

Согласовано:

Директор МБОУ ООШ д.Саузбаш \_\_\_\_\_ (Талипова  
Ф.Н.)



Утвержд:

Минязов

## Меню

на 14.01.2026, МБОУ ООШ д.Саузбаш, КР\_ШК\_7-10лет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность
-----------	--------------------	-------	------	--------------	------------------

### Завтрак

35/25	Чахохбили	11	10	2	149
190	Гречка отварная рассыпчатая	8	6	36	233
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130
500	Итого за Завтрак	23	17	76	552

### Обед

230/5	Свекольник на мясном бульоне со сметаной	16	12	17	236
15	Гренки из пшеничного хлеба	2		11	56
25/155	Говядина тушеная с картофелем	14	15	18	266
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40
25	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	2		12	55
40	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	3		22	104
695	Итого за Обед	37	27	90	757
	Итого за день	60	44	166	1 309

повар

\_\_\_\_\_ (Зиганшина З.Ф.)  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

аю:

Р.Н.

Стоимость  
питания

100-00

86-07
186-07