



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ СОШ им.Т.Рахманова  
с.Верхнеяркеево

Шафикова Г.И.

**МЕНЮ на 06.09.2022 г.**

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

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
25,23	Салат из свеклы с растительным маслом	100	1,86	8,45	10,96	127,28
506,25	Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	8,76	12,21	8,85	180,64
302	Каша гречневая вязкая с маслом	200/7	6,15	0,19	0,02	0,02
107	Компот из смеси сухофруктов	200	2,40	0,10	41,40	171,00
420,02	Хлеб пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	22	104
Итого за Завтрак		647	22,37	21,35	83,23	582,94

Для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей

25,23	Салат из свеклы с растительным маслом	100	1,86	8,45	10,96	127,28
506,25	Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	8,76	12,21	8,85	180,64
302	Каша гречневая вязкая с маслом	200/7	6,15	0,19	0,02	0,02
107	Компот из смеси сухофруктов	200	2,40	0,10	41,40	171,00
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,4	22	104
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
Итого за Завтрак		747	25,57	24,55	87,73	644,94

Для обучающихся начальных классов

			Б	Ж	У	
25,23	Салат из свеклы с растительным маслом	60	1,12	5,07	6,58	76,37
506,25	Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	8,76	12,21	8,85	180,64
175,11	Каша гречневая вязкая с маслом	130/4	4,13	3,97	18,61	126,54
107	Компот из смеси сухофруктов	200	2,40	0,10	41,40	171,00
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный	40	3,2	0,4	22	104
476,01	Кисломолочный продукт для дет.пит.	100	3,2	3,2	4,5	62
Итого		634	22,81	24,95	101,94	720,55

Для обучающихся с ОВЗ и инвалидов

рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
506,25	Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	8,76	12,21	8,85	180,64
175,11	Каша гречневая вязкая с маслом	130/4	4,13	3,97	18,61	126,54
107	Компот из смеси сухофруктов	200	2,40	0,10	41,40	171,00
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный	40	3,2	0,4	22	104
476,01	Кисломолочный продукт для дет.пит	100	3,2	3,2	4,5	62
Итого за завтрак		574	21,69	19,88	95,36	644,18
25,23	Салат из свеклы с растительным маслом	60	1,12	5,07	6,58	76,37
66,63	Суп-лапша	200	2,22	4,23	12,49	97,08
97,64	Жаркое по-домашнему	180	11,56	14,11	21,08	257,88
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный	50	4	0,5	27,5	130
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для дет.пит	40	3,2	0,4	18,4	88
Итого за Обед		730	22,1	24,3	96,0	689,2

Шеф-повар *Мансурова Г.Р.*