



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ им.Т.Рахманова  
с.Верхнеяркеево

Шафигова Г.И.

МЕНЮ на 01.02.2023 г.

Для детей, питающихся за счет родительского взноса (5-11 кл.)

| №<br>реп.        | Прием пищи, наименование блюда                             | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическая<br>ценность (ккал) |
|------------------|------------------------------------------------------------|-----------------|----------------------|-------|-------|----------------------------------------|
|                  |                                                            |                 | Б                    | Ж     | У     |                                        |
| Завтрак          |                                                            |                 |                      |       |       |                                        |
| 445,3            | Биточки мясные с томатным соусом                           | 60/40           | 9,97                 | 11,9  | 8,87  | 182,53                                 |
| 211,05           | Макаронные изделия отварные с маслом                       | 200/6           | 7,76                 | 4,31  | 49,49 | 280,6                                  |
| 283              | Чай с сахаром                                              | 200             |                      |       | 9,98  | 39,9                                   |
| 420,06           | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 50              | 4                    | 0,5   | 27,5  | 130                                    |
| Итого за Завтрак |                                                            | 556             | 21,73                | 16,71 | 95,84 | 633,03                                 |

Для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей

|                  |                                       |       |       |       |        |        |
|------------------|---------------------------------------|-------|-------|-------|--------|--------|
| 445,3            | Биточки мясные с томатным соусом      | 60/40 | 9,97  | 11,9  | 8,87   | 182,53 |
| 211,05           | Макаронные изделия отварные с маслом  | 200/6 | 7,76  | 4,31  | 49,49  | 280,6  |
| 283              | Чай с сахаром                         | 200   |       |       | 9,98   | 39,9   |
|                  | Сок фруктовый                         | 150   | 0,75  | 0,15  | 15,2   | 69     |
| 27,01            | Сыр (порциями)                        | 10    | 2,63  | 2,66  |        | 35     |
| 420,06           | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами | 50    | 4     | 0,5   | 27,5   | 130    |
| Итого за Завтрак |                                       | 716   | 25,11 | 19,52 | 110,99 | 737,03 |

Для обучающихся начальных классов

|                  |                                       |       |       |       |       |        |
|------------------|---------------------------------------|-------|-------|-------|-------|--------|
| 445,3            | Биточки мясные с томатным соусом      | 60/40 | 9,97  | 11,9  | 8,87  | 182,53 |
| 211,05           | Макаронные изделия отварные с маслом  | 155   | 5,82  | 4,31  | 37,08 | 210,5  |
| 283              | Чай с сахаром                         | 200   |       |       | 9,98  | 39,9   |
| 27,01            | Сыр (порциями)                        | 10    | 2,63  | 2,66  |       | 35     |
| 420,06           | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами | 50    | 4     | 0,5   | 27,5  | 130    |
| Итого за Завтрак |                                       | 515   | 22,42 | 19,37 | 83,43 | 597,93 |

Для обучающихся с ОВЗ и инвалидов

|                  |                                                            |       |       |       |        |        |
|------------------|------------------------------------------------------------|-------|-------|-------|--------|--------|
| 445,3            | Биточки мясные с томатным соусом                           | 60/40 | 9,97  | 11,9  | 8,87   | 182,53 |
| 211,05           | Макаронные изделия отварные с маслом                       | 200/6 | 7,76  | 4,31  | 49,49  | 280,6  |
| 283              | Чай с сахаром                                              | 200   |       |       | 9,98   | 39,9   |
|                  | Сок фруктовый                                              | 150   | 0,75  | 0,15  | 15,2   | 69     |
| 27,01            | Сыр (порциями)                                             | 10    | 2,63  | 2,66  |        | 35     |
| 420,06           | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 50    | 4     | 0,5   | 27,5   | 130    |
| Итого за Завтрак |                                                            | 716   | 25,11 | 19,52 | 110,99 | 737,03 |

Обед

|               |                                                            |       |       |       |        |         |
|---------------|------------------------------------------------------------|-------|-------|-------|--------|---------|
| 450,13        | Суп картофельный с клецками                                | 250   | 1,72  | 6,27  | 11,83  | 110,91  |
| 80,55         | Рыба, тушенная с овощами (филе минтая)                     | 45/45 | 9,15  | 7,03  | 1,96   | 108,13  |
| 610,03        | Рис припущенный                                            | 200   | 5,05  | 8,75  | 51,94  | 306,50  |
| 283           | Чай с сахаром                                              | 200   |       |       | 9,98   | 39,9    |
| 420,06        | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 50    | 4     | 0,5   | 27,5   | 130     |
| 421,11        | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания                  | 40    | 3,2   | 0,4   | 18,4   | 88      |
| Итого за Обед |                                                            | 830   | 23,12 | 22,95 | 121,61 | 783,44  |
| Итого за день |                                                            | 1546  | 48,23 | 42,47 | 232,60 | 1520,47 |

Шеф-повар

Мансурова Г.Р.