

Согласовано:  
Директор МБОУ ШИСОО  
с.Новокабаново

(Башарова Г.Г.)



Утверждаю:  
Минязов Р.Н.

## Меню

на 20.01.2026, МБОУ ШИСОО с.Новокабаново, Каб.Интернат.Мл

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Стоимость питания
-----------	--------------------	-------	------	----------	--------------	-------------------

### 2 завтрак

50	Яйца вареные	6	6		79	
40	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	3		22	104	
180	Чай с молоком	1	1	11	63	
270	Итого за 2 завтрак	10	7	33	246	

### Обед

60	Икра морковная	1	6	6	85	
250	Суп-лапша домашняя на курином бульоне	4	6	16	135	
25/165	Кулеш (гречка с мясом)	29	20	44	474	
200	Компот из изюма			24	100	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
765	Итого за Обед	39	33	126	963	

### Полдник

60	Ватрушка с повидлом	4	2	40	192	
180	Чай с сахаром (2-й вариант)			9	36	
240	Итого за Полдник	4	2	49	228	

### Ужин

60	Свекла отварная	1		6	27	
175/5	Запеканка картофельная с мясом и маслом	10	19	34	351	

<b>200</b>	<b>Чай с сахаром (2-й вариант)</b>			10	40	
<b>35</b>	<b>Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)</b>	3		16	77	
<b>40</b>	<b>Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)</b>	3		22	104	
<b>515</b>	<b>Итого за Ужин</b>	17	19	88	599	

**Вечерний ужин**

<b>200/4</b>	<b>Кефир с сахаром</b>	6	6	12	134	
<b>204</b>	<b>Итого за Вечерний ужин</b>	6	6	12	134	
	<b>Итого за день</b>	76	67	308	2 170	<b>280-00</b>

повар

 (Яхина Р.Р.)

**Согласовано:**  
**Директор МБОУ ШИСОО**  
**с.Новокабаново** (І)



(Башарова Г.Г.)



**Утверждаю:**

Минязов Р.Н.

## Меню

на 20.01.2026, МБОУ ЩИСОО с.Новокабаново, Каб.ИнтернатСт

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Стоимость питания
-----------	--------------------	-------	------	----------	--------------	-------------------

2 завтрак

<b>50</b>	<b>Яйца вареные</b>	6	6		79
<b>40</b>	<b>Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)</b>	3		22	104
<b>180</b>	<b>Чай с молоком</b>	1	1	11	63
<b>270</b>	<b>Итого за 2 завтрак</b>	10	7	33	246

Обед

<b>300</b>	<b>Суп-лапша домашняя на мясном бульоне</b>	25	14	18	302	
<b>25/190</b>	<b>Кулеш (гречка с мясом)</b>	32	22	51	533	
<b>200</b>	<b>Компот из изюма</b>			24	100	
<b>85</b>	<b>Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)</b>	7	1	47	221	
<b>800</b>	<b>Итого за Обед</b>	64	37	140	1 156	

Полдник

<b>60</b>	<b>Ватрушка с повидлом</b>	4	2	40	192
<b>180</b>	<b>Чай с сахаром (2-й вариант)</b>			9	36
<b>240</b>	<b>Итого за Полдник</b>	4	2	49	228

Ужин

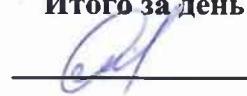
<b>60</b>	<b>Свекла отварная</b>	1	6	27	
<b>245/5</b>	<b>Запеканка картофельная с мясом и маслом</b>	14	26	48	480
<b>200</b>	<b>Чай с сахаром (2-й вариант)</b>		10	40	

<b>60</b>	<b>Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)</b>	5	1	28	132	
<b>40</b>	<b>Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)</b>	3		22	104	
<b>610</b>	<b>Итого за Ужин</b>	23	27	114	783	

**Вечерний ужин**

<b>200/4</b>	<b>Кефир с сахаром</b>	6	6	12	134	
<b>204</b>	<b>Итого за Вечерний ужин</b>	6	6	12	134	
	<b>Итого за день</b>	107	79	348	2 547	<b>310-00</b>

повар

 (Яхина Р.Р.)

Согласовано:  
Директор МБОУ ШИСОО  
с.Новокабаново (Башарова Г.Г.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.



## Меню

на 20.01.2026, МБОУ ШИСОО с.Новокабаново, Сотрудники КШ

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Стоимость питания
-----------	--------------------	-------	------	----------	--------------	-------------------

### Завтрак

225	Каша жидккая молочная из рисовой крупы с маслом сливочным	6	7	37	235	
60	Булочка дорожная	4	9	35	236	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	5	1	30	143	
550	Итого за Завтрак	15	17	112	654	
	Итого за день	15	17	112	654	<b>103-00</b>

повар

Р.Н. (Яхина Р.Н.)

Согласовано:  
Директор МБОУ ШИСОО  
с.Новокабаново

(Башарова Г.Г.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.



## Меню

на 20.01.2026, МБОУ ШИСОО с.Новокабаново, КР\_ШК\_7-10лет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Стоимость питания
-----------	--------------------	-------	------	----------	--------------	-------------------

### Завтрак

190	Каша жидккая молочная из рисовой крупы с маслом сливочным	5	6	31	199	
60	Булочка дорожная	4	9	35	236	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	4	1	23	110	
500	Итого за Завтрак	13	16	99	585	

### Обед

250	Суп-лапша домашняя на мясном бульоне	21	12	15	251	
25/165	Кулеш (гречка с мясом)	29	20	44	474	
200	Компот из изюма			24	100	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
705	Итого за Обед	55	33	119	994	
	Итого за день	68	49	218	1 579	<b>186-07</b>

повар

  
(Яхина Р.Р.)

Согласовано:  
Директор МБОУ ШИСОО  
с.Новокабаново (Башарова Г.Г.)

Утверждаю:

Минязов Р.Н.



## Меню

на 20.01.2026, МБОУ ШИСОО с.Новокабаново, КР\_ШК\_11-18лет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Стоимость питания
-----------	--------------------	-------	------	----------	--------------	-------------------

### Завтрак

225	Каша жидккая молочная из рисовой крупы с маслом сливочным	6	7	37	235	
60	Булочка дорожная	4	9	35	236	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	5	1	30	143	
550	Итого за Завтрак	15	17	112	654	

### Обед

300	Суп-лапша домашняя на мясном бульоне	25	14	18	302	
25/190	Кулеши (гречка с мясом)	32	22	51	533	
200	Компот из изюма			24	100	
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221	
800	Итого за Обед	64	37	140	1 156	
	Итого за день	79	54	252	1 810	195-64

повар

(Яхина Р.Р.)