52,38	263	16	19	7		1	23	12	34	23	1	208
Хлеб пшеничный 1С	50	4,20	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Кисель витаминизиров.	200	7,17	109			27		24		60				274
Всего	1200	125,69	1233	48	49	184		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	
23.09.2026, 2 ст. ОВЗ														
Каша «Дружба»	250	23,63	227	7	12	30				217		126		44
Хлеб пшеничный 1С	50	4,20	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Чай с сахаром	200	1,82	49			12				10	2	3		300
Рассольник ленинград- ский	300	29,89	151	10	10	32		28	21	76	92	54	1	42
Греча рассыпчатая	180	19,10	321	10	10	46			54	19	248	165	4	219
Кнели куриные	120	57,82	350	21	25	9		1	30	16	45	30	1	208
Хлеб пшеничный 1С	50	4,20	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Кисель витаминизиров.	200	7,17	109			27		24		60				274
Всего	1350	147,83	1443	56	59	204		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	
24.09.2026, 1 ст. ОБЗ														
Чай с сахаром	200	1,82	49			12				10	2	3		300
Каша пшениная молочная	205	14,27	252	7	8	38				94	64	23	1	112
Хлеб пшеничный 1С	50	4,20	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Суп рыбный	250	29,50	151	8	4	20		24	18	64	77	45	1	79
Рис отварной	150	12,09	235	4	6	40			45	6	84	27		224
Гуляш из говядины	100	57,79	182	12	12	4		5		30	119	24	2	246
Хлеб пшеничный 1С	50	4,20	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Чай с сахаром	200	1,82	49			12				10	2	3		300
Всего	1205	125,69	1154	39	32	174		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	
24.09.2026, 2 ст. ОБЗ														
Чай с сахаром	200	1,82	49			12				10	2	3		300
Каша пшениная молочная	250	23,63	252	7	8	38				94	64	23	1	112
Хлеб пшеничный 1С	50	4,20	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	79
Рис отварной	180	14,50	282	4	7	48			54	7	100	32		224
Гуляш из говядины	120	62,22	218	15	15	4		6		36	143	28	2	246
Хлеб пшеничный 1С	50	4,20	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Чай с сахаром	200	1,82	49			12				10	2	3		300
Всего	1350	147,83	1267	43	36	186		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	
25.09.2026, 1 ст. ОБЗ														
Макаронник с сыром	150	14,27	210	5	7	33				125		102	1	114
Хлеб пшеничный 1С	50	4,20	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Чай с сахаром	200	1,82	49			12				10	2	3		300
Свекольник	250	20,26	115	2	4	15		4		33	63	27	1	34
Жаркое по-домашнему	210	52,94	312	18	18	17		2		27	112	44	3	436
Хлеб пшеничный 1С	50	4,20	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Сок в ассортименте	200	10,00	92	1		20				14	14	8	3	293
Шоколадный батончик	100	18,00	47			10								
Всего	1210	125,69	1061	34	31	155		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	
25.09.2026, 2 ст. ОБЗ														
Макаронник с сыром	200	23,63	280	6	9	44				166		136	1	114
Хлеб пшеничный 1С	50	4,20	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Чай с сахаром	200	1,82	49			12				10	2	3		300
Свекольник	300	25,55	138	3	5	18		5		40	75	33	1	34
Жаркое по-домашнему	240	60,43	416	24	24	23		3		35	128	59	4	436
Хлеб пшеничный 1С	50	4,20	118	4	1	24				12	44	17	1	13 002
Сок в ассортименте	200	10,00	92	1		20				14	14	8	3	293
Шоколадный батончик	100	18,00	47			10								
Всего	1340	147,83	1258	42	40	175		8		289	307	273	11	

Руководитель СП школа р.п. Сараны

Т,В.Пашкова