



Директор МБОУ СОШ №4 с. Верхнеяркесово

С.М.Хакимова

Меню на 07 апреля 2022 г.

Обед для обучающихся всех начальных классов

| №<br>реп.           | Прием пищи, наименование блюда                             | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическая<br>ценность<br>(ккал) |
|---------------------|------------------------------------------------------------|-----------------|----------------------|-------|-------|-------------------------------------------|
|                     |                                                            |                 | Б                    | Ж     | У     |                                           |
| ОБЕД                |                                                            |                 |                      |       |       |                                           |
| 227,7               | Запеканка из творога со сгущенным молоком                  | 110/10          | 23,37                | 8,57  | 21,09 | 259,1                                     |
| 283                 | Чай с сахаром                                              | 200             |                      |       | 9,98  | 39,9                                      |
| 420,06              | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 50              | 4                    | 0,5   | 27,5  | 130                                       |
| 401,08              | Масло сливочное                                            | 8               | 0,06                 | 5,8   | 0,1   | 52,88                                     |
| 38,59               | Яблоко                                                     | 125             | 0,5                  | 0,5   | 12,25 | 58,75                                     |
| 56,13               | Борщ с капустой и картофелем со сметаной                   | 250/10          | 2,03                 | 5,67  | 10,16 | 100,62                                    |
| Итого<br>за<br>Обед |                                                            | 763             | 29,96                | 21,04 | 81,08 | 641,25                                    |

Обед для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей 5-11 классов

| №<br>реп.           | Прием пищи, наименование блюда                             | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическая<br>ценность<br>(ккал) |
|---------------------|------------------------------------------------------------|-----------------|----------------------|-------|-------|-------------------------------------------|
|                     |                                                            |                 | Б                    | Ж     | У     |                                           |
| Обед                |                                                            |                 |                      |       |       |                                           |
| 227,7               | Запеканка из творога со сгущенным молоком                  | 110/10          | 23,37                | 8,57  | 21,09 | 259,1                                     |
| 283                 | Чай с сахаром                                              | 200             |                      |       | 9,98  | 39,9                                      |
| 420,06              | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 50              | 4                    | 0,5   | 27,5  | 130                                       |
| 401                 | Масло сливочное                                            | 10              | 0,08                 | 7,25  | 0,13  | 66,1                                      |
| 38,59               | Яблоко                                                     | 125             | 0,5                  | 0,5   | 12,25 | 58,75                                     |
| 56,13               | Борщ с капустой и картофелем со сметаной                   | 250/10          | 2,03                 | 5,67  | 10,16 | 100,62                                    |
| 39                  | Фрикадельки мясные                                         | 60              | 15                   | 10,9  | 13,63 | 218,18                                    |
| Итого<br>за<br>Обед |                                                            | 825             | 44,98                | 33,39 | 94,74 | 872,65                                    |

Обед для детей, питающихся за счет родительского взноса

| №<br>реп.           | Прием пищи, наименование блюда                             | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |      |       | Энерге-<br>тическая<br>ценность (ккал) |
|---------------------|------------------------------------------------------------|-----------------|----------------------|------|-------|----------------------------------------|
|                     |                                                            |                 | Б                    | Ж    | У     |                                        |
| Завтрак             |                                                            |                 |                      |      |       |                                        |
| 283                 | Чай с сахаром                                              | 200             |                      |      | 9,98  | 39,9                                   |
| 420,06              | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 50              | 4                    | 0,5  | 27,5  | 130                                    |
| 56,13               | Борщ с капустой и картофелем со сметаной                   | 250/10          | 2,03                 | 5,67 | 10,16 | 100,62                                 |
| Итого за<br>Завтрак |                                                            | 510             | 6,03                 | 6,17 | 47,64 | 270,52                                 |

