



Организация осуществляющая

Питание ИП Юмагулова Я.С.

/Юмагулова Я.С./



Директор  
МКОУ Красноярской СШ  
А.В. Власов

## МКОУ Красноярская СШ

Меню на 06 апреля 2026 г.

Завтрак вторая неделя первый день

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г						Калорийность, ккал.		№ рецепта
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	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 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет			
<i>Салат из белокачанной капусты</i>	100	100	1.5	5.1	7.1	1.5	5.1	7.1	80	80	40
<i>Котлета куриная Приоскольская</i>	100	100	15	19,6	21,8	15	19,6	21,8	323	323	138
<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	180	180	8.9	8.1	42.5	8.9	8.1	42.5	279	279	43
<i>Чай с сахаром и лимоном</i>	200	200	0	0	15.1	0	0	15.1	61	61	39
<i>Хлеб пшеничный в/с</i>	60	60	4.9	0.8	21.7	4.9	0.8	21.7	114	114	183
<b>Итого:</b>	<b>640</b>	<b>640</b>	<b>30.3</b>	<b>33.6</b>	<b>108.2</b>	<b>30.3</b>	<b>33.6</b>	<b>108.2</b>	<b>857</b>	<b>857</b>	

### Второй прием пищи (для детей с ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г						Калорийность, ккал.		№ рецепта
	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	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 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет			
<i>Яблоко свежее</i>	100	100	0,4	0,4	9,8	0,4	0,4	9,8	44	44	36
	740	740	30.7	34	118	30.7	34	118	901	901	



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



## МКОУ Красноярская СШ

Меню на 07 апреля 2026 г.

Завтрак вторая неделя второй день

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г						Калорийность, ккал.		№ реце пта
			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 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	
<i>Каша молочная рисовая</i>	250	250	6,5	12,3	48,2	6,5	12,3	48,2	330	330	59
<i>Чай с сахаром</i>	200	200	0	0	15,0	0	0	15,0	56	56	38
<i>Пирожок печёный с конфитюром</i>	100	100	6,0	8,4	42,2	6,0	8,4	42,2	268	268	98
<i>Хлеб пшеничный в/с</i>	60	60	4,9	0,8	21,7	4,9	0,8	21,7	114	114	183
<b>Итого:</b>	<b>610</b>	<b>610</b>	<b>17,4</b>	<b>21,5</b>	<b>127,1</b>	<b>17,4</b>	<b>21,5</b>	<b>127,1</b>	<b>768</b>	<b>768</b>	

### Второй прием пищи (для детей с ОВЗ)

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г						Калорийность, ккал.		№ реце пта
			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 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	
<i>Яблоко свежее</i>	100	100	0,4	0,4	9,8	0,4	0,4	9,8	44	44	36
	<b>710</b>	<b>710</b>	<b>17,8</b>	<b>21,9</b>	<b>136,9</b>	<b>17,8</b>	<b>21,9</b>	<b>136,9</b>	<b>812</b>	<b>812</b>	



**МКОУ Красноярская СШ**  
**Меню на 08 апреля 2026 г.**  
**Завтрак вторая неделя третий день**

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г						Калорийность, ккал.		№ рец еп та
			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 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 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	56
<i>Филе кур, тушенное в соусе</i>	110	110	21	9.5	7.8	21	9.5	7.8	201	201	27
<i>Макаронные изделия отварные</i>	180	180	6.1	6.5	37.0	6.1	6.5	37.0	231	231	30
<i>Компот из вишни сушеной</i>	200	200	0	0	16.0	0	0	16.0	64	64	281
<i>Хлеб пшеничный в/с</i>	60	60	4.9	0.8	21.7	4.9	0.8	21.7	114	114	183
<b>Итого:</b>	<b>650</b>	<b>650</b>	<b>33.5</b>	<b>23.9</b>	<b>87.7</b>	<b>33.5</b>	<b>23.9</b>	<b>87.7</b>	<b>701</b>	<b>701</b>	

**Второй прием пищи (для детей с ОВЗ)**

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г						Калорийность, ккал.		№ рец еп та
			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 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	
<i>Яблоко свежее</i>	100	100	0,4	0,4	9,8	0,4	0,4	9,8	44	44	36
	750	750	33.9	24.3	97.5	33.9	24.3	97.5	745	745	



**МКОУ Красноярская СШ**  
**Меню на 09 апреля 2026 г.**  
**Завтрак вторая неделя четвертый день**

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г						Калорийность, ккал.		№ рецеп та
			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 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	
<i>Салат из квашеной капусты</i>	100	100	1.6	5.0	5.4	1.6	5.0	5.4	73	73	97
<i>Плов из мяса кур</i>	200	200	20.3	10.7	33.4	20.3	10.7	33.4	311	311	41
<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	200	200	0	0	15.0	0	0	15.0	60	60	32
<i>Хлеб пшеничный в/с</i>	60	60	4.9	0.8	21.7	4.9	0.8	21.7	114	114	183
<b>Итого:</b>	<b>560</b>	<b>560</b>	<b>26.8</b>	<b>16.5</b>	<b>75.5</b>	<b>26.8</b>	<b>16.5</b>	<b>75.5</b>	<b>558</b>	<b>558</b>	

**Второй прием пищи (для детей с ОВЗ)**

Наименование блюда	Масса порции, г.		Пищевые вещества, г						Калорийность, ккал.		№ рецеп та
			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 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	
<i>Яблоко свежее</i>	100	100	0,4	0,4	9,8	0,4	0,4	9,8	44	44	36
	660	660	27.2	16. 9	85.3	27.2	16.9	85.3	602	602	



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



Директор  
МКОУ Красноярской СШ  
А.В. Власов

**МКОУ Красноярская СШ**  
**Меню на 10 апреля 2026 г.**  
**Завтрак вторая неделя пятый 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 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	
<i>Каша молочная манная</i>	250	250	3.8	9.1	38.9	3.8	9.1	38.9	252	252	176
<i>Чай с сахаром</i>	200	200	0	0	15.0	0	0	15.0	56	56	38
<i>Сдоба с творогом</i>	100	100	15.8	13.2	15.6	15.8	13.2	15.6	244	244	87
<i>Хлеб пшеничный в/с</i>	60	60	4.9	0.8	21.7	4.9	0.8	21.7	114	114	183
<b>Итого:</b>	<b>610</b>	<b>610</b>	<b>24.5</b>	<b>23.1</b>	<b>91.2</b>	<b>24.5</b>	<b>23.1</b>	<b>91.2</b>	<b>666</b>	<b>666</b>	

**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 7-11 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 12-18 лет	Возраст 7-11 лет	Возраст 12-18 лет	
<i>Яблоко свежее</i>	100	100	0,4	0,4	9,8	0,4	0,4	9,8	44	44	36
	710	710	24,9	23,5	101	24,9	23,5	101	710	710	

