

МКОУ «Нижнегнутовская СШ»

Меню на 23.06.2025 г.

Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.		№ рецепта
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	
Бутерброд со сливочным маслом	30/20	30/20	209	209	1(1) 384(2)
Каша рисовая вязкая на молоке	250	250	369	369	943(3)
Чай чёрный с сахаром	180	200	52	57.7	ТТК36
Яблоко	100	100	44	44	ТТК78
Хлеб пшеничный в/с	30	50	57	95	1(1)
Итого	610	650	731	774.7	

Второй прием пищи

Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.		№ рецепта
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	
Огурцы свежие (нарезка)	60	100	12	15	751 ТТК53
Борщ со свежей капустой, картофелем и фасолью	200	250	254	254	591
Гуляш	90	100	283	283	378

Хлеб пшеничный	40	40	76	76	ТТК79
Хлеб ржаной	40	40	84	84	751
Всего	780	910	1074	1123	
Итого за день	1390	1560	1805	1897.7	



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



УТВЕРЖДАЮ
Директор Гладкова Т.А.

МКОУ «Нижнегнутовская СШ»

Меню на 24.06.2025 г.

Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.		№ рецепта
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	
Бутерброд со сливочным маслом	30/20	30/20	209	209	1(1)
Каша пшеничная вязкая на молоке	250	250	348	348	384(2)
Чай чёрный с сахаром	180	200	52	57.7	943(3)
Хлеб пшеничный в/с	30	50	57	95	ТТК78
ИТОГО	510	550	666	709.7	

Второй прием пищи (для детей с ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.		№ рецепта
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	
Салат из свежих помидоров и огурцов	60	100	50	93	59
Суп картофельный с пшеном на к/б	200	250	167	167	206(3)
Котлета куриная по-домашнему	90	100/20	211	321	ТТК102
Макаронные изделия отварные со сливочным маслом	140/10	170/10	222	266	414(1)
Сок мультифруктовый	200	200	92	92	ТТК33

Хлеб пшеничный	40	40	76	76	ТТК78
Хлеб ржаной	40	40	84	84	ТТК79
Всего	780	930	902	1099.0	
Итого за день	1290	1480	1568	1808.7	



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



МКОУ «Нижнегнутовская СШ»

Меню на 25.06.2025 г.

Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.		№ рецепта
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	
Бутерброд со сливочным маслом	30/20	30/20	209	209	1(1)
Каша овсяная вязкая на молоке	250	250	348	348	384(2)
Какао с молоком	200	200	137	137	959
Хлеб пшеничный в/с	30	50	57	95	ТТк78
всего	530	550	751	789	

Второй прием пищи

Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.		№ рецепта
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	
Салат овощной Свежесть	60	100	92	153	ТТк56
Суп с макаронными изделиями и картофелем на к/б	200	250	101	101	217
Печень, тушённая в соусе	100	100	169	169	592
Картофельное пюре со сливочным маслом	140/10	170/10	190	228	299

Чай с лимоном	200/7	200/7	57	57	944
Хлеб пшеничный	40	40	76	76	Ттк78
Хлеб ржаной	40	40	84	84	Ттк79
Всего	797	917	769	868	
Итого за день	1327	1467	1520	1657	



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



УТВЕРЖДАЮ
Директор Гладкова Т.А.

МКОУ «Нижнегнутовская СШ»

Меню на 26.06.2025 г.

Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.		№ рецепта
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	
Бутерброд со сливочным маслом	30/20	30/20	209	209	1(1)
Каша ячневая вязкая на молоке	250	250	348	348	384(2)
Чай чёрный с сахаром	180	200	52	57.7	943(3)
Хлеб пшеничный в/с	30	30	57	57	ТТК78
Яблоко	140	140	62	62	ТТК36
всего	700	670	728	733.7	

Второй прием пищи

Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.		№ рецепта
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	
Огурцы свежие (нарезка)	60	100	12	15	751
Суп картофельный с рисом на к/б	200	250	109	109	204(3)
Тефтели из мяса кур с соусом	100/40	70/30	289	206	618
Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	140/10	180	233	99	378

Сок мультифруктовый	200	200	92	92	ТТК33
Хлеб пшеничный	40	40	76	76	ТТК78
Хлеб ржаной	40	40	84	84	ТТК79
Всего	830	910	895	681	
Итого за день	1530	1580	1623	1414.7	



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



УТВЕРЖДАЮ
Директор Гладкова Т.А.

МКОУ «Нижнегнутовская СШ»

Меню на 27.06.2025 г.

Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.		№ рецепта
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	
Бутерброд с сыром и сливочным маслом	30/25/104	30/10/25	220	220	21
Каша манная вязкая на молоке	250	250	348	348	384(2)
Чай чёрный с сахаром	180	200	52	57.7	943(3)
Хлеб пшеничный в/с	30	50	57	95	ТТК78
всего	525	565	677	720.7	

Второй прием пищи

Наименование блюда	Масса порции, г.		Калорийность, ккал.		№ рецепта
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	
Салат из свежих помидоров и огурцов	60	100	50	83	59
Суп картофельный с горохом на к/б	200	250	148	148	206
Котлета куриная Приоскольская	100	100	430	430	ТТК42
Макаронные изделия отварные со сливочным маслом	140/10	170/10	222	266	414(1)

Чай с лимоном	200/7	200/7	57	57	944(2)
Хлеб пшеничный	40	40	76	76	ТТК78
Хлеб ржаной	40	40	84	84	ТТК79
Всего	797	917	1067	1144	
Итого за день	1322	1482	1744	1864.7	