



Согласовано
Директор МБОУ СОШ
с.Труншанское
Фазрахатова Г.М.



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с.Труншанское
Фазрахатова Г.М.



УТВЕРЖДАЮ
ИП Резапова Г.Р.
Директор Резапова А.А.

Меню на 16 января 2026 г.

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы, РП, дети с ОВЗ и инвалиды, СВО		День:		пятица		Сезон: зима	
		Неделя:		3		Возрастная категория: 7-11 лет	
		Вход	Выход	Б	Ж	У	Энергетическая ценность рецептуры
Прием пищи	Наименование блюда						
завтрак							
	Каша "Артек" молочная	150/4	6	6	56	276	69
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02
	Бутерброд с сыром	50/10	6	3	40	155	143
	Сок фруктовый	100	1		13	46	50
Итого за завтрак		514	13	9	118	517	76,96
Рацион: дети с ОВЗ и инвалиды, СВО (1-4 классы), ГПД							
обед							
	Салат из свеклы с растительным маслом	60	1	5	5	68	19
	Суп картофельный с крупой пшеничной	200	4	7	16	91	31,11
	Каша перловая рассыпчатая	150/4	5	3	33	180	155,01
	Мясо тушеное с овощами	50	6	7	2	94	29,12
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207
Итого за обед		714	20	23	89	596	86,07
Итого за день		1228	33	32	207	1113	163,03

Меню на 16 января 2026 г.

Рацион: дети из ММС (5-11 классы), дети с ОВЗ и инвалиды, СВО		День:		пятница		Сезон: зима	
		Неделя:		3		Возрастная категория: 12 лет и старше	
		Вход	Выход	Б	Ж	У	Энергетическая ценность рецептуры
Прием пищи	Наименование блюда						
завтрак							
	Каша "Артек" молочная	180/4,5	7	7	67	355	69,02
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02
	Бутерброд с сыром	50/10	6	3	40	155	143,01
	Сок фруктовый	100	1		13	46	50
Итого за завтрак		544,5	14	10	129	596	84,47
Рацион: дети с ОВЗ и инвалиды, СВО (5-11 классы)							
обед							
	Салат из свеклы с растительным маслом	60	1	5	5	68	19
	Суп картофельный с крупой пшеничной	250	5	9	20	120	31,18
	Каша перловая рассыпчатая	180/5	6	4	40	222	155
	Мясо тушеное с овощами	50	6	7	2	94	29,12
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208
Итого за обед		815	24	26	110	716	92,64
Итого за день		1359,5	38	36	239	1312	177,11