

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ
с.Рсаево Гимазов А.Г.

Меню на 16 01 2026

Завтрак для обучающихся начальных классов

Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность ккал
Картофельное пюре	150	3,800	4,83	17,17	125,66
компот	200				
Хлеб пшеничный	50	1,19	0,15	7,25	36,30
сок	200	1	0,2	20,2	92
Котлеты рыбные в томатном соусе	76	7,470	9,570	9,600	154,900
итого	540	17,28	16,220	65,05	478,870

Завтрак для многодетных малообеспеченных семей,

Картофельное пюре	200	3,800	4,83	17,17	125,66
компот	200				
Хлеб пшеничный	30	1,19	0,15	7,25	36,30
Хлеб ржаной	25	0,74	0,15	6,72	31,50
сок	200	1	0,2	20,2	92
Котлеты рыбные в томатном соусе	76	7,470	9,570	9,600	154,900
итого	540	17,28	16,220	65,05	478,870

Завтрак для (питающихся за счет род.взноса)

Картофельное пюре	200	3,800	4,83	17,17	125,66
компот	200				
Хлеб пшеничный	30	1,19	0,15	7,25	36,30
Хлеб ржаной	25	0,74	0,15	6,72	31,50
итого	540	17,28	16,220	65,05	478,870
Котлеты рыбные в томатном соусе	76	7,470	9,570	9,600	154,900

Завтрак для детей сво

Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы
Картофельное пюре	200	3,800	4,83	17,17
Котлеты рыбные	60	7,47	9,57	9,60
компот	200			
Хлеб пшеничный	30	1,19	0,15	7,25
Хлеб ржаной	25	0,74	0,15	6,72
итого	540	17,28	16,220	65,05

Завтрак для детей сво

Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,110	2,450
Голубцы ленивые	120	9,430	7,000
Каша гречневая	200	11,11	7,25
Хлеб пшеничный	30	1,19	0,15
Чай с сахаром	200	0,110	0,020