

Согласовано:

Директор МБОУ ШИСОО

с.Новокабаново

(Башарова Г.Г.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

## Меню

на 28.11.2025, МБОУ ШИСОО с.Новокабаново, Каб.Интернат.Мл

| Выход (г) | Наименование блюда | Белки | Жиры | Углевод<br>ы | Калорий<br>ность | Стоимость<br>питания |
|-----------|--------------------|-------|------|--------------|------------------|----------------------|
|-----------|--------------------|-------|------|--------------|------------------|----------------------|

### 2 завтрак

|     |                                                   |   |   |    |     |  |
|-----|---------------------------------------------------|---|---|----|-----|--|
| 5   | Масло сливочное (порциями)                        |   | 4 |    | 33  |  |
| 40  | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания) | 3 |   | 22 | 104 |  |
| 180 | Чай с молоком                                     | 1 | 1 | 11 | 63  |  |
| 225 | Итого за 2 завтрак                                | 4 | 5 | 33 | 200 |  |

### Обед

|       |                                                         |    |    |    |     |  |
|-------|---------------------------------------------------------|----|----|----|-----|--|
| 250/5 | Свекольник на мясном бульоне со сметаной                | 17 | 11 | 18 | 247 |  |
| 10    | Гренки из пшеничного хлеба                              | 1  |    | 8  | 37  |  |
| 180   | Говядина тушеная с картофелем                           | 14 | 15 | 18 | 266 |  |
| 200   | Чай с сахаром (2-й вариант)                             |    |    | 10 | 40  |  |
| 25    | Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания) | 2  |    | 12 | 55  |  |
| 40    | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)       | 3  |    | 22 | 104 |  |
| 710   | Итого за Обед                                           | 37 | 26 | 88 | 749 |  |

### Полдник

|     |                             |   |   |    |     |  |
|-----|-----------------------------|---|---|----|-----|--|
| 60  | Сдоба обыкновенная          | 5 | 8 | 36 | 235 |  |
| 200 | Чай с сахаром (2-й вариант) |   |   | 10 | 40  |  |
| 260 | Итого за Полдник            | 5 | 8 | 46 | 275 |  |

### Ужин

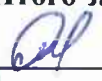
|       |                                  |   |    |    |     |  |
|-------|----------------------------------|---|----|----|-----|--|
| 60/30 | Зразы школьные с соусом томатным | 9 | 12 | 10 | 188 |  |
|-------|----------------------------------|---|----|----|-----|--|

|     |                                                            |    |    |    |     |  |
|-----|------------------------------------------------------------|----|----|----|-----|--|
| 150 | Капуста тушеная                                            | 4  | 6  | 16 | 136 |  |
| 200 | Чай с сахаром (2-й вариант)                                |    |    | 10 | 40  |  |
| 35  | Хлеб ржаной обдирный обогащенный<br>(для детского питания) | 3  |    | 16 | 77  |  |
| 40  | Хлеб пшеничный обогащенный (для<br>детского питания)       | 3  |    | 22 | 104 |  |
| 515 | Итого за Ужин                                              | 19 | 18 | 74 | 545 |  |

Вечерний ужин

|       |                        |    |    |     |       |        |
|-------|------------------------|----|----|-----|-------|--------|
| 200/4 | Кефир с сахаром        | 6  | 6  | 12  | 134   |        |
| 204   | Итого за Вечерний ужин | 6  | 6  | 12  | 134   |        |
|       | Итого за день          | 71 | 63 | 253 | 1 903 | 280-00 |

повар

 (Яхина Р.Р.)

Согласовано:

Директор МБОУ ШИСОО

с.Новокабаново

(Башарова Г.Г.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

## Меню

на 28.11.2025, МБОУ ШИСОО с.Новокабаново, Каб.ИнтернатСт

| Выход (г) | Наименование блюда | Белки | Жиры | Углевод<br>ы | Калорий<br>ность | Стоимость<br>питания |
|-----------|--------------------|-------|------|--------------|------------------|----------------------|
|-----------|--------------------|-------|------|--------------|------------------|----------------------|

