

Утверждаю  
Директор школы  
Гузиев А.Х.



Меню на 7.12.2021г для организации горячего питания обучающихся, получающих начальное образование в МБОУ СОШим.Т.Назмиева с.Ябалаково

| №<br>реп.               | Прим пищи,<br>наименование блюда           | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |           |            | Энерге-<br>тическая<br>ценность |
|-------------------------|--------------------------------------------|-----------------|----------------------|-----------|------------|---------------------------------|
|                         |                                            |                 | Б                    | Ж         | У          |                                 |
| 1                       | 2                                          | 3               | 4                    | 5         | 6          | 7                               |
| <b>Завтрак</b>          |                                            |                 |                      |           |            |                                 |
| 3,00                    | Огурцы порционные                          | 30              | 0,00                 | 0,00      | 0,00       | 3,00                            |
| 78,03                   | Омлет запеченный с сыром                   | 120             | 14,97                | 16,15     | 1,97       | 214,08                          |
| ПРСОКДЕ                 | Сок фруктовый                              | 200             | 1                    | 0,2       | 20,2       | 92                              |
| 420,06                  | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами      | 50              | 4                    | 0,5       | 27,5       | 130                             |
| 476,01                  | Кисломолочный продукт для детского питания | 100             | 3,2                  | 3,2       | 4,5        | 62                              |
| 129,08                  | Суп картофельный с горохом и гречками      | 215             | 6,62                 | 3,88      | 28,57      | 175,69                          |
|                         | Фрикадельки мясные                         | 44              | 11,00                | 8,00      | 10,00      | 160,0                           |
| 38,59                   | Яблоко                                     | 125             | 0,5                  | 0,5       | 12,25      | 58,75                           |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                            | <b>884</b>      | <b>41</b>            | <b>32</b> | <b>105</b> | <b>896</b>                      |

Меню для организации горячего питания обучающимся с ОВЗ и детям инвалидам 5-11 классов

| №<br>реп.               | Прием пищи,<br>наименование           | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |              |              | Энерге-<br>тическая |
|-------------------------|---------------------------------------|-----------------|----------------------|--------------|--------------|---------------------|
|                         |                                       |                 | Б                    | Ж            | У            |                     |
| 1                       | 2                                     | 3               | 4                    | 5            | 6            | 7                   |
| <b>Завтрак</b>          |                                       |                 |                      |              |              |                     |
| 649,09                  | Морковь отварная с                    | 30              | 0,42                 | 1,83         | 2,25         | 27,59               |
| 78,03                   | Омлет запеченный с сыром              | 200             | 24,95                | 26,91        | 3,28         | 356,8               |
|                         | Компот из замороженных фруктов        | 200             | 0,20                 | 0,10         | 25,40        | 25,40               |
| 420,06                  | Хлеб пшеничный                        | 50              | 4                    | 0,5          | 27,5         | 130                 |
| 476,01                  | Кисломолочный                         | 100             | 3,2                  | 3,2          | 4,5          | 62                  |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                       | <b>580</b>      | <b>32,77</b>         | <b>32,54</b> | <b>62,93</b> | <b>601,79</b>       |
| <b>Обед</b>             |                                       |                 |                      |              |              |                     |
| 25,09                   | Салат из свеклы с яблоками            | 60              | 0,68                 | 3,11         | 5,95         | 54,96               |
| 129,08                  | Суп картофельный с горохом и гречками | 250/15          |                      |              |              |                     |
|                         |                                       |                 | 8,27                 | 0,16         | 0,02         | 0,02                |
|                         | Фрикадельки                           | 44              | 11,00                | 8,00         | 10,00        | 160,0               |
| 118,08                  | Рагу овощное с отварным мясом         | 200             | 16,2                 | 19,05        | 15,025       | 297,25              |
| 305,11                  | Витаминизированный кисель             | 200             |                      |              | 23,5         | 95                  |

|               |                |      |       |       |        |         |
|---------------|----------------|------|-------|-------|--------|---------|
| 420,02        | Хлеб пшеничный | 40   | 3,2   | 0,4   | 22     | 104     |
| 421,11        | Хлеб ржано-    | 40   | 3,2   | 0,4   | 18,4   | 88      |
| Итого за Обед |                | 849  | 42,55 | 31,12 | 94,90  | 799,23  |
| Итого за день |                | 1429 | 75,32 | 63,66 | 157,83 | 1401,02 |

