

Утверждаю  
Директор школы  
Гуляков А.А.



Меню на 11.03.2022 для организации горячего питания обучающихся, получающих начальное образование в МБОУ СОШим.Т.Назмиева с Ябалаково

| №<br>реп.        | Прием пищи,<br>наименование блюда          | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическая<br>ценность |
|------------------|--------------------------------------------|-----------------|----------------------|-------|-------|---------------------------------|
|                  |                                            |                 | Б                    | Ж     | У     |                                 |
| 1                | 2                                          | 3               | 4                    | 5     | 6     | 7                               |
| <b>Завтрак</b>   |                                            |                 |                      |       |       |                                 |
| 493,02           | Каша молочная "Дружба" с маслом            | 150/5           | 4,86                 | 6,72  | 26,35 | 185,91                          |
| 283              | Чай с сахаром                              | 200             |                      |       | 9,98  | 39,9                            |
| 420,02           | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами      | 40              | 3,2                  | 0,4   | 22    | 104                             |
| 401              | Масло сливочное                            | 10              | 0,08                 | 7,25  | 0,13  | 66,1                            |
| 27,01            | Сыр (порциями)                             | 10              | 2,63                 | 2,66  |       | 35                              |
| 476,01           | Кисломолочный продукт для детского питания | 100             | 3,2                  | 3,2   | 4,5   | 62                              |
| Итого за Завтрак |                                            | 515             | 13,97                | 20,23 | 62,96 | 492,91                          |

Меню для организации горячего питания обучающихся с ОВЗ и детям инвалидам

Рацион: Школьное меню

День: четверг  
Неделя: 2

| №<br>реп.        | Прием пищи,<br>наименование     | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическая |
|------------------|---------------------------------|-----------------|----------------------|-------|-------|---------------------|
|                  |                                 |                 | Б                    | Ж     | У     |                     |
| 1                | 2                               | 3               | 4                    | 5     | 6     | 7                   |
| <b>Завтрак</b>   |                                 |                 |                      |       |       |                     |
| 493,02           | Каша молочная "Дружба" с маслом | 200/7           |                      |       |       |                     |
|                  |                                 |                 | 6,48                 | 0,29  | 0,05  | 0,06                |
| 283              | Чай с сахаром                   | 200             |                      |       | 9,98  | 39,9                |
| 420,02           | Хлеб пшеничный обогащенный      | 40              | 3,2                  | 0,4   | 22    | 104                 |
| 401              | Масло сливочное                 | 10              | 0,08                 | 7,25  | 0,13  | 66,1                |
| 27,01            | Сыр (порциями)                  | 10              | 2,63                 | 2,66  |       | 35                  |
| 476,01           | Кисломолочный                   | 100             | 3,2                  | 3,2   | 4,5   | 62                  |
| Итого за Завтрак |                                 | 567             | 15,59                | 13,80 | 36,66 | 307,06              |
| <b>Обед</b>      |                                 |                 |                      |       |       |                     |
| 129,2            | Суп картофельный с горохом      | 250             | 5,91                 | 4,55  | 19,49 | 142,91              |
| 502,53           | Биточки из мяса                 | 60/30           | 9,95                 | 9,48  | 8,57  | 159,02              |
| 211,56           | Макаронные                      | 200             | 11,78                | 15,68 | 41,32 | 354,88              |
| 294,01           | Компот из свежих плодов         | 200             | 0,16                 | 0,16  | 18,89 | 78,65               |
| 420,02           | Хлеб пшеничный обогащенный      | 40              | 3,2                  | 0,4   | 22    | 104                 |

|               |                          |      |       |       |        |         |
|---------------|--------------------------|------|-------|-------|--------|---------|
| 421,11        | Хлеб ржано-пшеничный дая | 40   | 3,2   | 0,4   | 18,4   | 88      |
| Итого за Обед |                          | 820  | 34,20 | 30,67 | 128,67 | 927,46  |
| Итого за день |                          | 1387 | 49,79 | 44,47 | 165,33 | 1234,51 |

**Меню для организации горячего питания обучающихся из многодетных малообеспеченных семей**

| №<br>реп                | Прием пищи,<br>наименование блюда          | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическая<br>ценность |
|-------------------------|--------------------------------------------|-----------------|----------------------|-------|-------|---------------------------------|
|                         |                                            |                 | Б                    | Ж     | У     |                                 |
| 1                       | 2                                          | 3               | 4                    | 5     | 6     | 7                               |
| <b>Завтрак</b>          |                                            |                 |                      |       |       |                                 |
| 493,02                  | Каша молочная "Дружба" с маслом            | 200/6           | 6,46                 | 8,93  | 35,04 | 247,26                          |
| 283                     | Чай с сахаром                              | 200             |                      |       | 9,98  | 39,9                            |
| 420,02                  | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами      | 40              | 3,2                  | 0,4   | 22    | 104                             |
| 401                     | Масло сливочное                            | 10              | 0,08                 | 7,25  | 0,13  | 66,1                            |
| 27,01                   | Сыр (порциями)                             | 10              | 2,63                 | 2,66  |       | 35                              |
| 476,01                  | Кисломолочный продукт для детского питания | 100             | 3,2                  | 3,2   | 4,5   | 62                              |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                            | 515             | 15,57                | 22,44 | 71,65 | 554,76                          |

