



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ им.Т.Рахманова  
с.Верхнеяркеево

Шафикова Г.И.

**МЕНЮ на 25.05.2022 г.****Для детей, питающихся за счет родительского вноса (5-11 кл.)**

| № рецепта | Наименование блюда                    | Выход гр. | Белки | Жиры  | Углеводы | ЭЦ, ккал |
|-----------|---------------------------------------|-----------|-------|-------|----------|----------|
| 26,00     | Винегрет овощной                      | 60        | 0,82  | 1,33  | 4,57     | 34,50    |
| 469,02    | Котлеты из говядины с томатным соусом | 60/40     | 9,25  | 9,84  | 7,96     | 157,63   |
| 138,21    | Картофельное пюре                     | 200       | 4,4   | 6,77  | 29,5     | 196,91   |
|           | Компот из сухофруктов                 | 200       | 0,20  | 0,10  | 25,40    | 25,40    |
| 420,06    | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами | 50        | 4     | 0,5   | 27,5     | 130      |
|           | Итого за прием                        | 650       | 20,13 | 22,34 | 101,99   | 613,47   |

**Для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей**

| № рецепта | Наименование блюда                         | Выход гр. | Белки | Жиры  | Углеводы | ЭЦ, ккал |
|-----------|--------------------------------------------|-----------|-------|-------|----------|----------|
| 26,00     | Винегрет овощной                           | 60        | 0,82  | 1,33  | 4,57     | 34,50    |
| 469,02    | Котлеты из говядины с томатным соусом      | 60/40     | 9,25  | 9,84  | 7,96     | 157,63   |
| 138,21    | Картофельное пюре                          | 200       | 4,4   | 6,77  | 29,5     | 196,91   |
|           | Компот из сухофруктов                      | 200       | 0,20  | 0,10  | 25,40    | 25,40    |
| 420,06    | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами      | 50        | 4     | 0,5   | 27,5     | 130      |
| 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 прием                             | 660       | 22,76 | 25,00 | 101,99   | 648,47   |

**Для обучающихся начальных классов**

| № рецепта | Наименование блюда                         | Выход гр. | Белки | Жиры  | Углеводы | ЭЦ, ккал |
|-----------|--------------------------------------------|-----------|-------|-------|----------|----------|
| 26,00     | Винегрет овощной                           | 60        | 0,82  | 1,33  | 4,57     | 34,50    |
| 469,02    | Котлеты из говядины с томатным соусом      | 60/40     | 9,25  | 9,84  | 7,96     | 157,63   |
| 138,21    | Картофельное пюре                          | 160       | 3,5   | 5,42  | 23,6     | 157,53   |
|           | Компот из сухофруктов                      | 200       | 0,20  | 0,10  | 25,40    | 25,40    |
| 420,02    | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами      | 40        | 3,2   | 0,4   | 22       | 104      |
| 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 прием                             | 570       | 20,17 | 21,50 | 85,93    | 541,68   |

**Для обучающихся с ОВЗ и инвалидов**

| № рецепта | ЗАВТРАК                                        | Выход гр. | Белки | Жиры  | Углеводы | ЭЦ, ккал |
|-----------|------------------------------------------------|-----------|-------|-------|----------|----------|
| 469,02    | Котлеты из говядины с томатным соусом          | 60/40     | 9,25  | 9,84  | 7,96     | 157,63   |
| 138,21    | Картофельное пюре                              | 200       | 4,4   | 6,77  | 29,5     | 196,91   |
|           | Компот из сухофруктов                          | 200       | 0,20  | 0,10  | 25,40    | 25,40    |
| 420,02    | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами          | 40        | 3,2   | 0,4   | 22       | 104      |
| 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 прием                                 | 760       | 22,38 | 23,91 | 109,05   | 774,78   |
|           | ОБЕД                                           |           |       |       |          |          |
| 26,00     | Винегрет овощной                               | 60        | 0,82  | 1,33  | 4,57     | 34,50    |
| 67,32     | Свекольник со сметаной                         | 200/10    | 2,25  | 4,93  | 14,74    | 112,75   |
| 423,18    | Тефтели рыбные (филе минтая) с томатным соусом | 60/40     | 7,86  | 6,26  | 8,12     | 120,8    |
| 302,01    | Каша гречневая вязкая с маслом                 | 150/10    | 4,81  | 8,49  | 21,54    | 181,60   |
| 305,11    | Витаминизированный кисель                      | 200       |       |       | 23,5     | 95       |
| 420,05    | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами          | 45        | 3,6   | 0,45  | 24,75    | 117      |
| 421,11    | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания      | 40        | 3,2   | 0,4   | 18,4     | 88       |
|           | Итого за прием                                 |           | 23,10 | 23,61 | 118,06   | 777,27   |

Шеф-повар

Мансурова Г.Р.