### 2 завтрак

|     |                                                   |   |   |    |     |  |
|-----|---------------------------------------------------|---|---|----|-----|--|
| 5   | Масло сливочное (порциями)                        |   | 4 |    | 33  |  |
| 40  | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания) | 3 |   | 22 | 104 |  |
| 180 | Чай с молоком                                     | 1 | 1 | 11 | 63  |  |
| 225 | Итого за 2 завтрак                                | 4 | 5 | 33 | 200 |  |

### Обед

|       |                                                         |    |    |     |     |  |
|-------|---------------------------------------------------------|----|----|-----|-----|--|
| 300/5 | Свекольник на мясном бульоне со сметаной                | 21 | 14 | 22  | 294 |  |
| 10    | Гренки из пшеничного хлеба                              | 1  |    | 8   | 37  |  |
| 200   | Говядина тушеная с картофелем                           | 15 | 17 | 21  | 298 |  |
| 200   | Чай с сахаром (2-й вариант)                             |    |    | 10  | 40  |  |
| 40    | Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания) | 3  |    | 18  | 88  |  |
| 55    | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)       | 4  | 1  | 30  | 143 |  |
| 810   | Итого за Обед                                           | 44 | 32 | 109 | 900 |  |

### Полдник

|     |                             |   |   |    |     |  |
|-----|-----------------------------|---|---|----|-----|--|
| 60  | Сдоба обыкновенная          | 5 | 8 | 36 | 235 |  |
| 180 | Чай с сахаром (2-й вариант) |   |   | 9  | 36  |  |
| 240 | Итого за Полдник            | 5 | 8 | 45 | 271 |  |

### Ужин

|       |                                  |   |    |    |     |  |
|-------|----------------------------------|---|----|----|-----|--|
| 60/40 | Зразы школьные с соусом томатным | 9 | 13 | 11 | 195 |  |
|-------|----------------------------------|---|----|----|-----|--|

|     |                                                            |    |    |    |     |  |
|-----|------------------------------------------------------------|----|----|----|-----|--|
| 210 | Капуста тушеная                                            | 5  | 9  | 22 | 191 |  |
| 200 | Чай с сахаром (2-й вариант)                                |    |    | 10 | 40  |  |
| 60  | Хлеб ржаной обдирный обогащенный<br>(для детского питания) | 5  | 1  | 28 | 132 |  |
| 40  | Хлеб пшеничный обогащенный (для<br>детского питания)       | 3  |    | 22 | 104 |  |
| 610 | Итого за Ужин                                              | 22 | 23 | 93 | 662 |  |

Вечерний ужин

|       |                        |    |    |     |       |        |
|-------|------------------------|----|----|-----|-------|--------|
| 200/4 | Кефир с сахаром        | 6  | 6  | 12  | 134   |        |
| 204   | Итого за Вечерний ужин | 6  | 6  | 12  | 134   |        |
|       | Итого за день          | 81 | 74 | 292 | 2 167 | 310-00 |

повар

  
\_\_\_\_\_

(Яхина Р.Р.)

Согласовано:  
Директор МБОУ ШИСОО  
с.Новокабаново

(Башарова Г.Г.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

## Меню

на 28.11.2025, МБОУ ШИСОО с.Новокабаново, Сотрудники КШ

| Выход (г)      | Наименование блюда                                   | Белки | Жиры | Углевод<br>ы | Калорий<br>ность | Стоимость<br>питания |
|----------------|------------------------------------------------------|-------|------|--------------|------------------|----------------------|
| <u>Завтрак</u> |                                                      |       |      |              |                  |                      |
| 70             | Гуляш из мяса птицы                                  | 7     | 8    | 2            | 107              |                      |
| 215            | Гречка отварная рассыпчатая                          | 9     | 7    | 41           | 263              |                      |
| 200            | Чай с сахаром (2-й вариант)                          |       |      | 10           | 40               |                      |
| 65             | Хлеб пшеничный обогащенный (для<br>детского питания) | 5     | 1    | 36           | 169              |                      |
| 550            | Итого за Завтрак                                     | 21    | 16   | 89           | 579              |                      |
|                | Итого за день                                        | 21    | 16   | 89           | 579              | 98-00                |

повар

(Яхина Р.Р.)

Согласовано:

Директор МБОУ ШИСОО

с.Новокабаново

(Башарова Г.Г.)