**Меню для организации горячего питания обучающихся питающихся за счет родительского вноса**

| №<br>реп                | Прием пищи,<br>наименование блюда     | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |      |       | Энерге-<br>тическая<br>ценность |
|-------------------------|---------------------------------------|-----------------|----------------------|------|-------|---------------------------------|
|                         |                                       |                 | Б                    | Ж    | У     |                                 |
| 1                       | 2                                     | 3               | 4                    | 5    | 6     | 7                               |
| <b>Завтрак</b>          |                                       |                 |                      |      |       |                                 |
| 493,02                  | Каша молочная "Дружба" с маслом       | 200/6           | 6,46                 | 8,93 | 35,04 | 247,26                          |
| 283                     | Чай с сахаром                         | 200             |                      |      | 9,98  | 39,9                            |
| 420,02                  | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами | 40              | 3,2                  | 0,4  | 22    | 104                             |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                       | 446             | 9,66                 | 9,33 | 67,02 | 39,16                           |

Повар



Фалахова Г.

Утверждаю  
Директор школы  
Гузаеров А.Х.

Меню на 11.03.2022 для организации горячего питания  
обучающихся питающихся начального класса в филиале МБОУ  
СОШ им.Т.Назмиева с.Ябалаково с.Старотатышево

| №<br>реп.               | Прием пищи,<br>наименование блюда             | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |              |              | Энерге-<br>тическая<br>ценность |
|-------------------------|-----------------------------------------------|-----------------|----------------------|--------------|--------------|---------------------------------|
|                         |                                               |                 | Б                    | Ж            | У            |                                 |
| 1                       | 2                                             | 3               | 4                    | 5            | 6            | 7                               |
| <b>Завтрак</b>          |                                               |                 |                      |              |              |                                 |
| 493,02                  | Каша молочная "Дружба"<br>с маслом            | 150/5           | 4,86                 | 6,72         | 26,35        | 185,91                          |
| 283                     | Чай с сахаром                                 | 200             |                      |              | 9,98         | 39,9                            |
| 420,02                  | Хлеб пшеничный<br>обогащенный витаминами      | 40              | 3,2                  | 0,4          | 22           | 104                             |
| 401                     | Масло сливочное                               | 10              | 0,08                 | 7,25         | 0,13         | 66,1                            |
| 27,01                   | Сыр (порциями)                                | 10              | 2,63                 | 2,66         |              | 35                              |
| 476,01                  | Кисломолочный продукт<br>для детского питания | 100             | 3,2                  | 3,2          | 4,5          | 62                              |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                               | <b>515</b>      | <b>13,97</b>         | <b>20,23</b> | <b>62,96</b> | <b>492,91</b>                   |

Повар

Идрисова Р

Утверждаю  
Директор школы   
Гузаеров А.Х.



Меню на 11.03.2022 для организации горячего питания обучающихся, получающих начальное образование в филиале МБОУ СОШим.Т.Назмиева с.Ябалаково НОШ д.Илишево

| №<br>рец.               | Прием пищи,<br>наименование блюда          | Масса порции | Пищевые вещества (г) |              |              | Энерге-<br>тическая<br>ценность |
|-------------------------|--------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|--------------|---------------------------------|
|                         |                                            |              | Б                    | Ж            | У            |                                 |
| 1                       | 2                                          | 3            | 4                    | 5            | 6            | 7                               |
| <b>Завтрак</b>          |                                            |              |                      |              |              |                                 |
| 493,02                  | Каша молочная "Дружба" с маслом            | 150/5        | 4,86                 | 6,72         | 26,35        | 185,91                          |
| 283                     | Чай с сахаром                              | 200          |                      |              | 9,98         | 39,9                            |
| 420,02                  | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами      | 40           | 3,2                  | 0,4          | 22           | 104                             |
| 401                     | Масло сливочное                            | 10           | 0,08                 | 7,25         | 0,13         | 66,1                            |
| 27,01                   | Сыр (порциями)                             | 10           | 2,63                 | 2,66         |              | 35                              |
| 476,01                  | Кисломолочный продукт для детского питания | 100          | 3,2                  | 3,2          | 4,5          | 62                              |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                            | <b>515</b>   | <b>13,97</b>         | <b>20,23</b> | <b>62,96</b> | <b>492,91</b>                   |

Повар



Сибэгатуллина Р.

«Утверждаю»

Директор:

А.Х. Гузаеров

МБОУ СОШ им.Т.Назмиева с.Ябалаково МР Илишевский район

Дошкольная группа с.Ябалаково

МЕНЮ на 11.03.2022.

Завтрак

| Наименование          | Вес порции |  |
|-----------------------|------------|--|
| Макаронные из-гот.    | 150        |  |
| Каша овсян. с молоком | 200        |  |
| печенье               | 20         |  |
| 1-ой- яблоки          | 100        |  |

Обед

| Наименование            | Вес порции |  |
|-------------------------|------------|--|
| Суп картоф. с бобовыми  | 200        |  |
| Каша перловая молоч.    | 150        |  |
| Компот ягодный          | 70         |  |
| Каша греч. с сух/фрукт. | 200        |  |
| хлеб                    | 60         |  |

Полдник

| Наименование        | Вес порции |  |
|---------------------|------------|--|
| Булочка "Дорожная"  | 60         |  |
| чай слад. с лимоном | 200/10     |  |

Повар:

А.А.

Ахмарова А.Р