



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

Шафикова Г.И.

МЕНЮ на 27.09.2022 г.

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

| №<br>реп.        | Прием пищи, наименование блюда | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |       |       | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|------------------|--------------------------------|-----------------|----------------------|-------|-------|-----------------------------------|
|                  |                                |                 | Б                    | Ж     | У     |                                   |
| 25,09            | Салат из свеклы с яблоками     | 60              | 0,68                 | 3,11  | 5,95  | 54,96                             |
| 129,08           | Суп картофельный с горохом     | 265             | 8,27                 | 0,16  | 0,02  | 0,02                              |
|                  | Каша манная                    | 44              | 11,00                | 8,00  | 10,00 | 160,0                             |
| 107              | Компот из смеси сухофруктов    | 200             | 2,40                 | 0,10  | 41,40 | 171,00                            |
| 420,06           | Хлеб пшеничный                 | 50              | 4                    | 0,5   | 27,5  | 130                               |
| Итого за Завтрак |                                | 619             | 26,35                | 11,87 | 84,87 | 515,98                            |

Для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей

|                  |                                            |     |       |       |       |        |
|------------------|--------------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|
| 25,09            | Салат из свеклы с яблоками                 | 60  | 0,68  | 3,11  | 5,95  | 54,96  |
| 78,03            | Каша манная                                | 200 | 24,95 | 26,91 | 3,28  | 356,8  |
| 129,08           | Суп картофельный с горохом                 | 265 | 8,27  | 0,16  | 0,02  | 0,02   |
|                  | Фрикадельки мясные                         | 44  | 11,00 | 8,00  | 10,00 | 160,0  |
| 107              | Компот из смеси сухофруктов                | 200 | 2,40  | 0,10  | 41,40 | 171,00 |
| 420,06           | Хлеб пшеничный                             | 50  | 4     | 0,5   | 27,5  | 130    |
| 476,01           | Кисломолочный продукт для детского питания | 100 | 3,2   | 3,2   | 4,5   | 62     |
| Итого за Завтрак |                                            | 919 | 54,50 | 41,98 | 92,65 | 934,78 |

Для обучающихся начальных классов

|                  |                                            |        |       |       |        |        |
|------------------|--------------------------------------------|--------|-------|-------|--------|--------|
| 25,09            | Салат из свеклы с яблоками                 | 60     | 0,68  | 3,11  | 5,95   | 54,96  |
| 78,03            | Манная каша                                | 120    | 14,97 | 16,15 | 1,97   | 214,08 |
| 129,08           | Суп картофельный с горохом                 | 200/15 | 6,62  | 3,88  | 28,57  | 175,69 |
|                  | Фрикадельки мясные                         | 44     | 11,00 | 8,00  | 10,00  | 160,0  |
| 107              | Компот из смеси сухофруктов                | 200    | 2,40  | 0,10  | 41,40  | 171,00 |
| 420,06           | Хлеб пшеничный                             | 50     | 4     | 0,5   | 27,5   | 130    |
|                  | Булочка                                    | 100    | 8     | 10,0  | 39,0   | 357    |
| 476,01           | Кисломолочный продукт для детского питания | 100    | 3,2   | 3,2   | 4,5    | 62     |
| Итого за Завтрак |                                            | 530    | 42,87 | 34,94 | 119,89 | 967,73 |

Для обучающихся с ОВЗ и инвалидов

|                  |                                            |     |       |       |       |        |
|------------------|--------------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|
| 649,09           | Морковь отварная с растительным маслом     | 30  | 0,42  | 1,83  | 2,25  | 27,59  |
| 78,03            | Каша манная                                | 200 | 24,95 | 26,91 | 3,28  | 356,8  |
| 107              | Компот из смеси сухофруктов                | 200 | 2,40  | 0,10  | 41,40 | 171,00 |
| 420,06           | Хлеб пшеничный                             | 50  | 4     | 0,5   | 27,5  | 130    |
| 476,01           | Кисломолочный продукт для детского питания | 100 | 3,2   | 3,2   | 4,5   | 62     |
| Итого за Завтрак |                                            | 580 | 34,97 | 32,54 | 78,93 | 747,39 |

Обед

|               |                                           |        |       |       |        |        |
|---------------|-------------------------------------------|--------|-------|-------|--------|--------|
| 25,09         | Салат из свеклы с яблоками                | 60     | 0,68  | 3,11  | 5,95   | 54,96  |
| 129,08        | Суп картофельный с горохом                | 250/15 | 8,27  | 0,16  | 0,02   | 0,02   |
|               | Фрикадельки мясные                        | 44     | 11,00 | 8,00  | 10,00  | 160,0  |
| 118,08        | Рагу овощное с отварным мясом             | 200    | 16,2  | 19,05 | 15,025 | 297,25 |
| 305,11        | Витаминизированный кисель                 | 200    |       |       | 23,5   | 95     |
| 420,02        | Хлеб пшеничный                            | 40     | 3,2   | 0,4   | 22     | 104    |
| 421,11        | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания | 40     | 3,2   | 0,4   | 18,4   | 88     |
| Итого за Обед |                                           | 849    | 42,55 | 31,12 | 94,90  | 799,23 |

Шеф-повар Мансурова Г.Р.