



Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ с.Аккузово  
Ф.В.Гайнуллина

## Меню на 09.01.2026г.

### Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
197	Макаронные изделия	200	7,175	5,288	47,825	272,163
126	Биточки рубленые из мяса птицы с соусом томатным	110	11,580	5,390	13,530	150,300
225	Соус томатный - 50	50	0,570	2,280	3,560	36,560
273	Чай с лимоном 200	200	0,140	0,030	10,220	42,890
	Хлеб пшеничный	25	2,033	0,250	12,200	60,500
3	Хлеб ржаной	25	1,233	0,250	11,200	52,500
7	Масло(порциями)	10	0,080	7,250	0,130	66,100
	<b>Итого</b>	<b>620</b>	<b>22,812</b>	<b>20,738</b>	<b>98,665</b>	<b>681,013</b>

### Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
197	Макаронные изделия отварные	160	5,740	4,230	38,260	217,730
126	Биточки, рубленные из мяса птицы	60	11,010	3,110	9,970	113,740
226	Соус томатный -50	50	0,570	2,280	3,560	36,56
273	Чай с лимоном -200	200	0,140	0,030	10,220	42,890
1	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,249	12,035	60,258
3	Хлеб ржаной	25	2,033	0,250	12,200	60,500
7	Масло (порциями)	10	0,080	7,250	0,130	66,100
	<b>Итого</b>	<b>530</b>	<b>21,548</b>	<b>17,299</b>	<b>86,375</b>	<b>597,778</b>

### Завтрак (для обучающихся, питящихся за счет родительского взноса)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
197	Макаронные изделия отварные	200	7,175	5,288	47,825	272,163
126	Биточки рубленые из мяса птицы с соусом томатным	110	11,580	5,390	13,530	150,300
225	Соус томатный	50	0,570	2,280	3,560	36,560
271	Чай с сахаром 200	200	0,140	0,030	10,220	42,890
1	Хлеб пшеничный	25	2,033	0,250	12,200	60,500
3	Хлеб ржаной	25	1,233	0,250	11,200	52,500
	<b>Итого</b>	<b>610</b>	<b>22,732</b>	<b>13,488</b>	<b>98,535</b>	<b>614,913</b>

Повар: Гвоздуллина А.В.