

«Утверждаю»

Директор МБОУ Гимназия №1

Ганиев А.Г.

Интернат

МЕНЮ на 21. 10. 2025

Завтрак

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
192	Каша овсяная молочная жидкая с маслом	200/5	7,5	9,8	25,4	245
ТК№2	Бутерброд с маслом	100/10	6,08	8,65	43,33	276,1
283	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35
	Барани	50	2,76	0,4	97,28	84,72
	ИТОГО	565	13,68	18,45	77,83	556,1

Обед

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
57	Суп картофельный с гречневой крупой	250	3,380	4,380	17,090	119,650
93	Гуляш из отварной говядины	50/50	16,100	17,150	4,260	93
133	Картофельное пюре	200	5,050	6,490	22,850	166,930
283	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35
ХЛЕБПШ	Хлеб пшеничный	100	6	1,4	43,2	210
	ИТОГО	850	30,63	29,42	96,5	767,12

Ужин

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
211,05	Макаронные изделия отварные с маслом	200/6	7,27	5,38	46,35	263,1
17	Котлеты из птицы	60	10,000	11,000	8,000	171,000
ХЛЕБПШ	Хлеб пшеничный	100	6	1,4	43,2	210
283	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35
	Молочный шоколад Аленка 15 гр	15	2,230	4,990	8,020	80,700
	ИТОГО	606	25,45	17,78	108,8	679,1
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1931	69,76	65,65	283,13	2002,32
	ЦЕНА					208,57

Обед для сотрудников

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
ДО7ХЕ19	Каша пшеничная молочная	200	7,467	8,800	35,200	249,333
63 и 39	Суп картофельный с бобовыми и гречками, фрикадельками	295	18,190	13,710	37,960	353,470
192	Компот из замороженных фруктов	200	0,200	0,100	25,400	99,000
3	Хлеб пшеничный	50	2,033	0,250	12,200	60,500
	ИТОГО	550	23,96	26,07	75,46	632,02
	ЦЕНА					49,72

Шеф повар *Кашбуллина* А.К. Кашбуллина/

«Утверждаю»

Директор МБОУ Гимназия №1

Гадиев А.Г.

МЕНЮ на 21.10.2025

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюдо, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
ДО7ХЕ19	Каша пшеничная молочная	150	5,600	6,600	26,400	187,000
63	Суп картофельный с бобовыми и гречками с фрикадельками	230	16,75	12,57	32,37	314,78
9	Сыр (порциями)	10	2,320	2,950	0,000	36,400
192	Компот из замороженных фруктов	200	0,200	0,100	26,400	99,000
1	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	25	1,233	0,250	11,200	52,500
3	Хлеб ржаной	25	1,2	0,25	11,2	52,29
	Яблоки свежие	100	0,4	0,4	9,8	47
	ИТОГО	740	27,7	23,12	116,37	788,97
	ЦЕНА					66,69

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюдо, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
ДО7ХЕ19	Каша пшеничная молочная	200	7,467	8,800	35,200	249,333
63 и 39	Суп картофельный с бобовыми и гречками с фрикадельками	280	18,19	13,71	37,96	353,47
192	Компот из замороженных фруктов	200	0,200	0,100	26,400	99,000
3	Хлеб ржаной	25	1,2	0,25	11,2	52,29
1	Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами	25	1,233	0,250	11,200	52,500
	ИТОГО	730	28,28	23,11	120,96	806,59
	ЦЕНА					49,15

Завтрак (для детей, питающихся за счет родительского вклада)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюдо, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
ДО7ХЕ19	Каша пшеничная молочная	200	7,467	8,800	35,200	249,333
63 и 39	Суп картофельный с бобовыми и гречками с фрикадельками	280	18,19	13,71	37,96	353,47
192	Компот из замороженных фруктов	200	0,200	0,100	26,400	99,000
3	Хлеб ржаной	25	1,2	0,25	11,2	52,29
1	Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами	25	1,233	0,250	11,200	52,500
	ИТОГО	730	28,28	23,11	120,96	806,69
	ЦЕНА					49,75

Завтрак (для обучающихся с ОВЗ, детей – инвалидов, детей участников СВО) 5-11 кл

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
ДО7ХЕ19	Каша пшеничная молочная	200	7,467	8,800	35,200	249,333
9	Сыр (порциями)	10	2,320	2,950	0,000	36,400
	Сок фруктовый в индивидуальной упаковке, 0,2	200	1	0,2	20,2	92
266	Какао на молоке	200	9,200	7,100	11,030	148,460
3	Хлеб ржаной	25	1,2	0,25	11,2	52,29
1	Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами	25	1,233	0,250	11,200	52,500
	ИТОГО	660	22,41	19,55	88,83	630,98

Обед (для обучающихся с ОВЗ, детей – инвалидов, детей участников СВО) 5-11 кл

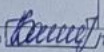
№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
18	Салат из моркови и яблок	100	0,93	3,48	9,76	75,41
63 и 39	Суп картофельный с бобовыми и гречками, фрикадельками	280	18,190	13,710	37,960	353,470
123	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	200	10,600	6,220	47,910	289,610
390	Мясо тушеное	50/45	16,480	12,650	3,480	192,950
192	Компот из замороженных фруктов	200	0,200	0,100	25,400	99,000
1	Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами	20	1,620	0,200	9,760	48,400
2	Хлеб ржаной	30	1,5	0,3	13,4	63
	ИТОГО	925	49,62	36,66	147,67	1121,84
	ЦЕНА (обед+завтрак)	1585	71,93	66,21	236,5	1762,82
						143,91

Обед (для обучающихся с ОВЗ, детей – инвалидов, детей участников СВО) нач кл

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
18	Салат из моркови и яблок	60	0,56	2,09	5,86	45,25
123	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	200	10,600	6,220	47,910	289,610
390	Мясо тушеное	50/45	16,480	12,650	3,480	192,950
192	Компот из замороженных фруктов	200	0,200	0,100	25,400	99,000
1	Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами	20	1,620	0,200	9,760	48,400
2	Хлеб ржаной	30	1,5	0,3	13,4	63
	ЦЕНА	605	30,96	21,66	105,81	738,21
						51,99

гпд

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
123	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	200	10,600	6,220	47,910	289,610
390	Мясо тушеное	50/45	16,480	12,650	3,480	192,950
1	Хлеб пшеничный	40	2,76	0,4	97,28	84,72
192	Компот из замороженных фруктов	200	0,200	0,100	25,400	99,000
	ЦЕНА	535	29,94	19,27	157,77	602,28
						62,42

Шеф-повар  А.К. Кашбулина /