**Меню для организации горячего питания обучающихся из  
многодетных малообеспеченных семей**

| №<br>рец.        | Прием пищи,<br>наименование блюда             | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энерге-<br>тическая<br>ценность |
|------------------|-----------------------------------------------|-----------------|----------------------|-------|--------|---------------------------------|
|                  |                                               |                 | Б                    | Ж     | У      |                                 |
| 1                | 2                                             | 3               | 4                    | 5     | 6      | 7                               |
| <b>Завтрак</b>   |                                               |                 |                      |       |        |                                 |
| 649,09           | Морковь отварная с<br>растительным маслом     | 30              | 0,42                 | 1,83  | 2,25   | 27,59                           |
| 78,03            | Омлет запеченный с<br>сыром                   | 120             | 14,97                | 16,15 | 1,97   | 214,08                          |
|                  | Компот из замороженных<br>фруктов             | 200             | 0,20                 | 0,10  | 25,40  | 25,40                           |
| 420,06           | Хлеб пшеничный                                | 50              | 4                    | 0,5   | 27,5   | 130                             |
| 476,01           | Кисломолочный продукт<br>для детского питания | 100             | 3,2                  | 3,2   | 4,5    | 62                              |
| 129,08           | Суп картофельный с<br>горохом и гречками      | 200/15          | 6,62                 | 3,88  | 28,57  | 175,69                          |
|                  | Фрикадельки мясные                            | 44              | 11,00                | 8,00  | 10,00  | 160,0                           |
| Итого за Завтрак |                                               | 759             | 40,41                | 33,66 | 100,19 | 794,76                          |

**Меню для организации горячего питания обучающихся,  
питающихся за счет родительского взноса**

| №<br>рец.        | Прием пищи,<br>наименование блюда         | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическая<br>ценность |
|------------------|-------------------------------------------|-----------------|----------------------|-------|-------|---------------------------------|
|                  |                                           |                 | Б                    | Ж     | У     |                                 |
| 1                | 2                                         | 3               | 4                    | 5     | 6     | 7                               |
| <b>Завтрак</b>   |                                           |                 |                      |       |       |                                 |
| 649,09           | Морковь отварная с<br>растительным маслом | 30              | 0,42                 | 1,83  | 2,25  | 27,59                           |
|                  | Компот из замороженных<br>фруктов         | 200             | 0,20                 | 0,10  | 25,40 | 25,40                           |
| 420,06           | Хлеб пшеничный<br>обогащенный витаминами  | 50              | 4                    | 0,5   | 27,5  | 130                             |
| 129,08           | Суп картофельный с<br>горохом и гречками  | 200/15          | 6,62                 | 3,88  | 28,57 | 175,69                          |
|                  | Фрикадельки мясные                        | 44              | 11,00                | 8,00  | 10,00 | 160,0                           |
| Итого за Завтрак |                                           | 539             | 22,24                | 14,31 | 93,72 | 518,68                          |

Повар



Фалахова Г

Утверждаю

Директор школы

Гузаеров А.Х.

Меню на 7.12.2021г для организации горячего питания обучающихся, получающих начальное образование в филиале МБОУ СОШим.Т.Назмиева с.Ябалаково НОШ д.Илишево

| №<br>реп.               | Прием пищи,<br>наименование блюда          | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |           |            | Энерге-<br>тическая<br>ценность |
|-------------------------|--------------------------------------------|-----------------|----------------------|-----------|------------|---------------------------------|
|                         |                                            |                 | Б                    | Ж         | У          |                                 |
| 1                       | 2                                          | 3               | 4                    | 5         | 6          | 7                               |
| <b>Завтрак</b>          |                                            |                 |                      |           |            |                                 |
| 3,00                    | Огурцы порционные                          | 30              | 0,00                 | 0,00      | 0,00       | 3,00                            |
| 78,03                   | Омлет запеченный с сыром                   | 120             | 14,97                | 16,15     | 1,97       | 214,06                          |
| ПРСОКДЕ                 | Сок фруктовый                              | 200             | 1                    | 0,2       | 20,2       | 92                              |
| 420,08                  | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами      | 50              | 4                    | 0,5       | 27,5       | 130                             |
| 476,01                  | Кисломолочный продукт для детского питания | 100             | 3,2                  | 3,2       | 4,5        | 62                              |
| 129,08                  | Суп картофельный с горохом и гречками      | 215             | 6,62                 | 3,88      | 28,57      | 176,89                          |
|                         | Фрикадельки мясные                         | 44              | 11,00                | 8,00      | 10,00      | 160,0                           |
| 38,59                   | Яблоко                                     | 125             | 0,5                  | 0,5       | 12,25      | 58,75                           |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                            | <b>884</b>      | <b>41</b>            | <b>32</b> | <b>105</b> | <b>896</b>                      |

