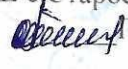


Утверждаю:
Директор МОБУ ООШ с.Старосубхангулово
Г.С. Тляубаев

МЕНЮ
МОБУ ООШ с.Старосубхангулово
на « 19 » января 2026

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Цена (в руб.)
			Белки	Жиры	углеводы		
День 1		Мас.п	Б	Ж	У		
Меню для 1-4 класс							
	гуляш из говядины	90	16,07	16,19	3,69	225,70	38,16
	рис припущенный	200	4,60	7,20	46,60	269,40	22,00
	каша гречневая вязкая	210	10,80	9,20	47,86	318,50	14,50
	чай с сахаром	200	0,10	0,03	9,10	25,00	5,30
	напиток из смородины	200	0,30	0,10	8,40	35,40	9,50
	хлеб пшеничный для детского питания	30	2,43	0,42	15,93	77,40	5,00
			2,40	0,33	13,89	68,10	
	Итого за прием						79,96 р
Меню для ММС							
	гуляш из говядины	90	16,07	16,19	3,69	225,70	38,16
	рис припущенный	200	4,60	7,20	46,60	269,40	22,00
	каша гречневая вязкая	210	10,80	9,20	47,86	318,50	14,50
	чай с сахаром	200	0,10	0,03	9,10	25,00	5,30
	напиток из смородины	200	0,30	0,10	8,40	35,40	9,50
	хлеб пшеничный для детского питания	30	2,43	0,42	15,93	77,40	5,00
			2,40	0,33	13,89	68,10	
	Итого за прием						84,47 р
Меню для ОВЗ							
	гуляш из говядины	90	16,07	16,19	3,69	225,70	38,16
	рис припущенный	200	4,60	7,20	46,60	269,40	22,00
	каша гречневая вязкая	210	10,80	9,20	47,86	318,50	14,50
	чай с сахаром	200	0,10	0,03	9,10	25,00	5,30
	напиток из смородины	200	0,30	0,10	8,40	35,40	9,50
	хлеб пшеничный для детского питания	30	2,43	0,42	15,93	77,40	5,00
	Фрукты		2,40	0,33	13,89	68,10	80,00
	Итого за прием						160,48

Утверждаю:
Директор МОБУ ООШ с.Старосубхангулово
 А.С. Тляубаев

МЕНЮ
МОБУ ООШ с.Старосубхангулово
на « 20 » января 2026

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена (в руб.)
			Белки	Жиры	углеводы		
День 2		Мас.п.	Б	Ж	У	(Ккал)	
Меню для 1-4 класс							
	каша молочная рисовая с маслом	185	4,68	5,85	25,56	174,34	25,50
	каша молочная пшенная с маслом	185	7,47	8,10	33,75	259,20	14,60
	чай с сахаром	200	0,10	0,03	9,10	25,00	5,38
	напиток из яблок	200	0,20	0,10	17,20	68,00	9,50
	хлеб пшеничный для детского питания	40	3,24	0,56	28,32	103,20	5,00
	хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,20	0,44	18,52	90,80	4,50
	Итого за прием	560					79,96
Меню для ММС							
	каша молочная рисовая с маслом	185	4,68	5,85	25,56	174,34	25,50
	каша молочная пшенная с маслом	185	7,47	8,10	33,75	259,20	14,60
	чай с сахаром	200	0,10	0,03	9,10	25,00	5,38
	напиток из яблок	200	0,20	0,10	17,20	68,00	9,50
	хлеб пшеничный для детского питания	40	3,24	0,56	28,32	103,20	5,00
	хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,20	0,44	18,52	90,80	4,50
	Итого за прием						84,47 р
Меню для ОВЗ							
	каша молочная рисовая с маслом	185	4,68	5,85	25,56	174,34	25,50
	каша молочная пшенная с маслом	185	7,47	8,10	33,75	259,20	14,60
	чай с сахаром	200	0,10	0,03	9,10	25,00	5,38
	напиток из яблок	200	0,20	0,10	17,20	68,00	9,50
	хлеб пшеничный для детского питания	40	3,24	0,56	28,32	103,20	5,00
	хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,20	0,44	18,52	90,80	4,50
	Итого за прием						160,48 р

