

Утверждаю:

Директор МКОУ Тогучинского района
«Дергоусовская основная школа»



Н.И. Сатыгина

01.09.2026.

**Перспективное
10-дневное меню
для организации питания детей
МКОУ Тогучинского района «Дергоусовская основная школа»
в возрасте от 7 до 11 лет
(осенне – зимний период)**

Школа

МКОУ Толучинского района "Дергузовская основная школа"

Утвердил: должность

Директор

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Сатыхина Н.И.

фамилия

Возрастная категория

7-11 лет

дата

1 9 2026

день

месяц

год

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюдо	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
1	1	Завтрак	гор.блюдо								
			гор.напиток								
			хлеб								
			итого				0,00	0,00	0,00		0,00
1	1	Обед	закуска	Салат из отварной свеклы	100	1,30	2,70	4,60	45,60	54-13з	7,00
			1 блюдо	Рассольник ленинградский	200	23,70	29,00	68,10	627,60	54-3с	24,54
			2 блюдо	Котлеты по-киевски	100	20,25	17,00	15,00	350,00	пром	43,30
			гарнир	Гречка отварная	150	8,30	6,30	36,00	233,70	54-4г	11,00
			сладкое	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	54-2гн	5,73
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	50	6,40	0,80	39,20	188,00	пром	5,20
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	50	4,90	0,70	23,10	64,40	пром	5,80
			итого		850	65,05	53,80	187,90	1536,10		102,62
1	1	Итого за день:			850	65,05	53,80	187,90	1536,10		102,62
1	2	Завтрак	гор.блюдо								
			гор.напиток								
			хлеб								
			фрукты								
			итого		0	0,00	0,00	0,00	0,00		0,00
1	2	Обед	закуска	Овощная нарезка из огурца	60	0,50	0,10	1,50	8,50	54-2з	10,00

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]