Обед и полдник для обучающихся с ОВЗ и для детей – инвалидов 1- 4 классов

| №<br>рец.        | Прием пищи, наименование блюда                             | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энерге-<br>тическая<br>ценность<br>(ккал) |
|------------------|------------------------------------------------------------|-----------------|----------------------|-------|--------|-------------------------------------------|
|                  |                                                            |                 | Б                    | Ж     | У      |                                           |
| Обед             |                                                            |                 |                      |       |        |                                           |
| 56,13            | Борщ с капустой и картофелем со сметаной                   | 250/10          | 2,03                 | 5,67  | 10,16  | 100,62                                    |
| 445,35           | Котлеты мясные с томатным соусом                           | 60/30           | 9,87                 | 11,79 | 8,34   | 178,98                                    |
| 302              | Каша гречневая вязкая с маслом                             | 150/5           | 4,77                 | 4,86  | 21,48  | 148,55                                    |
| 283              | Чай с сахаром                                              | 200             |                      |       | 9,98   | 39,9                                      |
| 420,06           | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 50              | 4                    | 0,5   | 27,5   | 130                                       |
| 421,11           | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания                  | 40              | 3,2                  | 0,4   | 18,4   | 88                                        |
|                  |                                                            |                 | 23,87                | 23,22 | 95,86  | 686,05                                    |
| Итого за обед    |                                                            |                 |                      |       |        |                                           |
| Полдник          |                                                            |                 |                      |       |        |                                           |
| 227,7            | Запеканка из творога со сгущенным молоком                  | 110/10          | 23,37                | 8,57  | 21,09  | 259,1                                     |
| 283              | Чай с сахаром                                              | 200             |                      |       | 9,98   | 39,9                                      |
| 420,06           | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 50              | 4                    | 0,5   | 27,5   | 130                                       |
| 401,08           | Масло сливочное                                            | 8               | 0,06                 | 5,8   | 0,1    | 52,88                                     |
| 38,59            | Яблоко                                                     | 125             | 0,5                  | 0,5   | 12,25  | 58,75                                     |
|                  |                                                            |                 | 27,93                | 15,37 | 70,92  | 540,63                                    |
| Итого за полдник |                                                            |                 |                      |       |        |                                           |
|                  |                                                            |                 | 51,80                | 38,59 | 166,78 | 1226,68                                   |
| Итого за день    |                                                            |                 |                      |       |        |                                           |

Обед и полдник для обучающихся с ОВЗ и для детей – инвалидов 5-11 классов

| №<br>рец.           | Прием пищи, наименование блюда                                | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энерге-<br>тическая<br>ценность<br>(ккал) |
|---------------------|---------------------------------------------------------------|-----------------|----------------------|-------|--------|-------------------------------------------|
|                     |                                                               |                 | Б                    | Ж     | У      |                                           |
| Обед                |                                                               |                 |                      |       |        |                                           |
| 56,13               | Борщ с капустой и картофелем со сметаной                      | 250/10          | 2,03                 | 5,67  | 10,16  | 100,62                                    |
| 445,35              | Котлеты мясные с томатным соусом                              | 60/30           | 9,87                 | 11,79 | 8,34   | 178,98                                    |
| 302                 | Каша гречневая вязкая с маслом                                | 200/7           | 6,15                 | 0,19  | 0,02   | 0,02                                      |
| 283                 | Чай с сахаром                                                 | 200             |                      |       | 9,98   | 39,9                                      |
| 420,06              | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами<br>для детского питания | 50              | 4                    | 0,5   | 27,5   | 130                                       |
| 421,11              | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания                     | 40              | 3,2                  | 0,4   | 18,4   | 88                                        |
| Итого за обед       |                                                               | 847             | 25,25                | 18,55 | 74,40  | 537,52                                    |
| Полдник             |                                                               |                 |                      |       |        |                                           |
| 227,7               | Запеканка из творога со сгущенным молоком                     | 110/10          | 23,37                | 8,57  | 21,09  | 259,1                                     |
| 283                 | Чай с сахаром                                                 | 200             |                      |       | 9,98   | 39,9                                      |
| 420,06              | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами<br>для детского питания | 50              | 4                    | 0,5   | 27,5   | 130                                       |
| 401,08              | Масло сливочное                                               | 10              | 0,80                 | 7,3   | 0,1    | 66,10                                     |
| 38,59               | Яблоко                                                        | 125             | 0,5                  | 0,5   | 12,25  | 58,75                                     |
| Итого за<br>Полдник |                                                               | 505             | 28,67                | 16,82 | 70,95  | 553,85                                    |
| Итого за день       |                                                               | 1352            | 53,92                | 35,37 | 145,35 | 1091,37                                   |

Повар

*Валиева Г.Г.*

Валиева Г.Г.