



"Утверждаю"

И.о. директора MAOU SOSh №24

Е.Н. Самылина

МЕНЮ

Февраль 2026 г. Май 2026 г.

Рацион: Льготники

Родительская плата

Сотрудники

Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб	Доля, %
			всего	в т.ч.	всего	в т.ч.				
1 день										
Обед										
-	Огурец свежий	75	0,59	0	0,07	0,07	2,57	13,07	29,72	
16/2	Суп картофельный с бобовыми (с	250	9,12	0	7,37	5,44	19,83	195,9	12,98	
46/3	Макаронные изделия отварные	200	7,07	0,04	3,97	0,88	45,48	290,3	17,00	
16/8	Котлета школьная	100	10,87	9,27	23,41	2,4	10,07	327,22	51,43	
-	Хлеб пшеничный	60	3,97	0	0,35	0,35	31,08	143,6	5,64	
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	2,07	
6/10	Компот из клюквы	200	0,05	0	0,02	0,02	10,46	40,47	5,26	
	Итого за 'Обед'		33,65	9,31	35,55	9,52	132	741,4	124,10	100,00
	Итого за день		33,65	9,31	35,55	9,52	132	741,4	124,10	
	Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)		31,5	0	32,2	0	134,1	952		
	Отклонение		2,15	9,31	3,35	9,52	-2,05	-211		
	Содержание, % от калорийности		14		34		52			

2 день

Обед

-	Помидор	75	0,81	0	0,15	0,15	3,82	19,06	28,82	
18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями (с чищен	250	4,44	0	2,51	2,51	29,09	154	14,76	
-	Мясо кур отварное	15	3,54	3,77	3,35	0	0	44,33	8,11	
48/3	Горошница	200	13,52	0,03	3,78	1,4	38,71	251	8,60	
5/9	Биточки (котлеты) рубленые из птицы	100	17,93	0,59	10,8	4,72	15,18	230	45,56	
-	Хлеб пшеничный	60	3,97	0	0,35	0,35	31,08	143,6	5,64	
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	2,07	
10/10	Компот из кураги	200	0,51	0	0,03	0,03	11,59	43,8	3,82	
Итого за 'Обед'			46,7	4,39	21,33	9,52	142	943,7	117,38	100,00
Итого за день			46,7	4,39	21,33	9,52	142	943,7	117,38	

Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)	31,5	0	32,2	0	134,1	952
Отклонение	15,2	4,39	-10,9	9,52	7,93	-8,27
Содержание, % от калорийности	21		22		57	

3 день

Обед

-	Огурец свежий	75	0,59	0	0,07	0,07	2,57	13,07	29,72	
2/2	Борщ (с чищен картоф на бульоне	250	6,04	0,3	7,5	4,15	12,95	158,8	16,93	
38/3	Рис отварной	200	5,08	0,07	7,11	0,72	53,25	347,2	15,09	
12/7	Биточки рыбные из горбуши	100	19,42	18,28	9,26	0,13	8,52	217,4	79,26	
-	Хлеб пшеничный	60	3,97	0	0,35	0,35	31,08	143,6	5,64	
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	2,07	
-	Кисель с витаминами Витошка	200	0	0	0	0	22,33	91,53	11,00	

Итого за 'Обед' 37,08 18,65 24,65 5,78 143,2 1030 159,71 100,00

Итого за день 37,08 18,65 24,65 5,78 143,2 1030 159,71

Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)

Отклонение

Содержание, % от калорийности

5,58 18,65 -7,55 5,78 9,16 77,68 16 24 60

4 день

Обед

-	Помидор	75	0,81	0	0,15	0,15	3,82	19,06	28,82	
11/2	Рассольник с крупой и сметаной	250	6,34	0,13	7,31	5,34	16,17	172,3	24,68	
39/3	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	200	8,71	0,07	8,66	2,26	45,43	282,9	12,02	
5/9	Биточки (котлеты) из филе куриного	100	16,31	0,04	4,23	0,12	7,68	168,6	51,77	
-	Хлеб пшеничный	60	3,97	0	0,35	0,35	31,08	143,6	5,64	
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	2,07	
37/10	Напиток из шиповника	200	0,5	0	0,21	0,21	15,27	58,44	5,89	

Итого за 'Обед' 38,62 0,24 21,27 8,79 132 903 130,89 100,00

Итого за день 38,62 0,24 21,27 8,79 132 903 130,89

Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)	31,5	0	32,2	0	134,1	952
Отклонение	7,12	0,24	-10,9	8,79	-2,09	-49
Содержание, % от калорийности	19		24		57	

