

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	Картофельноепюре,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				
<b>Итого за завтрак</b>		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	Картофельноепюре,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	Чайссахаром200	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				
<b>Итого за завтрак</b>		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	Картофельноепюре,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	Чайссахаром200	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				
<b>Итого за завтрак</b>		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	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
133	Картофельноепюре,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	Чайссахаром200	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
<b>Итого за завтрак</b>		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	Супкартофельный склецками-250	250	2,670	4,260	13,680	102,250
142;234	Картофель тушеный с рыбными котлетами	20060	13,400	16,26	39,260	360,000
1	Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами20г	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
<b>Итого за обед</b>		900	24,170	27,81	124,67	864,900
<b>Итого за день</b>			43,983	45,40	199,66	1402,567

Повар Мударисова Г.И./Мударисова Г.И./