



Организация  
питания



Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ с.Ишкарово

Хасанова Г.Ф.

## Меню на 12.01.2026

### Завтрак (для обучающихся начальных классов)

| № рецепта    | Наименование блюда                                 | Выход блюда, гр. | Белки         | Жиры          | Углеводы       | Энергетическая ценность, ккал |
|--------------|--|------------------|---------------|---------------|----------------|-------------------------------|
| 123          | Плов из птицы                                      | 200              | 10,850        | 22,690        | 54,050         | 462,030                       |
| 259          | Чай с молоком и сахаром                            | 200              | 1,650         | 1,650         | 12,400         | 71,400                        |
| 3            | Хлеб ржаной, обогащенный витаминами                | 25               | 2,033         | 0,250         | 12,200         | 60,500                        |
| 1            | Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания) | 25               | 1,975         | 0,249         | 12,035         | 60,258                        |
|              | Сок фруктовый в индивид. упаковке, 0,2 л           | 200              | 1             | 0,2           | 10,2           | 92                            |
| <b>Итого</b> |  | <b>850</b>       | <b>17,509</b> | <b>25,039</b> | <b>100,885</b> | <b>746,188</b>                |

### Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей и СВО)

| № рецепта    | Наименование блюда                       | Выход блюда, гр. | Белки         | Жиры          | Углеводы       | Энергетическая ценность, ккал |
|--------------|--|------------------|---------------|---------------|----------------|-------------------------------|
| 123          | Плов из птицы                            | 250              | 13,560        | 28,360        | 67,560         | 577,530                       |
| 259          | Чай с молоком и сахаром                  | 200              | 1,650         | 1,650         | 12,400         | 71,400                        |
| 3            | Хлеб ржаной, обогащенный витаминами      | 25               | 2,033         | 0,250         | 12,200         | 60,500                        |
| 1            | Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами   | 25               | 1,233         | 0,250         | 11,200         | 52,500                        |
|              | Сок фруктовый в индивид. упаковке, 0,2 л | 200              | 1             | 0,2           | 10,2           | 92                            |
| <b>Итого</b> |  | <b>700</b>       | <b>19,477</b> | <b>30,710</b> | <b>113,560</b> | <b>853,930</b>                |

### Завтрак (для детей, питающихся за счет родительского взноса)

| № рецепта | Наименование блюда                     | Выход блюда, гр. | Белки         | Жиры          | Углеводы       | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------|--|------------------|---------------|---------------|----------------|-------------------------------|
| 123       | Плов из птицы                          | 250              | 13,560        | 28,360        | 67,560         | 577,530                       |
| 259       | Чай с молоком и сахаром                | 200              | 1,650         | 1,650         | 12,400         | 71,400                        |
| 3         | Хлеб ржаной, обогащенный витаминами    | 25               | 2,033         | 0,250         | 12,200         | 60,500                        |
| 1         | Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами | 25               | 1,233         | 0,250         | 11,200         | 52,500                        |
|           | <b>Итого</b>                           | <b>500</b>       | <b>16,907</b> | <b>28,880</b> | <b>100,970</b> | <b>731,040</b>                |

Повар



Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ с.Ишкарово

 Хасанова Г.Ф.

Дошкольная группа с. Ишкарово

**Меню** на 12.01.2026

| Завтрак                       | Выход блюд, грамм |                |
|-------------------------------|-------------------|----------------|
|                               | До 3-х лет        | Старше 3-х лет |
| Каша рисовая молочная         | 200/5             | 200/5          |
| Чай с сахаром                 | 200               | 200            |
| Хлеб с сыром                  | 50/10             | 50/10          |
| <b>II завтрак</b>             |                   |                |
| Сок 0,2                       | 100               | 100            |
| <b>Обед</b>                   |                   |                |
| Суп картофельный с вермишелью | 200               | 200            |
| Пюре картофельное             | 130               | 130            |
| Котлеты рубленные из птицы    | 60                | 60             |
| Компот из смеси сухофруктов   | 200               | 200            |
| Хлеб пшеничный                | 50                | 50             |
| <b>Полдник</b>                |                   |                |
| Блинчики со сгущенкой         | 70/15             | 70/15          |
| Чай с молоком и сахаром       | 200               | 200            |

Повар Инг- Имамова З.Р.