[illegible]

6 день
Обед

[illegible]

Содержание, % от
калорийности

13

35

52

7 день
Обед

-	Помидор	75	0,81	0	0,15	0,15	3,82	19,06	28,82	
7/2	Щи из свежей капусты со сметаной (с чищен	250	5,72	0,13	4,96	2,67	9,07	99,95	15,18	
39/3	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	200	8,71	0,07	8,66	2,26	45,43	282,9	12,02	
5/9	Биточки (котлеты) рубленые из птицы	100	17,93	0,59	10,8	4,72	15,18	230	45,56	
-	Хлеб пшеничный	60	3,97	0	0,35	0,35	31,08	143,6	5,64	
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	2,07	
-	Кисель с витаминами Витошка	200	0	0	0	0	22,33	91,53	11,00	
Итого за 'Обед'			39,12	0,79	25,28	10,51	139,4	925,1	120,29	100,00
Итого за день			39,12	0,79	25,28	10,51	139,4	925,1	120,29	
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)			31,5	0	32,2	0	134,1	952		
Отклонение			7,62	0,79	-6,92	10,51	5,37	-26,9		
Содержание, % от калорийности			18		26		57			

8 день
Обед

-	Огурец свежий	75	0,59	0	0,07	0,07	2,57	13,07	29,72	
2/2	Борщ (с чищен картоф на бульоне	250	6,04	0,3	7,5	4,15	12,95	158,8	16,93	
38/3	Рис отварной	200	5,08	0,07	7,11	0,72	53,25	347,2	15,09	
12/7	Котлеты рыбные из скумбрии	100	16,1	15,02	13,76	0,12	8,07	221	67,00	
-	Хлеб пшеничный	60	3,97	0	0,35	0,35	31,08	143,6	5,64	
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	2,07	
10/10	Компот из кураги	200	0,51	0	0,03	0,03	11,59	43,8	3,82	
Итого за 'Обед'			34,27	15,39	29,18	5,8	132	985,5	140,27	100,00
Итого за день			34,27	15,39	29,18	5,8	132	985,5	140,27	
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)			31,5	0	32,2	0	134,1	952		
Отклонение			2,77	15,39	-3,02	5,8	-2,03	33,51		
Содержание, % от калорийности			15		30		55			

9 день

Обед

-	Помидор	75	0,81	0	0,15	0,15	3,82	19,06	28,82	
16/2	Суп картофельный с бобовыми (с чищен картоф на	250	9,12	0	7,37	5,44	19,83	195,9	12,98	
46/3	Макаронные изделия отварные	200	7,07	0,04	3,97	0,88	45,48	290,3	17,00	
5/9	Биточки (котлеты) из филе куриного	100	16,31	0,04	4,23	0,12	7,68	168,6	51,77	
-	Хлеб пшеничный	60	3,97	0	0,35	0,35	31,08	143,6	5,64	
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	2,07	
-	Напиток с витаминами Витошка	200	0	0	0	0	18,95	70,71	8,20	
Итого за 'Обед'			39,26	0,08	16,43	7,3	139,4	946,2	126,48	100,00
Итого за день			39,26	0,08	16,43	7,3	139,4	946,2	126,48	
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)			31,5	0	32,2	0	134,1	952		
Отклонение			7,76	0,08	-15,8	7,3	5,3	-5,81		
Содержание, % от калорийности			19		18		63			

10 день

Обед

-	Огурец свежий	75	0,59	0	0,07	0,07	2,57	13,07	29,72	
11/2	Рассольник с крупой и сметаной	250	6,34	0,13	7,31	5,34	16,17	172,3	24,68	
48/3	Горошница	200	13,52	0,03	3,78	1,4	38,71	251	8,60	
16/8	Котлета детская	100	17,22	9,27	24	2,4	10,07	324,6	46,37	
-	Хлеб пшеничный	60	3,97	0	0,35	0,35	31,08	143,6	5,64	
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,01	2,07	
37/10	Напиток из шиповника	200	0,5	0	0,21	0,21	15,27	58,44	5,89	
Итого за 'Обед'			44,12	9,43	36,08	10,13	126,4	1021	122,97	100,00
Итого за день			44,12	9,43	36,08	10,13	126,4	1021	122,97	
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)			31,5	0	32,2	0	134,1	952		
Отклонение			12,62	9,43	3,88	10,13	19,67	69,03		
Содержание, % от калорийности			19		35		47			
Итого за период			380,3	77,16	279	83,52	1337	9513	1301,57	
Содержание, % от калорийности			15,99		26,39		54,07	951,3		