



«УТВЕРЖДАЮ»
ДИРЕКТОР МБОУ СОШ №1
с.Чекмагуш
Бикмухаметов А.Р.



Меню на 19.01.2026

Для обучающихся 1-4 классов

| Наименование блюда | Выход, гр | Белки | Жиры | Углеводы | Калор.блюд | Цена |
|---------------------------------------------------------------|-----------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| Каша рисовая молочная жидкая | 205 | 5,12 | 6,62 | 32,61 | 210,13 | 22,84 |
| Какао с молоком | 200 | 3,80 | 3,90 | 26,00 | 153,90 | 16,23 |
| Хлеб пшеничный для детского питания обогащенный витаминами | 40 | 3,20 | 0,40 | 22,00 | 104,00 | 3,20 |
| Яблоко свежее | 150 | 0,60 | 0,00 | 17,00 | 69,00 | 20,25 |
| Итого | | 12,72 | 10,92 | 97,61 | 537,03 | 62,52 |

Для обучающихся, питающихся за счет родит.взноса(5-11 классы)

| Наименование блюда | Выход, гр | Белки | Жиры | Углеводы | Калор.блюд | Цена |
|---------------------------------------------------------------|-----------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| Каша рисовая молочная жидкая | 205 | 5,12 | 6,61 | 32,61 | 210,13 | 22,84 |
| Какао с молоком | 200 | 3,80 | 3,90 | 26,00 | 153,90 | 16,23 |
| Хлеб пшеничный для детского питания обогащенный витаминами | 40 | 3,20 | 0,40 | 22,00 | 104,00 | 3,20 |
| Итого | | 12,12 | 10,91 | 80,61 | 468,03 | 42,27 |

Для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей,СВО(5-11кл)

| Наименование блюда | Выход, гр | Белки | Жиры | Углеводы | Калор.блюд | Цена |
|---------------------------------------------------------------|-----------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| Каша рисовая молочная жидкая | 205 | 5,12 | 6,62 | 32,61 | 210,13 | 22,84 |
| Какао с молоком | 200 | 3,80 | 3,90 | 26,00 | 153,90 | 16,23 |
| Хлеб пшеничный для детского питания обогащенный витаминами | 40 | 3,20 | 0,40 | 22,00 | 104,00 | 3,20 |
| Яблоко свежее | 150 | 0,60 | 0,00 | 17,00 | 69,00 | 20,25 |
| Сыр(порциями) | 20 | 4,74 | 6,08 | 0,00 | 75,00 | 18,12 |
| Итого | | 17,46 | 16,99 | 97,61 | 612,03 | 80,64 |

Для обучающихся с ОВЗ и инвалидов

| Наименование блюда | Выход, гр | Белки | Жиры | Углеводы | Калор.блюд | Цена |
|---------------------------------------------------------------|-----------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| Каша рисовая молочная жидкая | 205 | 5,12 | 6,62 | 32,61 | 210,13 | 22,84 |
| Какао с молоком | 200 | 3,80 | 3,90 | 26,00 | 153,90 | 16,23 |
| Хлеб пшеничный для детского питания обогащенный витаминами | 40 | 3,20 | 0,40 | 22,00 | 104,00 | 3,20 |
| Яблоко свежее | 150 | 0,60 | 0,00 | 17,00 | 69,00 | 20,25 |
| Итого | | 12,72 | 10,92 | 97,61 | 537,03 | 62,52 |

Обед

| Наименование | Выход, гр | Белки | Жиры | Углеводы | Калор.блюд | Цена |
|---------------------------------------------------------------|-----------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| Щи из свежей капусты с картофелем | 250 | 1,84 | 5,05 | 8,99 | 89,60 | 6,33 |
| Биточки рыбные с соусом | 100 | 9,90 | 6,70 | 6,40 | 131,00 | 38,39 |
| Картофель тушеный | 200 | 3,41 | 12,28 | 26,58 | 231,09 | 13,69 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,12 | 0,00 | 12,04 | 48,60 | 2,84 |
| Хлеб пшеничный для детского питания обогащенный витаминами | 40 | 3,20 | 0,40 | 22,00 | 104,00 | 3,20 |
| Итого | | 18,47 | 24,43 | 76,01 | 604,33 | 64,45 |

Старший повар

/Юсупова Л.М./



Завтрак для обучающихся 1-4 классов,



Завтрак для обучающихся питающихся за счет РП, из ММС, СВО, с ОВЗ



Обед для обучающихся с ОВЗ и инвалидов 1-4 кл, 5-11 кл