



Организация осуществляющая
питание: ИП Юмагурова Я.С.

/Юмагурова Я.С./



Директор
МКОУ Красноярской СШ
А.В. Власов

МКОУ «Красноярская СШ»

Меню на 15 декабря 2025 г.

Завтрак первая неделя первый день

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г						Калорийность, ккал.	№ рецепта
			Б	Ж	У	Б	Ж	У		
Салат из белокочанной капусты	100	100	1.5	5.1	7.1	1.5	5.1	7.1	80	79
Котлета куриная Приоскольская	100	100	15	19,6	21,8	15	19,6	21,8	323	323
Макаронные изделия отварные	180	180	6,1	6.5	37	6,1	6.5	37	231	231
Чай с сахаром и лимоном	200	200	0.5	0.2	15,1	0.5	0.2	15,1	57	944
Хлеб пшеничный в/с	60	60	4.9	0.8	21.7	4.9	0.8	21.7	114	114
Итого:	640	640	28	32.2	102.7	28	32.2	102.7	805	805

Второй прием пищи (для детей с ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г						Калорийность, ккал.	№ рецепта
			Б	Ж	У	Б	Ж	У		
Фрукты свежие	140	140	0.6	0.6	13.7	0.6	0.6	13.7	62	62
	780	780	28.6	32.8	116.4	28.6	32.8	116.4	867	867



Организация осуществляющая
питание ИП Юмагурова Я.С.

/Юмагурова Я.С./



Директор
МКОУ Красноярской СШ
А.В. Власов

МКОУ «Красноярская СШ»

Меню на 16 декабря 2025 г.

Завтрак первая неделя второй день

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г						Калорийность, ккал.	№ рецепта	
			Б	Ж	У	Б	Ж	У			
<i>Суп картофельный с вермишелью и мясом кур</i>	250	250	8,1	3,1	17,4	8,1	3,1	17,4	130	130	208
<i>Какао с молоком</i>	200	200	3,3	3.5	20.5	3,3	3.5	20.5	127	127	959
<i>Сдоба с творогом</i>	100	100	15,8	13.2	15,6	15,8	13.2	15,6	244	244	TTK 99
<i>Хлеб пшеничный в/с</i>	60	60	4.9	0.8	21.7	4.9	0.8	21.7	114	114	TTK 183
Итого:	610	610	32.1	20.6	75.2	32.1	20.6	75.2	615	615	

Второй прием пищи (для детей с ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г						Калорийность, ккал.	№ рецепта	
			Б	Ж	У	Б	Ж	У			
<i>Фрукты свежие</i>	140	140	0.6	0.6	13.7	0.6	0.6	13.7	62	62	847
	750	750	32.7	21.2	88.9	32.7	21.2	88.9	677	677	



Организация осуществляющая
питание ИП Юмагурова Я.С.

/Юмагурова Я.С./



Директор
МКОУ Красноярской СШ
А.В. Власов

МКОУ «Красноярская СШ»

Меню на 17 декабря 2025 г.

Завтрак первая неделя третий день

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г						Калорийность, ккал.	№ рецепта
			Б	Ж	У	Б	Ж	У		
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет		
Салат из квашеной капусты	100	100	1,6	5	5.4	1,6	5	5.4	73	81
Биточки из мяса птицы	100	100	19.2	4.9	11.1	19.2	4.9	11.1	165	TTK 184
Пюре картофельное	180	180	3.3	5.4	22.8	3.3	5.4	22.8	153	694
Чай с сахаром и лимоном	200	200	0.5	0.2	15.1	0.5	0.2	15.1	57	944
Хлеб пшеничный в/с	60	60	4.9	0.8	21.7	4.9	0.8	21.7	114	TTK 183
Итого:	640	640	29.5	16.3	76.1	29.5	16.3	76.1	562	

Второй прием пищи (для детей с ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г						Калорийность, ккал.	№ рецепта
			Б	Ж	У	Б	Ж	У		
Фрукты свежие	140	140	0.6	0.6	13.7	0.6	0.6	13.7	62	847
	780	780	30.1	16.9	89.8	30.1	16.9	89.8	624	624



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



Директор
МКОУ Красноярской СШ
А.В. Власов

МКОУ «Красноярская СШ»

Меню на 18 декабря 2025 г.

Завтрак первая неделя четвертый день

Наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г						Калорийность, ккал.	№ рецепта		
		Б	Ж	У	Б	Ж	У				
		Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет				
<i>Салат овощной Свежесть</i>	100	100	1.5	7.1	5.2	1.5	7.1	5.2	91	91	TTK 56
<i>Гуляш</i>	120	120	15.8	28	4.9	15.8	28	4.9	334	334	591
<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	180	180	8.9	8.1	42.5	8.9	8.1	42.5	279	279	378
<i>Чай с сахаром</i>	200	200	0.6	0.2	14.8	0.6	0.2	14.8	56	56	943
<i>Хлеб пшеничный в/с</i>	60	60	4.9	0.8	21.7	4.9	0.8	21.7	114	114	TTK 183
Итого:	660	660	31.7	44.2	89.1	31.7	44.2	89.1	874	874	

Второй прием пищи (для детей с ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г						Калорийность, ккал.	№ рецепта		
		Б	Ж	У	Б	Ж	У				
Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет		
<i>Фрукты свежие</i>	140	140	0.6	0.6	13.7	0.6	0.6	13.7	62	62	847
	800	800	31,8	44.8	89,7	31,8	44.8	89,7	936	936	



Организация осуществляющая
питание ИП Юмагулова Я.С.

Юмагулова Я.С./



Директор
МКОУ Красноярской СШ
А.В. Власов

МКОУ «Красноярская СШ»

Меню на 19 декабря 2025 г.

Завтрак первая неделя пятый день

Наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г						Калорийность, ккал.	№ рецепта	
		Б	Ж	У	Б	Ж	У			
Салат из свежих огурцов и помидоров	100	100	0.9	5.1	3.2	0.9	5.1	3.2	62	62
Филе рыбы запечённое	100	100	17.4	8.4	6.1	17.4	8.4	6.1	169	169
Пюре картофельное	180	180	3.3	5.4	22.8	3.3	5.4	22.8	153	153
Компот из сухофруктов	200	200	0	0	15	0	0	15	60	60
Хлеб пшеничный в/с	60	60	4.9	0.8	21.7	4.9	0.8	21.7	114	114
Итого:	640	640	26.5	19.7	68.8	26.5	19.7	68.8	558	558

Второй прием пищи (для детей с ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции, г.	Пищевые вещества, г						Калорийность, ккал.	№ рецепта	
		Б	Ж	У	Б	Ж	У			
Фрукты свежие	140	140	0.6	0.6	13.7	0.6	0.6	13.7	62	62
	780	780	27.1	20.3	82.5	27.1	20.3	82.5	620	620