



Меню на 29.11.2021 для организации горячего питания обучающихся, получающих начальное образование в МБОУ СОШ им. Т.Назмиева с.Ябалаково

| №<br>реп.               | Прием пищи,<br>наименование блюда              | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |       | Энергетическая<br>ценность |
|-------------------------|------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|----------------------------|
|                         |                                                |              | Б                    | Ж     | У     |                            |
| 1                       | 2                                              | 3            | 4                    | 5     | 6     | 7                          |
| <b>Завтрак</b>          |                                                |              |                      |       |       |                            |
| 211,56                  | Макаронные изделия с тертым сыром              | 160          | 9,43                 | 12,55 | 33,06 | 283,91                     |
| 282,11                  | Чай витаминизированный                         | 200          |                      |       | 9,7   | 39                         |
| 420,06                  | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами          | 50           | 4                    | 0,5   | 27,5  | 130                        |
| 401                     | Масло сливочное                                | 10           | 0,08                 | 7,25  | 0,13  | 66,1                       |
| 502,53                  | Биточки из мяса птицы с томатным соусом (филе) | 60/30        | 9,95                 | 9,48  | 8,57  | 159,02                     |
| 38                      | Яблоко                                         | 150          | 0,6                  | 0,6   | 14,7  | 70,5                       |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                | 660          | 24,06                | 30,38 | 93,66 | 748,53                     |

**Меню для организации горячего питания обучающихся из многодетных малообеспеченных семей**

| №<br>реп.               | Прием пищи,<br>наименование блюда              | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) |
|-------------------------|------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------------|
|                         |                                                |              | Б                    | Ж     | У      |                                      |
| 1                       | 2                                              | 3            | 4                    | 5     | 6      | 7                                    |
| <b>Завтрак</b>          |                                                |              |                      |       |        |                                      |
| 211,56                  | Макаронные изделия с тертым сыром              | 200          | 11,78                | 15,68 | 41,32  | 354,88                               |
| 282,11                  | Чай витаминизированный                         | 200          |                      |       | 9,7    | 39                                   |
| 420,06                  | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами          | 50           | 4                    | 0,5   | 27,5   | 130                                  |
| 401                     | Масло сливочное                                | 10           | 0,08                 | 7,25  | 0,13   | 66,1                                 |
| 502,53                  | Биточки из мяса птицы с томатным соусом (филе) | 60/30        | 9,95                 | 9,48  | 8,57   | 159,02                               |
| 38                      | Яблоко                                         | 150          | 0,6                  | 0,6   | 14,7   | 70,5                                 |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                | 700          | 26,41                | 33,51 | 101,92 | 819,50                               |

**Меню для организации горячего питания обучающихся питающихся за счет родительского вклада**

| №<br>реп.      | Прием пищи,<br>наименование блюда     | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |       | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) |
|----------------|---------------------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|--------------------------------------|
|                |                                       |              | Б                    | Ж     | У     |                                      |
| 1              | 2                                     | 3            | 4                    | 5     | 6     | 7                                    |
| <b>Завтрак</b> |                                       |              |                      |       |       |                                      |
| 211,56         | Макаронные изделия с тертым сыром     | 200          | 11,78                | 15,68 | 41,32 | 354,88                               |
| 282,11         | Чай витаминизированный                | 200          |                      |       | 9,7   | 39                                   |
| 420,06         | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами | 50           | 4                    | 0,5   | 27,5  | 130                                  |

|                  |                                                |       |       |       |       |        |
|------------------|------------------------------------------------|-------|-------|-------|-------|--------|
| 502,53           | Биточки из мяса птицы с томатным соусом (филе) | 60/30 | 9,95  | 9,48  | 8,57  | 159,02 |
| Итого за Завтрак |                                                | 540   | 25,73 | 25,66 | 87,09 | 682,90 |

