

Директор МБ

дедә, вторник

де вещества (г)

Директор МБ

дедә-вторник

де вещества (г)

Директор МБ

дедә-вторник

де вещества (г)

Директор МБ

дедә-вторник

де вещества (г)

Директор МБ

дедә-вторник

де вещества (г)

Директор МБ

дедә-вторник

де вещества (г)

Директор МБ

деля вторник

де вещества (г)

Директор МБ

дедә-вторник

де вещества (г)

186	Каша рисовая молочная вязкая-185	200	5,632	7,514	40,995	252,800
10	Салат из белокачанной капусты, моркови	100	2,350	6,983	11,300	108,833
82	Борщ из капусты с картофелем и сметаной	250	1,882	5,824	12,804	111,667
707	Компот из сухофруктов	200	0,780	0,060	30,100	125,200
1	Хлеб пшеничный	25	1,233	0,250	11,200	52,500
1	Хлеб ржаной	25	2,033	0,250	12,200	60,500
Итого на завтрак		800	13,911	20,881	118,599	711,500

Завтрак (для обучающихся с ОВЗ и для детей-инвалидов)

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			<u>Б</u>	<u>Ж</u>	<u>У</u>	
Завтрак						
186	Каша рисовая молочная вязкая-185	200	5,632	7,514	40,995	252,800
9	Сыр(порциями)	10	2,320	2,950	0,000	36,400
707	Компот из сухофруктов	200	0,780	0,060	30,100	125,200
1	Хлеб пшеничный	25	1,233	0,250	11,200	52,500
1	Хлеб ржаной	25	2,033	0,250	12,200	60,500
	Яблоко	100	0,400	0,400	9,800	47,000
	Печенье для детского питания 50гр	50	4	5,5	32,7	196
Итого на завтрак		610	16,399	16,924	136,995	574,400

Обед (для обучающихся с ОВЗ и для детей-инвалидов)

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса Порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
10	Салат из белокачанной капусты моркови	100	2,350	6,983	11,300	108,833
82	Борщ из капусты с картофелем и сметаной	250	1,882	5,824	12,804	111,667
98	Жаркое по-домашнему	200	16,560	14,490	16,410	259,650
259	Чай с молоком и сахаром	200	1,650	1,650	12,400	71,400
	Сок фруктовый в индивид.упаковке,0,2	200	1	0,2	20,2	92
1	Хлеб пшеничный	20	1,620	0,200	9,760	48,400
2	Хлеб ржаной	30	0,700	0,230	2,200	13,050
Итого на обед		900	28,762	30,877	79,174	703,000

Повар Янгирова Г.Р. Янгирова Г.Р.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ с.Базитамак
Мусабинов М.А.

Меню на 30.12.2025
Дошкольная группа МБОУ СОШ с.Базитамак

Прием пищи День 2	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А, мкг	Е	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак	Каша ячневая молочная вязкая 160/5	165	5,930	6,550	30,650	209,030	0,030	0,230	37,900	0,050	93,720	70,800	10,810	0,100
	Бутерброд с маслом 30/5	35	2,400	3,930	14,560	103,550	0,050	0,000	22,500	0,440	8,100	27,600	9,930	0,610
	Чай с сахаром	200	0,200	0,020	10,050	41,420		0,100	0,500		5,250	8,240	4,400	0,850
Завтрак 2	Чай с молоком и сахаром	200	0,110	0,030	0,040	0,870								
	Пряники	25	1,600	0,500	18,900	87,000	0,020				3,000	13,300	2,500	0,250
Обед	Борщ с капустой и картофелем	180	1,520	3,380	8,790	70,110	0,010	3,850	154,06	0,100	15,200	20,850	9,820	0,510
	Котлеты куриные	70	8,000	4,200	7,800	100,900	0,060	0,100	20,900	1,300	9,300	87,700	13,500	0,900
	Каша пшеничная рассыпчатая	154	6,630	3,620	41,150	223,840	0,180		18,000	1,060	24,960	166,800	36,020	2,830
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,180	0,040	5,160	22,370		1,600		0,010	1,750	0,880	0,480	0,040
	Хлеб пшеничный	20	1,620	0,200	9,760	48,400				0,030	0,600		0,420	0,030
Полдник	Хлеб ржаной	20	1,440	0,180	8,280	39,600	0,070			0,300	5,220	23,400	7,560	5,540
	Булочка сдобная	50	4,090	4,380	29,260	172,700	0,060	0,010	34,150	0,530	15,970	41,030	6,120	0,530
	Молоко кипяченое	200	5,870	6,400	8,000	106,670	0,078	1,400	40,000		240,000	180,000	28,000	0,200

 повар Асылбаева А.Н.