



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Грунцанцево
Фахрахманова Г.М.

Согласовано
Директор МБОУ СОШ
с. Грунцанцево
Фахрахманова Г.М.

УТВЕРЖДАЮ
ИП Резяпова Г.Р.
Директор Резяпова Г.Р.

Меню на 12 января 2026 г.

Меню на 12 января 2026 г.

Рацион: дети из ММС ,1-4 классы, РП, дети с ОВЗ и инвалиды, СВО		День:		пятидневник		Сезон: зима		
		Неделя:	3	Возрастная категория: 7-11 лет				
				Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность	№ рецептуры	стоимость
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У			
			завтрак					
	Каша гречневая рассыпчатая	150/4	9	6	39	265	65	
	Котлеты Ладушки	60	6	10	12	194	486,02	
	Соус томатный	40	1	3	3	29	593,06	
	Напиток из свежих мороженых ягод	200/10	1		21	89	102,03	
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207,02	
Итого за завтрак		514	21	20	99	700		76,96

Рацион: дети с ОВЗ и инвалиды, СВО (1-4 классы), ГПД

обед									
	Борщ с капустой и картофелем	250/10	5	10	14	104	27,1		
	Макаронные изделия отварные	150/4	6	4	37	204	77,01		
	Рыба, (филе) тушеная в томате с овощами	30/40	6	4	1	66	187		
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02		
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207		
Итого за обед		734	21	19	85	537			86,07
Итого за день		1248	42	39	184	1237			163,03

Рацион: дети из ММС (5-11 классы), дети с ОВЗ и инвалиды, СВО		Дневн:	пятидневник		Средн. знач		
			Неделя:	3	Возрастная категория: 12 лет и старше		
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность	№ рецептуры	стоимость
			Б	Ж			
завтрак							
	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	10	7	45	288	65,02
	Котлеты Ладушки	60	6	10	12	194	486,02
	Соус томатный	40	1	3	3	29	593,06
	Напиток из свежих мороженных ягод	200/10	1		21	89	102,03
	Хлеб пшеничный	55	4	1	27	135	207,01
Итого за завтрак		550	22	21	108	735	84,47

Рацион: дети с ОВЗ и инвалиды, СВО (5-11 классы)

обед									
	Борщ с капустой и картофелем	250/10	5	10	14	104	27,1		
	Макаронные изделия отварные	180/5	7	4	44	246	77,02		
	Рыба, (филе) тушеная в томате с овощами	30/40	6	4	1	66	187		
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02		
	Хлеб пшеничный	70	6	1	34	172	208		
Итого за обед		785	24	19	102	628			92,64
Итого за день		1335	46	40	210	1363			177,11