

Директор МКОУ «СОШ №3» ст. П. Куркужин
Б.М. Нартоков



Меню приготавливаемых блюд за 2025-2026 учебный год
для учащихся 1-4 классов (ГПД)
Возрастная категория: 7-11 лет

№	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
Неделя 1 День 1						
	Яйцо отварное	50	4,8	4	0,3	56
	Морковь отварная в нарезке	60	0,8	2	4,1	37,6
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
	Хлеб пшеничный	50	4,48	0,64	21,3	110
		360				
Неделя 1 День 2						
	Каша рисовая на молоке со слив. маслом	250	8	6	24	132
	Хлеб пшеничный	50	4,48	0,64	21,3	110
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
		500				
Неделя 1 День 3						
	Суп крестьянский	250	2	2	5	108
	Хлеб пшеничный	40	4,48	0,64	21,3	110
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
	Вафли	20	9	6	10	124
		510				
Неделя 1 День 4						
	Соус картофельный	250	2	2	5	211
	Хлеб пшеничный	40	4,48	0,64	21,3	110
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
		490				
Неделя 1 День 5						
	Запеканка из творога	150	8	6	24	132
	Печенье	40	0,7	0,3	16,2	127
	Хлеб пшеничный	50	4,48	0,64	21,3	110
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
		440				
Неделя 2 День 1						
	Булочка сдобная	140	4	3	3	41
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
	Йогурт	200	9	6	10	167
		540				

Неделя 2 День 2

	Суп гречневый	250	2	2	5	56
	Хлеб пшеничный	40	4,48	0,64	21,3	110
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
		490				

Неделя 2 День 3

	Яйцо отварное	50	4,8	4	0,3	56
	Вафли	20	9	6	10	124
	Хлеб пшеничный	50	4,48	0,64	21,3	110
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
		320				

Неделя 2 День 4

	Борщ со сметаной	250	2	2	5	56
	Хлеб пшеничный	40	4,48	0,64	21,3	110
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
		490				

Неделя 2 День 5

	Каша рисовая на молоке со сливочным маслом	250	8	6	24	132
	Хлеб пшеничный	40	4,48	0,64	21,3	110
	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
		490				