**Меню для организации горячего питания обучающимся с ОВЗ и детям инвалидам**

| №<br>рец.        | Прием пищи,<br>наименование<br>блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) |
|------------------|--------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------------|
|                  |                                      |              | Б                    | Ж     | У      |                                      |
| 1                | 2                                    | 3            | 4                    | 5     | 6      | 7                                    |
| <b>Завтрак</b>   |                                      |              |                      |       |        |                                      |
| 502,53           | Биточки из мяса птицы с              | 60/30        | 9,95                 | 9,48  | 8,57   | 159,02                               |
| 211,56           | Макаронные изделия с тертым          | 160          | 9,43                 | 12,55 | 33,06  | 283,91                               |
| 282,11           | Чай                                  | 200          |                      |       | 9,7    | 39                                   |
| 420,06           | Хлеб пшеничный                       | 50           | 4                    | 0,5   | 27,5   | 130                                  |
| 401              | Масло сливочное                      | 10           | 0,08                 | 7,25  | 0,13   | 66,1                                 |
| 38               | Яблоко                               | 100          | 0,4                  | 0,4   | 9,8    | 47                                   |
| Итого за Завтрак |                                      |              | 23,86                | 30,18 | 88,76  | 725,03                               |
| <b>Обед</b>      |                                      |              |                      |       |        |                                      |
| 56,21            | Суп с                                | 250/10       | 2,14                 | 5,76  | 11,48  | 107,06                               |
| 131,80           | Плов из мяса птицы                   | 180          | 15,21                | 16,65 | 37,28  | 359,21                               |
| 283              | Чай с сахаром                        | 200          |                      |       | 9,98   | 39,9                                 |
| 420,02           | Хлеб пшеничный                       | 40           | 3,2                  | 0,4   | 22     | 104                                  |
| 421,11           | Хлеб ржано-                          | 40           | 3,2                  | 0,4   | 18,4   | 88                                   |
| Итого за Обед    |                                      |              | 23,75                | 23,21 | 99,14  | 698,17                               |
| Итого за день    |                                      |              | 47,61                | 53,39 | 187,90 | 1423,20                              |

*Полар: Фахлова Т.М*

Утверждаю  
Директор школы  
Гузиев А.Х.



Меню на 29.11.2021 для организации горячего питания обучающихся, получающих начальное образование в филиале МБОУ СОШим.Т.Назмиева с.Ябалаково НОШ д.Илишево

| №<br>реп.        | Прием пищи,<br>наименование блюда     | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |       |       | Энергетическая<br>ценность |
|------------------|---------------------------------------|-----------------|----------------------|-------|-------|----------------------------|
|                  |                                       |                 | Б                    | Ж     | У     |                            |
| 1                | 2                                     | 3               | 4                    | 5     | 6     | 7                          |
| <b>Завтрак</b>   |                                       |                 |                      |       |       |                            |
| 211,56           | Макаронные изделия с тертым сыром     | 160             | 9,43                 | 12,55 | 33,06 | 283,91                     |
| 282,11           | Чай витаминизированный                | 200             |                      |       | 9,7   | 39                         |
| 420,06           | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами | 50              | 4                    | 0,5   | 27,5  | 130                        |
| 401              | Масло сливочное                       | 10              | 0,08                 | 7,25  | 0,13  | 66,1                       |
| 502,53           | Биточки из мяса птицы с               | 60/30           | 9,95                 | 9,48  | 8,57  | 159,02                     |
| 38               | Яблоко                                | 150             | 0,6                  | 0,6   | 14,7  | 70,5                       |
| Итого за Завтрак |                                       | 660             | 24,06                | 30,38 | 93,66 | 748,53                     |

