

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ с.Итеево
Хасанова Г.Ф.

Меню на 15.01.2026

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жирь	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
205	Макароны запеченные с сыром-170	170	8,960	15,180	35,050	316,930
202	Тефтели из говядины с рисом	60	8,240	12,180	8,500	176,530
264	Соус томатный	30	0,160	1,100	1,570	16,850
275	Кофейный напиток	200	2,910	3,210	14,730	100,280
1	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	25	1,975	0,249	12,035	60,258
3	Хлеб ржаной обогащенный (для детского питания)	15	0,740	0,150	6,720	31,500
	Сок	200				
	салат из моркови и яблок	60				

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жирь	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
205	Макароны, запеченные с сыром	200	10,541	17,859	41,235	372,859
202	Тефтели из говядины с рисом	60	8,240	12,180	8,500	176,530
264	Соус томатный	40	0,213	1,463	2,088	22,411
275	Кофейный напиток	200	2,910	3,210	14,730	100,280
1	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	25	2,033	0,250	12,200	60,500
3	Хлеб ржаной обогащенный (для детского питания)	25	1,233	0,250	11,200	52,500
	Яблоки свежие	100	0,400	0,400	9,800	47,000
	салат из моркови и яблок	60				
	Итого за завтрак	550	17,118	21,969	89,165	633,139

Завтрак (для детей, питающихся за счет родительского вноса)

№рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
205	Макароны запеченные с сыром-	200	10,541	17,859	41,235	372,859
202	Тефтели из говядины с рисом	60	8,240	12,180	8,500	176,530
264	Соус томатный	40	0,213	1,463	2,088	22,411
271	Чай с сахаром	200	0,080	0,020	10,010	40,510
1	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	25	2,033	0,250	12,200	60,500
	салат из моркови и яблок	60				
3	Хлеб ржаной обогащенный (для детского питания)	25	1,233	0,250	11,200	52,500

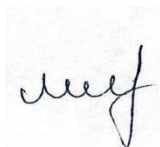
Завтрак (для обучающихся ОВЗ и для детей-инвалидов и сво)

Номер рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
18	Макароны, запеченные с сыром-	200	10,541	17,859	41,235	372,859
205	Тефтели из говядины с рисом	60	8,240	12,180	8,500	176,530
202	Соус томатный	40	0,213	1,467	2,093	22,467
264	Кофейный напиток	200	2,910	3,210	14,730	100,280
275	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	25	2,033	0,250	12,200	60,500
1	Хлеб ржаной обогащенный (для детского питания)	25	1,233	0,250	11,200	52,500
3	Яблоки свежие	100	0,400	0,400	9,800	47,000
	салат из моркови и яблок	60				
	Сок	200				
	Итого за завтрак	650	25,571	35,615	99,759	832,135

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

Номер рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
56	Рассольник ленинградский 250	250	2,683	6,171	13,841	120,805
115	Рагу овощное с мясом	200	19,510	19,890	19,530	331,430
299	Кисель из концентрата "Виташка" - 200	200	0,000	0,000	24,000	95,000
1	Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами 20г	20	1,620	0,200	9,760	48,400
2	Хлеб ржаной обдирный обогащенный 30	30	0,700	0,230	2,200	13,050
	Итого за обед	800	25,446	29,974	79,098	684,102
	Итого за день		51,018	65,590	178,86	1516,237

Повар



/Мударисова Г.И./