Утверждаю:

Минязов Р.Н.

## Меню

на 28.11.2025, МБОУ ШИСОО с.Новокабаново, КР ШК 7-10 лет

| Выход (г) | Наименование блюда | Белки | Жиры | Углевод<br>ы | Калорий<br>ность | Стоимость<br>питания |
|-----------|--------------------|-------|------|--------------|------------------|----------------------|
|-----------|--------------------|-------|------|--------------|------------------|----------------------|

### Завтрак

|       |                                                   |    |     |     |       |  |
|-------|---------------------------------------------------|----|-----|-----|-------|--|
| 25/35 | Гуляш из мяса птицы                               | 6  | 7   | 2   | 91    |  |
| 190   | Гречка отварная рассыпчатая                       | 8  | 6   | 36  | 233   |  |
| 200   | Чай с сахаром (2-й вариант)                       |    |     | 10  | 40    |  |
| 50    | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания) | 4  | 1   | 28  | 130   |  |
| 75    | Шоколад Очень молочный                            | 78 | 343 | 541 | 5 570 |  |
| 200   | Сок 0,2                                           | 1  |     | 20  | 92    |  |
| 775   | Итого за Завтрак                                  | 97 | 357 | 637 | 6 156 |  |

### Обед

|        |                                                         |     |     |     |       |        |
|--------|---------------------------------------------------------|-----|-----|-----|-------|--------|
| 250/5  | Свекольник на мясном бульоне со сметаной                | 17  | 11  | 18  | 247   |        |
| 10     | Гренки из пшеничного хлеба                              | 1   |     | 8   | 37    |        |
| 25/155 | Говядина тушеная с овощами в соусе                      | 14  | 16  | 18  | 275   |        |
| 200    | Чай с сахаром (2-й вариант)                             |     |     | 10  | 40    |        |
| 25     | Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания) | 2   |     | 12  | 55    |        |
| 40     | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)       | 3   |     | 22  | 104   |        |
| 710    | Итого за Обед                                           | 37  | 27  | 88  | 758   |        |
|        | Итого за день                                           | 134 | 384 | 725 | 6 914 | 328-73 |

повар

(Яхина Р.Р.)

Согласовано:

Директор МБОУ ШИСОО

с.Новокабаново

(Башарова Г.Г.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

## Меню

на 28.11.2025, МБОУ ШИСОО с.Новокабаново, КР\_ШК\_11-18лет

| Выход (г) | Наименование блюда | Белки | Жиры | Углевод<br>ы | Калорий<br>ность | Стоимость<br>питания |
|-----------|--------------------|-------|------|--------------|------------------|----------------------|
|-----------|--------------------|-------|------|--------------|------------------|----------------------|

### Завтрак

|     |                                                   |    |    |    |     |  |
|-----|---------------------------------------------------|----|----|----|-----|--|
| 70  | Гуляш из мяса птицы                               | 7  | 8  | 2  | 107 |  |
| 215 | Гречка отварная рассыпчатая                       | 9  | 7  | 41 | 263 |  |
| 200 | Чай с сахаром (2-й вариант)                       |    |    | 10 | 40  |  |
| 65  | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания) | 5  | 1  | 36 | 169 |  |
| 550 | Итого за Завтрак                                  | 21 | 16 | 89 | 579 |  |

### Обед

|       |                                                         |    |    |     |       |        |
|-------|---------------------------------------------------------|----|----|-----|-------|--------|
| 300/5 | Свекольник на мясном бульоне со сметаной                | 21 | 14 | 22  | 294   |        |
| 200   | Говядина тушеная с овощами в соусе                      | 16 | 18 | 20  | 306   |        |
| 10    | Гренки из пшеничного хлеба                              | 1  |    | 8   | 37    |        |
| 200   | Чай с сахаром (2-й вариант)                             |    |    | 10  | 40    |        |
| 40    | Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания) | 3  |    | 18  | 88    |        |
| 55    | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)       | 4  | 1  | 30  | 143   |        |
| 810   | Итого за Обед                                           | 45 | 33 | 108 | 908   |        |
|       | Итого за день                                           | 66 | 49 | 197 | 1 487 | 188-02 |

повар

(Яхина Р.Р.)