

Согласовано:

Директор МБОУ ШИСОО

с.Новокабаново

(Башарова Г.Г.)

Утверждаю:

Минязов Р.Н.

## Меню

на 27.01.2026, 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    | Суп-лапша домашняя на курином бульоне                   | 4  | 6  | 16  | 135 |  |
| 30/155 | Плов из птицы                                           | 14 | 17 | 43  | 386 |  |
| 200    | Лимонад лимонный                                        |    |    | 22  | 93  |  |
| 25     | Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания) | 2  |    | 12  | 55  |  |
| 40     | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)       | 3  |    | 22  | 104 |  |
| 700    | Итого за Обед                                           | 23 | 23 | 115 | 773 |  |

### Полдник

|        |                              |    |    |    |     |  |
|--------|------------------------------|----|----|----|-----|--|
| 100/20 | Блины (дрожжевые) с повидлом | 8  | 7  | 54 | 304 |  |
| 200    | Какао с молоком              | 4  | 4  | 20 | 129 |  |
| 320    | Итого за Полдник             | 12 | 11 | 74 | 433 |  |

### Ужин

|           |                                                  |    |   |    |     |  |
|-----------|--------------------------------------------------|----|---|----|-----|--|
| 50/40/150 | Рыба (минтай), запеченная с картофелем по-русски | 15 | 9 | 38 | 292 |  |
|-----------|--------------------------------------------------|----|---|----|-----|--|

|     |                                                         |    |   |    |     |  |
|-----|---------------------------------------------------------|----|---|----|-----|--|
| 200 | Чай с сахаром (2-й вариант)                             |    |   | 10 | 40  |  |
| 35  | Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания) | 3  |   | 16 | 77  |  |
| 40  | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)       | 3  |   | 22 | 104 |  |
| 515 | Итого за Ужин                                           | 21 | 9 | 86 | 513 |  |

Вечерний ужин

|       |                        |    |    |     |       |        |
|-------|------------------------|----|----|-----|-------|--------|
| 200/4 | Кефир с сахаром        | 6  | 6  | 12  | 134   |        |
| 204   | Итого за Вечерний ужин | 6  | 6  | 12  | 134   |        |
|       | Итого за день          | 66 | 54 | 320 | 2 053 | 280-00 |

повар

  
\_\_\_\_\_

(Яхина Р.Р.)

Согласовано:

Директор МБОУ ШИСОО

с.Новокабаново (Башарова Г.Г.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

## Меню

на 27.01.2026, 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    | Суп-лапша домашняя на курином бульоне                   | 5  | 7  | 19  | 162 |  |
| 30/170 | Плов из птицы                                           | 15 | 18 | 48  | 415 |  |
| 200    | Лимонад лимонный                                        |    |    | 22  | 93  |  |
| 40     | Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания) | 3  |    | 18  | 88  |  |
| 55     | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)       | 4  | 1  | 30  | 143 |  |
| 795    | Итого за Обед                                           | 27 | 26 | 137 | 901 |  |

### Полдник

|        |                              |    |    |    |     |  |
|--------|------------------------------|----|----|----|-----|--|
| 100/20 | Блины (дрожжевые) с повидлом | 8  | 7  | 54 | 304 |  |
| 200    | Какао с молоком              | 4  | 4  | 20 | 129 |  |
| 320    | Итого за Полдник             | 12 | 11 | 74 | 433 |  |

### Ужин

|               |                                                  |    |    |    |     |  |
|---------------|--------------------------------------------------|----|----|----|-----|--|
| 50/50/20<br>0 | Рыба (минтай), запеченная с картофелем по-русски | 16 | 12 | 50 | 373 |  |
|---------------|--------------------------------------------------|----|----|----|-----|--|

|     |                                                            |    |    |     |     |  |
|-----|------------------------------------------------------------|----|----|-----|-----|--|
| 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 |  |
| 600 | Итого за Ужин                                              | 24 | 13 | 110 | 649 |  |

**Вечерний ужин**

|       |                        |    |    |     |       |               |
|-------|------------------------|----|----|-----|-------|---------------|
| 200/4 | Кефир с сахаром        | 6  | 6  | 12  | 134   |               |
| 204   | Итого за Вечерний ужин | 6  | 6  | 12  | 134   |               |
|       | Итого за день          | 73 | 61 | 366 | 2 317 | <b>310-00</b> |

повар

  
\_\_\_\_\_  
(Яхина Р.Р.)

