

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ с. Итеево



Хасанова Г.Ф.

Меню на 23.01.2026

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жир	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
133	Картофельное пюре, 200	170	4,310	5,780	19,440	144,500
92	Котлеты или биточки мясные с томатным соусом	60	10,900	8,360	15,370	181,320
267	Напиток Витошка витаминный	200	5,60	3	0	0
1	Хлеб ржаной, обогащенный витаминами	200	0,000	0,000	1,500	3,200
16	Салат из моркови	60	0,660	3,050	9,510	68,760
3	Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами	25	1,975	0,249	12,035	60,258
	Печенье	40				
Итого за завтрак		705	4	5,5	32,7	196

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей и СВО)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
133	Картофельное пюре, 200	200	5,06667	6,44	22,8933	167,54667
92	Котлеты или биточки мясные с томатным соусом	100	11,400	10,630	18,690	216,610
271	Чай с сахаром 200	200	0,080	0,020	10,010	40,510
1	Хлеб ржаной, обогащенный витаминами	25	2,033	0,250	12,200	60,500
3	Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами	25	1,233	0,250	11,200	52,500
16	Салат из моркови	100	1,100	5,083	15,850	114,600
	Печенье	40				
Итого за завтрак		700	24,913	28,173	123,543	848,267

Завтрак (для детей, питающихся за счет родительского взноса)

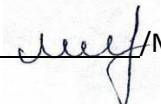
№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жир	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
133	Картофельное пюре, 200	200	5,06667	6,44	22,8933	167,54667
92	Котлеты или биточки мясные с томатным соусом	100	11,400	10,630	18,690	216,610
271	Чай с сахаром 200	200	0,080	0,020	10,010	40,510
1	Хлеб ржаной, обогащенный витаминами	25	2,033	0,250	12,200	60,500
3	Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами	25	1,233	0,250	11,200	52,500
	Печенье	40				
Итого за завтрак		650	20,913	22,673	90,843	652,267

Завтрак (для обучающихся ОВЗ и для детей-инвалидов и сво)

№рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность, ккал
133	Картофельное пюре, 200	200	5,06667	6,44	22,8933	167,54667
92	Котлеты или биточки мясные с томатным соусом	100	11,400	10,630	18,690	216,610
271	Чай с сахаром 200	200	0,080	0,020	10,010	40,510
1	Хлеб ржаной, обогащенный витаминами	25	2,033	0,250	12,200	60,500
3	Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами	25	1,233	0,250	11,200	52,500
Итого за завтрак		550	19,813	17,590	74,993	537,667

Обед (для обучающихся ОВЗ и для детей-инвалидов и сво)

№рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
58	Суп картофельный с клецками - 250	250	2,670	4,260	13,680	102,250
142; 234	Картофель тушеный с рыбными котлетами	200; 60	13,400	16,260	39,260	360,000
1	Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами 20г	20	1,620	0,200	9,760	48,400
282	Напиток из плодов шиповника 200	200	0,680	0,280	29,620	136,600
	Печенье	40				
2	Хлеб ржаной обдирный обогащенный 30	30	0,700	0,230	2,200	13,050
Итого за обед		900	24,170	27,810	124,67	864,900
Итого за день			43,983	45,400	199,66	1402,567

Повар  /Мударисова Г.И./