

Меню малоимущие  
на " 02.09.2026г.



| Пищевые вещества, г |       |          | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал | Прием пищи, наименование блюда | масса<br>порции,<br>г |  |
|---------------------|-------|----------|-------------------------------------|--------------------------------|-----------------------|--|
| белки               | жиры  | углеводы |                                     |                                |                       |  |
|                     |       |          |                                     | <b>Завтрак</b>                 |                       |  |
| 6,4                 | 5,9   | 39,4     | 236,2                               | Макароны отварные              | 180                   |  |
| 15,3                | 14,8  | 3,5      | 208,6                               | Гуляш из говядины              | 90                    |  |
| 0,2                 | 0,1   | 3        | 13,4                                | Чай с лимоном и сахаром        | 200                   |  |
| 2,6                 | 0,5   | 13,4     | 68,3                                | Хлеб ржаной                    | 30                    |  |
| 3                   | 0,3   | 19,7     | 93,8                                | Хлеб пшеничный                 | 40                    |  |
| 2,5                 | 10,1  | 10,4     | 143                                 | Салат из белокачанной капусты  | 100                   |  |
|                     |       |          |                                     |                                |                       |  |
| 20,4                | 31,6  | 86       | 746,2                               |                                | 640                   |  |
| <b>Обед</b>         |       |          |                                     |                                |                       |  |
| 5,28                | 8,9   | 11,48    | 150,15                              | Борщ со сметаной               | 250                   |  |
| 0,14                | 0,04  | 9,53     | 39,99                               | Чай с сахаром                  | 200                   |  |
| 3,35                | 0,35  | 25,15    | 120                                 | Хлеб пшеничный                 | 50                    |  |
|                     |       |          |                                     |                                |                       |  |
|                     |       |          |                                     |                                |                       |  |
|                     |       |          |                                     |                                |                       |  |
|                     |       |          |                                     |                                |                       |  |
| 10,45               | 11,83 | 45,51    | 339,21                              |                                | 500                   |  |
| 28,59               | 29,89 | 128,21   | 921,37                              |                                | 0                     |  |

Кронисва Е Ю.



Меню ОБЗ  
на " 03.09.2026г.

| Пищевые вещества, г |       |          | Энергетическая ценность, ккал | Прием пищи, наименование блюда            | масса порции, г |  |
|---------------------|-------|----------|-------------------------------|-------------------------------------------|-----------------|--|
| белки               | жиры  | углеводы |                               |                                           |                 |  |
| Завтрак             |       |          |                               |                                           |                 |  |
| 15,3                | 14,7  | 38,6     | 348,2                         | Плов с отварной говядины                  | 200             |  |
| 1,1                 | 3,2   | 10       | 73,4                          | Салат из свеклы с куратой и изюмом        | 60              |  |
| 4,7                 | 3,5   | 8,9      | 85,9                          | Какао с молоком                           | 200             |  |
| 3,8                 | 0,4   | 24,6     | 117,2                         | Хлеб пшеничный                            | 50              |  |
| 2,6                 | 0,5   | 13,4     | 68,3                          | Хлеб ржаной                               | 40              |  |
|                     |       |          |                               |                                           |                 |  |
|                     |       |          |                               |                                           |                 |  |
| 27,5                | 22,3  | 95,5     | 693                           |                                           | 550             |  |
| Обед                |       |          |                               |                                           |                 |  |
| 2,05                | 3,1   | 12,58    | 86,5                          | Суп картофельный с клецками               | 250             |  |
| 28,4                | 28,86 | 36,23    | 266,66                        | Курица тушеная с морковью сметанной соусе | 100             |  |
| 4,4                 | 5,3   | 30,5     | 187,1                         | Каша перловая рассыпчат.                  | 180             |  |
| 3,35                | 0,35  | 25,15    | 120                           | Хлеб пшеничный                            | 50              |  |
| 4,5                 | 2     | 6,5      | 62                            | Йогурт 2,0%                               | 100             |  |
| 1,28                | 0     | 23,76    | 98,9                          | Сок персиковый                            | 200             |  |
| 0                   | 0     | 0        | 0                             | Хлеб ржаной                               | 40              |  |
| 34,6                | 18,7  | 132,2    | 835,7                         |                                           | 920             |  |
| 62,1                | 41    | 227,7    | 1528,7                        |                                           | 1470            |  |

Утверждено:  
 Директор МКОУ Саловской СОШ  
 Кронцева Е.Ю.



Меню ОБЗ  
 на 04.09.2026г.

| Пищевые вещества, г |       |          | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал | Примем пищи, наименование блюда           | масса<br>порции,<br>г |
|---------------------|-------|----------|-------------------------------------|-------------------------------------------|-----------------------|
| белки               | жиры  | углеводы |                                     |                                           |                       |
|                     |       |          |                                     | <b>Завтрак</b>                            |                       |
| 3,05                | 10,05 | 19,32    | 179,45                              | Картофельное пюре                         | 150                   |
| 13,4                | 8,28  | 5,06     | 147,6                               | Рыба запеченная в сметанном соусе(минтай) | 80                    |
| 0,14                | 0,04  | 9,53     | 39,99                               | Чай с сахаром                             | 180                   |
| 3,35                | 0,35  | 25,15    | 120                                 | Хлеб пшеничный                            | 50                    |
| 1,5                 | 6,1   | 6,2      | 85,5                                | Салат винегрет с растительным маслом      | 60                    |
|                     |       |          |                                     |                                           |                       |
|                     |       |          |                                     |                                           |                       |
| 21,44               | 24,82 | 55,26    | 572,54                              |                                           | 520                   |

|             |       |        |         |                                  |     |  |
|-------------|-------|--------|---------|----------------------------------|-----|--|
| <b>Обед</b> |       |        |         |                                  |     |  |
| 3,98        | 6,22  | 6,96   | 100,91  | Щи из свежей капусты со сметаной | 250 |  |
| 17,02       | 8,11  | 44,59  | 318,22  | Пельмени мясные                  | 200 |  |
| 1,28        | 0     | 23,76  | 98,9    | Сок яблочный                     | 200 |  |
| 3,35        | 0,35  | 25,15  | 120     | Хлеб пшеничный                   | 50  |  |
| 0,6         | 0,6   | 14,7   | 70,5    | яблоко                           | 150 |  |
|             |       |        |         |                                  |     |  |
| 26,23       | 15,28 | 115,16 | 708,53  |                                  | 850 |  |
| 46,04       | 55,7  | 191,56 | 1464,04 |                                  | 0   |  |