Утверждаю:
Директор МОБУ ООШ с.Старосубхангулово
М.С. Тляубасев

МЕНЮ
МОБУ ООШ с.Старосубхангулово
на « 22 » января 2026

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена (в руб.)
			Белки	Жиры	углеводы		
День 4		Масса порции	Б	Ж	У	(Ккал)	
Меню для 1-4 класс							
	салат Осенний	100	2,09	6,27	16,21	107,13	5,30
	Капуста тушеная	100	2,50	10,10	10,40	143,00	3,80
	плов с говядиной	225	12,71	18,68	53,26	425,89	48,06
	напиток из сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	8,00
	чай с сахаром	200	0,10	0,03	9,10	25,00	5,30
	хлеб пшеничный для детского питания	30	2,43	0,42	15,93	77,40	5,00
	хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,33	13,89	68,10	4,5
							79,96
Меню для ММС							
	салат Осенний	100	2,09	6,27	16,21	107,13	5,30
	Капуста тушеная	100	2,50	10,10	10,40	143,00	3,80
	плов с говядиной	225	12,71	18,68	53,26	425,89	48,06
	напиток из сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	8,00
	чай с сахаром	200	0,10	0,03	9,10	25,00	5,30
	хлеб пшеничный для детского питания	30	2,43	0,42	15,93	77,40	5,00
	хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,33	13,89	68,10	4,5
							84,47 р
Меню для ОБЗ							
	салат Осенний	100	2,09	6,27	16,21	107,13	5,30
	Капуста тушеная	100	2,50	10,10	10,40	143,00	3,80
	плов с говядиной	225	12,71	18,68	53,26	425,89	48,06
	напиток из сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	8,00
	чай с сахаром	200	0,10	0,03	9,10	25,00	5,30
	хлеб пшеничный для детского питания	30	2,43	0,42	15,93	77,40	5,00
	хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,33	13,89	68,10	4,5
	Фрукты	100					80,00
							160,48

Утверждаю:
Директор МОБУ ООШ с.Старосубхангулово
Г.С. Тляубаев

МЕНЮ
МОБУ ООШ с.Старосубхангулово
на « 23 » января 2026

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена (в руб.)
			Белки	Жиры	углеводы		
День 5		Масса порции	Б	Ж	У	(Ккал)	
Меню для 1-4 класс							
	биточек из птицы с соусом	90	17,29	5,32	10,41	160,07	32,08
	макароны отварные	210	7,06	5,60	43,60	269,33	18,00
	Какао с молоком	200	3,20	3,10	13,50	93,00	15,00
	чай с молоком	200	1,40	1,40	11,20	61,00	5,38
	хлеб пшеничный для детского питания	30	2,43	0,42	15,93	77,40	5,00
	хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,33	13,89	68,10	4,50
	Итого за прием	550					
							79,96
Меню для ММС							
	биточек из птицы с соусом	90	17,29	5,32	10,41	160,07	32,08
	макароны отварные	210	7,06	5,60	43,60	269,33	18,00
	Какао с молоком	200	3,20	3,10	13,50	93,00	15,00
	чай с молоком	200	1,40	1,40	11,20	61,00	5,38
	хлеб пшеничный для детского питания	30	2,43	0,42	15,93	77,40	5,00
	хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,33	13,89	68,10	4,50
	Итого за прием	550					
							84,47 р
Меню для ОВЗ							
	биточек из птицы с соусом	90	17,29	5,32	10,41	160,07	32,08
	макароны отварные	210	7,06	5,60	43,60	269,33	18,00
	Какао с молоком	200	3,20	3,10	13,50	93,00	15,00
	чай с молоком	200	1,40	1,40	11,20	61,00	5,38
	хлеб пшеничный для детского питания	30	2,43	0,42	15,93	77,40	5,00
	хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,33	13,89	68,10	4,50
	Фрукты	100					80,00
							160,48 р

Утверждаю:
Директор МОБУ ООШ с.Старосубхангулово
Тляубаев С.С. Тляубаев

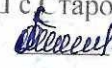
МЕНЮ
МОБУ ООШ с.Старосубхангулово
на « 26 » января 2026