Согласовано:

Директор МБОУ ШИСОО

с.Новокабаново (Башарова Г.Г.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

## Меню

на 27.01.2026, МБОУ ШИСОО с.Новокабаново, Сотрудники КШ

| Выход (г)      | Наименование блюда                                      | Белки | Жиры | Углевод<br>ы | Калорий<br>ность | Стоимость<br>питания |
|----------------|---------------------------------------------------------|-------|------|--------------|------------------|----------------------|
| <b>Завтрак</b> |                                                         |       |      |              |                  |                      |
| 225            | Каша жидкая молочная пшениная с маслом сливочным        | 9     | 9    | 41           | 282              |                      |
| 200            | Чай с сахаром (2-й вариант)                             |       |      | 10           | 40               |                      |
| 60             | Булочка Ванильная                                       | 5     | 8    | 35           | 233              |                      |
| 65             | Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания) | 5     | 1    | 30           | 143              |                      |
| 550            | Итого за Завтрак                                        | 19    | 18   | 116          | 698              |                      |
|                | Итого за день                                           | 19    | 18   | 116          | 698              | 103-00               |

повар

Р.Р. Яхина (Яхина Р.Р.)

Согласовано:

Директор МБОУ ШИСОО

с.Новокабаново

(Башарова Г.Г.)



Утверждаю:

Миниязов Р.Н.

## Меню

на 27.01.2026, МБОУ ШИСОО с.Новокабаново, КР\_ШК\_7-10лет

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

### Завтрак

|     |                                                         |    |    |     |     |  |
|-----|---------------------------------------------------------|----|----|-----|-----|--|
| 190 | Каша жидкая молочная пшенная с маслом сливочным         | 7  | 7  | 35  | 238 |  |
| 60  | Булочка Ванильная                                       | 5  | 8  | 35  | 233 |  |
| 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                                        | 16 | 16 | 103 | 621 |  |

### Обед

|        |                                                   |    |    |     |       |        |
|--------|---------------------------------------------------|----|----|-----|-------|--------|
| 250    | Суп-лапша домашняя на курином бульоне             | 4  | 6  | 16  | 135   |        |
| 30/155 | Плов из птицы                                     | 14 | 17 | 43  | 386   |        |
| 200    | Лимонад лимонный                                  |    |    | 22  | 93    |        |
| 65     | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания) | 5  | 1  | 36  | 169   |        |
| 700    | Итого за Обед                                     | 23 | 24 | 117 | 783   |        |
|        | Итого за день                                     | 39 | 40 | 220 | 1 404 | 186-07 |

повар

(Яхина Р.Р.)

Согласовано:

Директор МБОУ ШИСОО

с.Новокабаново

(Башарова Г.Г.)



Утверждаю:

Миниязов Р.Н.

## Меню

на 27.01.2026, МБОУ ШИСОО с.Новокабаново, КР\_ШК\_11-18лет

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

### Завтрак

|     |                                                         |    |    |     |     |  |
|-----|---------------------------------------------------------|----|----|-----|-----|--|
| 225 | Каша жидкая молочная пшенная с маслом сливочным         | 9  | 9  | 41  | 282 |  |
| 200 | Чай с сахаром (2-й вариант)                             |    |    | 10  | 40  |  |
| 60  | Булочка Ванильная                                       | 5  | 8  | 35  | 233 |  |
| 65  | Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания) | 5  | 1  | 30  | 143 |  |
| 550 | Итого за Завтрак                                        | 19 | 18 | 116 | 698 |  |

### Обед

|        |                                                   |    |    |     |       |        |
|--------|---------------------------------------------------|----|----|-----|-------|--------|
| 300    | Суп-лапша домашняя на курином бульоне             | 5  | 7  | 19  | 162   |        |
| 30/180 | Плов из птицы                                     | 16 | 19 | 50  | 435   |        |
| 200    | Лимонад лимонный                                  |    |    | 22  | 93    |        |
| 95     | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания) | 8  | 1  | 52  | 247   |        |
| 805    | Итого за Обед                                     | 29 | 27 | 143 | 937   |        |
|        | Итого за день                                     | 48 | 45 | 259 | 1 635 | 195-64 |

повар

(Яхина Р.Р.)