



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ им.Т.Рахманова
с.Верхнеяркеево

Шафикова Г.И.

МЕНЮ на 13.12.2022 г.

Для детей, питающихся за счет родительского взноса (5-11 кл.)

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
25,09	Салат из свеклы с яблоками	60	0,68	3,11	5,95	54,96
129,08	Суп картофельный с горохом	265	8,27	0,16	0,02	0,02
	Каша манная	44	11,00	8,00	10,00	160,0
107	Компот из смеси сухофруктов	200	2,40	0,10	41,40	171,00
420,06	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
Итого за Завтрак		619	26,35	11,87	84,87	515,98

Для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей

25,09	Салат из свеклы с яблоками	60	0,68	3,11	5,95	54,96
78,03	Каша манная	200	24,95	26,91	3,28	356,8
129,08	Суп картофельный с горохом	265	8,27	0,16	0,02	0,02
	Фрикадельки мясные	44	11,00	8,00	10,00	160,0
107	Компот из смеси сухофруктов	200	2,40	0,10	41,40	171,00
420,06	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
Итого за Завтрак		919	54,50	41,98	92,65	934,78

Для обучающихся начальных классов

25,09	Салат из свеклы с яблоками	60	0,68	3,11	5,95	54,96
78,03	Манная каша	120	14,97	16,15	1,97	214,08
129,08	Суп картофельный с горохом	200/15	6,62	3,88	28,57	175,69
	Фрикадельки мясные	44	11,00	8,00	10,00	160,0
107	Компот из смеси сухофруктов	200	2,40	0,10	41,40	171,00
420,06	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
	Булочка	100	8	10,0	39,0	357
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
Итого за Завтрак		530	42,87	34,94	119,89	967,73

Для обучающихся с ОВЗ и инвалидов

649,09	Морковь отварная с растительным маслом	30	0,42	1,83	2,25	27,59
78,03	Каша манная	200	24,95	26,91	3,28	356,8
107	Компот из смеси сухофруктов	200	2,40	0,10	41,40	171,00
420,06	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
Итого за Завтрак		580	34,97	32,54	78,93	747,39

Обед

25,09	Салат из свеклы с яблоками	60	0,68	3,11	5,95	54,96
129,08	Суп картофельный с горохом	250/15	8,27	0,16	0,02	0,02
	Фрикадельки мясные	44	11,00	8,00	10,00	160,0
118,08	Рагу овощное с отварным мясом	200	16,2	19,05	15,025	297,25
305,11	Витаминизированный кисель	200			23,5	95
420,02	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	22	104
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88
Итого за Обед		849	42,55	31,12	94,90	799,23

Шеф-повар Мансурова Г.Р.