



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ им.Т.Рахманова
с.Верхнеяркеево

Шафикова Г.И.

МЕНЮ на 03.10.2023 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	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
365	Масло сливочное	8	0,08	5,76	0,08	52,80
13	Яйцо отварное	40	2,10	1,90	0,10	49,60
131,79	Плов из мяса птицы (филе)	250	21,12	19,72	51,80	499,72
294	Чай с лимоном и сахаром	200/7	0,07	0,01	15,31	61,62
1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4,00	0,04	0,02	0,05
Итого за Завтрак 555			27,37	27,43	67,31	663,79

Для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей, СВО

365	Масло сливочное	8	0,08	5,76	0,08	52,80
13	Яйцо отварное	40	2,10	1,90	0,10	49,60
131,79	Плов из мяса птицы (филе)	200	16,90	15,78	41,44	399,78
294	Чай с лимоном и сахаром	200/7	0,07	0,01	15,31	61,62
1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4,00	0,04	0,02	0,05
	Йогурт для детского питания 3,2% жирности.	100	3,2	3,0	9,2	80
Итого за Завтрак 605			26,35	26,49	66,15	643,85

Для обучающихся начальных классов

365	Масло сливочное	8	0,08	5,76	0,08	52,80
13	Яйцо отварное	40	2,10	1,90	0,10	49,60
131,79	Плов из мяса птицы (филе)	200	16,90	15,78	41,44	399,78
294	Чай с лимоном и сахаром	200/7	0,07	0,01	15,31	61,62
1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2	0,3	14,6	73
	Йогурт для детского питания 3,2% жирности.	100	3,2	3,0	9,2	80
Итого за Завтрак 585			24,78	26,75	80,73	716,40

Для обучающихся с ОВЗ и инвалидов

365	Масло сливочное	8	0,08	5,76	0,08	52,80
13	Яйцо отварное	40	2,10	1,90	0,10	49,60
131,79	Плов из мяса птицы (филе)	200	16,90	15,78	41,44	399,78
294	Чай с лимоном и сахаром	200/7	0,07	0,01	15,31	61,62
1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4,00	0,04	0,02	0,05
	Йогурт для детского питания 3,2% жирности.	100	3,2	3,0	9,2	80
Итого за Завтрак 605			26,35	26,49	66,15	643,85

Шеф-повар

Мансурова Г.Р.