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Цена (в руб.)
			Белки	Жиры	углеводы		
День 1		Масса порции	Б	Ж	У		
Меню для 1-4 класс							
	Рис припущенный	200	4,60	7,20	46,60	269,40	22,00
	котлета мясная с соусом	90	10,73	12,86	10,55	201,14	45,96
	каша гречневая вязкая	210	10,80	9,20	47,86	318,50	14,50
	напиток из смородины	200	0,30	0,10	8,40	35,40	9,50
	хлеб пшеничный для детского питания	30	2,43	0,42	15,93	77,40	5,50
	хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,33	13,89	68,10	4,50
	ИТОГО	560	27	23	97	701	
	Итого за прием						79,96 р
Меню для ММС							
	котлета мясная с соусом	90	10,73	12,86	10,55	201,14	45,96
	каша гречневая вязкая	210	10,80	9,20	47,86	318,50	14,50
	напиток из смородины	200	0,30	0,10	8,40	35,40	9,50
	хлеб пшеничный для детского питания	30	2,43	0,42	15,93	77,40	5,50
	хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,33	13,89	68,10	4,50
	Рис припущенный	200	4,60	7,20	46,60	269,40	22,00
	Итого за прием						84,47 р
Меню для ОВЗ							
	котлета мясная с соусом	90	10,73	12,86	10,55	201,14	45,96
	каша гречневая вязкая	210	10,80	9,20	47,86	318,50	14,50
	напиток из смородины	200	0,30	0,10	8,40	35,40	9,50
	хлеб пшеничный для детского питания	30	2,43	0,42	15,93	77,40	5,50
	хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,33	13,89	68,10	4,50
	Фрукты	100					80,00
	Итого за прием						160,48 р

Утверждаю:
Директор МОБУ ООШ с.Старосубхангулово
А.С. Тляубаев

МЕНЮ
МОБУ ООШ с.Старосубхангулово
на « 27 » января 2026

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Цена (в руб.)
			Белки	Жиры	углеводы		
День 2		Масса порции	Б	Ж	У		
Меню для 1-4 класс							
	каша молочная пшенная с маслом	185	7,47	8,10	33,75	259,20	15,00
	Пюре гороховое	207	19,63	6,81	44,27	320,52	13,00
	сырник с повидлом	100	11,17	6,84	40,77	266,65	12,30
	морс ягодный	200	0,20	0,00	24,80	102,00	9,50
	хлеб пшеничный для детского питания	40	3,24	0,56	28,32	103,20	5,50
	хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,20	0,44	18,52	90,80	4,50
	ИТОГО	565	25,28	15,94	146,16	821,85	
	Итого за прием	560					79,96
Меню для ММС							
	каша молочная пшенная с маслом	185	7,47	8,10	33,75	259,20	15,00
	Пюре гороховое	207	19,63	6,81	44,27	320,52	13,00
	сырник с повидлом	100	11,17	6,84	40,77	266,65	12,30
	морс ягодный	200	0,20	0,00	24,80	102,00	9,50
	хлеб пшеничный для детского питания	40	3,24	0,56	28,32	103,20	5,50
	хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,20	0,44	18,52	90,80	4,50
	ИТОГО	565	25,28	15,94	146,16	821,85	
	Итого за прием						84,47 р
Меню для ОВЗ							
	каша молочная пшенная с маслом	185	7,47	8,10	33,75	259,20	15,00
	сырник с повидлом	100	11,17	6,84	40,77	266,65	12,30
	морс ягодный	200	0,20	0,00	24,80	102,00	9,50
	хлеб пшеничный для детского питания	40	3,24	0,56	28,32	103,20	5,50
	хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,20	0,44	18,52	90,80	4,50
	Фрукты	100					80,00
	ИТОГО	565	25,28	15,94	146,16	821,85	
	Итого за прием						160,48 р

Утверждаю:
Директор МОБУ ООШ с. Старосубхангулово
 Г.С. Тляубаев

МЕНЮ
МОБУ ООШ с. Старосубхангулово
на « 28 » января 2026

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена (в руб.)
			Белки	Жиры	углеводы		
День 3		Масса порции	Б	Ж	У	(Ккал)	
Меню для 1-4 класс							
	тефтели с соусом	100	6,83	7,04	10,27	130,99	51,66
	Каша молочная овсяная с маслом	185	7,10	9,28	31,34	237,88	12,60
	пюре картофельное	200	5,54	11,16	41,66	208,20	12,30
	напиток лимонный	200	0,06	0,01	20,17	82,18	6,50
	хлеб пшеничный для детского питания	30	2,43	0,42	15,93	77,40	5,00
	хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,33	13,89	68,10	4,50
	ИТОГО	560	17,26	18,96	101,92	566,87	
	Итого за прием	560					79,96
Меню для ММС							
	тефтели с соусом	100	6,83	7,04	10,27	130,99	51,66
	Каша молочная овсяная с маслом	185	7,10	9,28	31,34	237,88	12,60
	пюре картофельное	200	5,54	11,16	41,66	208,20	12,30
	напиток лимонный	200	0,06	0,01	20,17	82,18	6,50
	хлеб пшеничный для детского питания	30	2,43	0,42	15,93	77,40	5,00
	хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,33	13,89	68,10	4,50
	ИТОГО	560	17,26	18,96	101,92	566,87	
	Итого за прием	560					84,47 р
Меню для ОВЗ							
	тефтели с соусом	100	6,83	7,04	10,27	130,99	51,66
	пюре картофельное	200	5,54	11,16	41,66	208,20	12,30
	напиток лимонный	200	0,06	0,01	20,17	82,18	6,50
	хлеб пшеничный для детского питания	30	2,43	0,42	15,93	77,40	5,00
	хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,33	13,89	68,10	4,50
	Фрукты	100					80,00
	ИТОГО	560	17,26	18,96	101,92	566,87	160,48