Меню для организации горячего питания обучающимся с ОВЗ и детям инвалидам

| №<br>реп.        | Прием пищи,<br>наименование                  | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая |
|------------------|----------------------------------------------|-----------------|----------------------|-------|--------|----------------|
|                  |                                              |                 | Б                    | Ж     | У      |                |
| 1                | 2                                            | 3               | 4                    | 5     | 6      | 7              |
| <b>Завтрак</b>   |                                              |                 |                      |       |        |                |
| 502,53           | Биточки из мяса птицы с                      | 60/30           | 9,95                 | 9,48  | 8,57   | 159,02         |
| 211,56           | Макаронные изделия с тертым                  | 160             | 9,43                 | 12,55 | 33,06  | 283,91         |
| 282,11           | Чай витаминизированный                       | 200             |                      |       | 9,7    | 39             |
| 420,06           | Хлеб пшеничный                               | 50              | 4                    | 0,5   | 27,5   | 130            |
| 401              | Масло сливочное                              | 10              | 0,08                 | 7,25  | 0,13   | 66,1           |
| 38               | Яблоко                                       | 100             | 0,4                  | 0,4   | 9,8    | 47             |
| Итого за Завтрак |                                              |                 | 23,86                | 30,18 | 88,76  | 725,03         |
| <b>Обед</b>      |                                              |                 |                      |       |        |                |
| 56,21            | Суп с мелкошинкованным и овощами со сметаной | 250/10          | 2,14                 | 5,76  | 11,48  | 107,06         |
| 131,80           | Плов из мяса птицы                           | 180             | 15,21                | 16,65 | 37,28  | 359,21         |
| 283              | Чай с сахаром                                | 200             |                      |       | 9,98   | 39,9           |
| 420,02           | Хлеб пшеничный                               | 40              | 3,2                  | 0,4   | 22     | 104            |
| 421,11           | Хлеб ржано-                                  | 40              | 3,2                  | 0,4   | 18,4   | 88             |
| Итого за Обед    |                                              |                 | 23,75                | 23,21 | 99,14  | 698,17         |
| Итого за день    |                                              |                 | 47,61                | 53,39 | 187,90 | 1423,20        |

Повар

*Сиб*

Сибгатуллина Р

Утверждаю  
Директор школы  
А. 24 Гузев А.Х.

Меню на 29.11.2021 для организации горячего питания обучающихся питающихся начального класса в филиале МБОУ СОШ им.Т.Назмиева с.Ябалаково с.Старотатышево

| №<br>реп.               | Прием пищи,<br>наименование блюда                 | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |              |              | Энерге-<br>тическая<br>ценность |
|-------------------------|---------------------------------------------------|-----------------|----------------------|--------------|--------------|---------------------------------|
|                         |                                                   |                 | Б                    | Ж            | У            |                                 |
| 1                       | 2                                                 | 3               | 4                    | 5            | 6            | 7                               |
| <b>Завтрак</b>          |                                                   |                 |                      |              |              |                                 |
| 211,56                  | Макаронные изделия с<br>тертым сыром              | 160             | 9,43                 | 12,55        | 33,06        | 283,91                          |
| 282,11                  | Чай витаминизированный                            | 200             |                      |              | 9,7          | 39                              |
| 420,06                  | Хлеб пшеничный<br>обогащенный витаминами          | 50              | 4                    | 0,5          | 27,5         | 130                             |
| 401                     | Масло сливочное                                   | 10              | 0,08                 | 7,25         | 0,13         | 66,1                            |
| 502,53                  | Биточки из мяса птицы с<br>томатным соусом (филе) | 60/30           | 9,95                 | 9,48         | 8,57         | 159,02                          |
| 38                      | Яблоко                                            | 150             | 0,6                  | 0,6          | 14,7         | 70,5                            |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                   | <b>660</b>      | <b>24,06</b>         | <b>30,38</b> | <b>93,66</b> | <b>748,53</b>                   |

Повар

*Идрисова Р*

Идрисова Р

Дошкольная группа с.Ябалаково

МЕНЮ на 29.11.21

Завтрак

| Наименование         | Вес порции |  |
|----------------------|------------|--|
| Каша пшениц. "Артек" | 200/5      |  |
| чай слад. с молоком  | 200        |  |
| бутерброд с мясом    | 50/5       |  |

Обед

| Наименование           | Вес порции |  |
|------------------------|------------|--|
| Суп картоф. с мяс. иф. | 200        |  |
| каша пшениц. мол.      | 200        |  |
| котлетт мясные         | 70         |  |
| компот из сух/фр.      | 200        |  |
| хлеб                   | 60         |  |

Полдник

| Наименование        | Вес порции |  |
|---------------------|------------|--|
| Булочка, "Веснушка" | 60/10      |  |
| чай слад. с лимон.  | 200/10     |  |

Повар: А.

Ахмарова А.Р