



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ им.Т.Рахманова
с.Верхнеяркеево

Шафигова Г.И.

МЕНЮ на 15.09.2022 г.

Для детей, питающихся за счет родительского взноса (5-11 кл.)

| № реп. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|------------------|---------------------------------------|-----------------|----------------------|-------|-------|-----------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 41 | Салат Студенческий | 80 | 3 | 8,4 | 4,9 | 107 |
| 68,0 | Голубцы ленивые | 220/40 | 17,50 | 12,30 | 13,30 | 233,0 |
| 283 | Чай с сахаром | 200 | | | 9,98 | 39,9 |
| 420,06 | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами | 50 | 4 | 0,5 | 27,5 | 130 |
| Итого за Завтрак | | 590 | 24,5 | 21,2 | 55,68 | 509,9 |

Для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей

| | | | | | | |
|--------|---|--------|-------|-------|-------|--------|
| 41 | Салат Студенческий | 80 | 3 | 8,4 | 4,9 | 107 |
| 68,0 | Голубцы ленивые | 220/40 | 17,50 | 12,30 | 13,30 | 233,0 |
| 227,7 | Запеканка из творога со сгущенным молоком | 110/10 | 23,37 | 8,57 | 21,09 | 259,1 |
| 283 | Чай с сахаром | 200 | | | 9,98 | 39,9 |
| 420,06 | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами | 50 | 4 | 0,5 | 27,5 | 130 |
| 401,08 | Масло сливочное | 10 | 0,80 | 7,3 | 0,1 | 66,10 |
| 38,59 | Яблоко | 125 | 0,5 | 0,5 | 12,25 | 58,75 |
| Итого | | 845 | 49,17 | 37,52 | 89,15 | 893,85 |

Для обучающихся начальных классов

| | | | | | | |
|--------|---|--------|-------|-------|-------|--------|
| 41 | Салат Студенческий | 60 | 2,22 | 6,3 | 3,66 | 80,4 |
| 227,7 | Запеканка из творога со сгущенным молоком | 110/10 | 23,37 | 8,57 | 21,09 | 259,1 |
| 68,0 | Голубцы ленивые | 220/40 | 17,50 | 12,30 | 13,30 | 233,0 |
| 283 | Чай с сахаром | 200 | | | 9,98 | 39,9 |
| 420,06 | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами | 50 | 4 | 0,5 | 27,5 | 130 |
| 401,08 | Масло сливочное | 8 | 0,06 | 5,8 | 0,1 | 52,88 |
| 38,59 | Яблоко | 125 | 0,5 | 0,5 | 12,25 | 58,75 |
| Итого | | 823 | 47,65 | 33,97 | 87,88 | 854,03 |

Для обучающихся с ОВЗ и инвалидов

| | | | | | | |
|------------------|---|--------|-------|-------|-------|--------|
| 227,7 | Запеканка из творога со сгущенным молоком | 110/10 | 23,37 | 8,57 | 21,09 | 259,1 |
| 68,0 | Голубцы ленивые | 220/40 | 17,50 | 12,30 | 13,30 | 233,0 |
| 283 | Чай с сахаром | 200 | | | 9,98 | 39,9 |
| 420,06 | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами | 50 | 4 | 0,5 | 27,5 | 130 |
| 401,08 | Масло сливочное | 10 | 0,80 | 7,3 | 0,1 | 66,10 |
| 38,59 | Яблоко | 125 | 0,5 | 0,5 | 12,25 | 58,75 |
| Итого за Завтрак | | 505 | 46,17 | 29,12 | 84,25 | 786,85 |

Обед

| | | | | | | |
|---------------|--|--------|-------|-------|-------|--------|
| 41 | Салат Студенческий | 80 | 3 | 8,4 | 4,9 | 107 |
| 56,13 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 250/10 | 2,03 | 5,67 | 10,16 | 100,62 |
| 445,35 | Котлеты мясные с томатным соусом | 60/30 | 9,87 | 11,79 | 8,34 | 178,98 |
| 302 | Каша гречневая вязкая с маслом | 200/7 | 6,15 | 0,19 | 0,02 | 0,02 |
| 283 | Чай с сахаром | 200 | | | 9,98 | 39,9 |
| 420,06 | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 50 | 4 | 0,5 | 27,5 | 130 |
| 421,11 | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | 40 | 3,2 | 0,4 | 18,4 | 88 |
| Итого за Обед | | 847 | 28,25 | 26,95 | 79,30 | 644,52 |

Шеф-повар

Мансурова Г.Р.