Утверждаю:
Директор МОБУ ООШ с.Старосубхангулово
Г.С. Тляубаев

МЕНЮ
МОБУ ООШ с.Старосубхангулово
на « 29 » января 2026

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Цена (в руб.)
			Белки	Жиры	углеводы		
День 4		Масса порции	Б	Ж	У		
Меню для 1-4 класс							
	салат Осенний	100	2,09	6,27	16,21	107,13	10,12
	плов с говядиной	225	12,71	18,68	53,26	425,89	54,46
	макароны отварные	210	7,06	5,60	43,60	269,33	18,00
	чай с сахаром	200	0,10	0,03	9,10	25,00	5,38
	хлеб пшеничный для детского питания	30	2,43	0,42	15,93	77,40	5,50
	хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,33	13,89	68,10	4,50
	ИТОГО	585	19,73	25,73	108,39	703,52	
							79,96
Меню для ММС							
	салат Осенний	100	2,09	6,27	16,21	107,13	10,12
	плов с говядиной	225	12,71	18,68	53,26	425,89	54,46
	чай с сахаром	200	0,10	0,03	9,10	25,00	5,38
	хлеб пшеничный для детского питания	30	2,43	0,42	15,93	77,40	5,50
	хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,33	13,89	68,10	4,50
	ИТОГО	585	19,73	25,73	108,39	703,52	
							84,47 р
Меню для ОВЗ							
	салат Осенний	100	2,09	6,27	16,21	107,13	10,12
	плов с говядиной	225	12,71	18,68	53,26	425,89	54,46
	чай с сахаром	200	0,10	0,03	9,10	25,00	5,38
	хлеб пшеничный для детского питания	30	2,43	0,42	15,93	77,40	5,50
	хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,33	13,89	68,10	4,50
	Фрукты	100					85,00
	ИТОГО	585	19,73	25,73	108,39	703,52	
							160,48 р

Утверждаю:
Директор МОБУ ООШ с.Старосубхангулово
А.С. Тляубаев

МЕНЮ
МОБУ ООШ с.Старосубхангулово
на «30» января 2026

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Цена (в руб.)
			Белки	Жиры	углеводы		
День 5		Мас.п	Б	Ж	У	(Ккал)	
Меню для 1-4 класс							
	биточек из птицы с соусом	90	17,29	5,32	10,41	160,07	45,66
	макароны отварные	210	7,06	5,60	43,60	269,33	18,00
	чай с молоком	200	1,40	1,40	11,20	61,00	6,80
	хлеб пшеничный для детского питания	30	2,43	0,42	15,93	77,40	5,00
	хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,33	13,89	68,10	4,500
	ИТОГО	560	30,58	13,07	95,03	635,90	
	Итого за прием	550					
							79,96
Меню для ММС							
	биточек из птицы с соусом	90	17,29	5,32	10,41	160,07	45,66
	макароны отварные	210	7,06	5,60	43,60	269,33	18,00
	чай с молоком	200	1,40	1,40	11,20	61,00	6,80
	хлеб пшеничный для детского питания	30	2,43	0,42	15,93	77,40	5,00
	хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,33	13,89	68,10	4,500
	ИТОГО	560	30,58	13,07	95,03	635,90	
	Итого за прием	550					
							84,47 p
Меню для ОВЗ							
	биточек из птицы с соусом	90	17,29	5,32	10,41	160,07	45,66
	макароны отварные	210	7,06	5,60	43,60	269,33	18,00
	чай с молоком	200	1,40	1,40	11,20	61,00	6,80
	хлеб пшеничный для детского питания	30	2,43	0,42	15,93	77,40	5,00
	хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,40	0,33	13,89	68,10	4,500
	фрукты	100					80,52
	ИТОГО	560	30,58	13,07	95,03	635,90	
							160,48 p