Меню для организации горячего питания обучающимся с ОВЗ и детям инвалидам

| №<br>реп.               | Прием пищи,<br>наименование           | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |              |              | Энерге-<br>тическая |
|-------------------------|---------------------------------------|-----------------|----------------------|--------------|--------------|---------------------|
|                         |                                       |                 | Б                    | Ж            | У            |                     |
| 1                       | 2                                     | 3               | 4                    | 5            | 6            | 7                   |
| <b>Завтрак</b>          |                                       |                 |                      |              |              |                     |
| 649,09                  | Морковь отварная с растительным       | 30              | 0,42                 | 1,83         | 2,25         | 27,59               |
| 78,03                   | Омлет запеченный с                    | 200             | 24,95                | 26,91        | 3,28         | 356,8               |
|                         | Компот из замороженных фруктов        | 200             | 0,20                 | 0,10         | 25,40        | 25,40               |
| 420,06                  | Хлеб пшеничный                        | 50              | 4                    | 0,5          | 27,5         | 130                 |
| 476,01                  | Кисломолочный продукт для             | 100             | 3,2                  | 3,2          | 4,5          | 62                  |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                       | <b>680</b>      | <b>32,77</b>         | <b>32,54</b> | <b>62,93</b> | <b>601,79</b>       |
| <b>Обед</b>             |                                       |                 |                      |              |              |                     |
| 25,09                   | Салат из свеклы с яблоками            | 60              | 0,68                 | 3,11         | 5,95         | 54,96               |
| 129,08                  | Суп картофельный с горохом и гречками | 250/15          | 8,27                 | 0,16         | 0,02         | 0,02                |
|                         | Фрикадельки                           | 44              | 11,00                | 8,00         | 10,00        | 160,0               |
| 118,08                  | Рагу овощное с отварным мясом         | 200             | 16,2                 | 19,05        | 15,025       | 297,25              |
| 305,11                  | Витаминизированный кисель             | 200             |                      |              | 23,5         | 95                  |



Утверждаю  
Директор школы  
Гузаеров А.Х.



Меню на 7.12.2024 для организации горячего питания обучающихся, получающих начальное образование в филиале МБОУ СОШим.Т.Назмиева с.Ябалаково НОШ с.Старотатышево

| №<br>реп.               | Прием пищи,<br>наименование блюда          | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |           |            | Энерге-<br>тическая<br>ценность |
|-------------------------|--------------------------------------------|-----------------|----------------------|-----------|------------|---------------------------------|
|                         |                                            |                 | Б                    | Ж         | У          |                                 |
| 1                       | 2                                          | 3               | 4                    | 5         | 6          | 7                               |
| <b>Завтрак</b>          |                                            |                 |                      |           |            |                                 |
| 3,00                    | Огурцы порционные                          | 30              | 0,00                 | 0,00      | 0,00       | 3,00                            |
| 78,03                   | Омлет запеченный с сыром                   | 120             | 14,97                | 16,15     | 1,97       | 214,08                          |
| ПРСОКДЕ                 | Сок фруктовый                              | 200             | 1                    | 0,2       | 20,2       | 92                              |
| 420,06                  | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами      | 50              | 4                    | 0,5       | 27,5       | 130                             |
| 476,01                  | Кисломолочный продукт для детского питания | 100             | 3,2                  | 3,2       | 4,5        | 62                              |
| 129,08                  | Суп картофельный с горохом и грибами       | 215             | 6,62                 | 3,68      | 28,57      | 175,69                          |
|                         | Фрикадельки мясные                         | 44              | 11,00                | 8,00      | 10,00      | 160,0                           |
| 38,59                   | Яблоко                                     | 125             | 0,5                  | 0,5       | 12,25      | 58,75                           |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                            | <b>884</b>      | <b>41</b>            | <b>32</b> | <b>105</b> | <b>896</b>                      |

Повар

*Идрисова Р*

Идрисова Р



МБОУ СОШ им.Т.Назмиева с.Ябалаково МР Идрисевский район

Дошкольная группа с.Ябалаково

МЕНЮ на 07.12.21.

Завтрак

| Наименование         | Вес порции |
|----------------------|------------|
| Каша пшенич. "Артек" | 200/5      |
| чай слад. с молоком  | 200        |
| бутерброд с маслом   | 50/5       |
| 2-ой - яблоки        | 110        |

Обед

| Наименование           | Вес порции |
|------------------------|------------|
| Салат из свеж. капусты | 60         |
| Суп картоф. с крупой   | 200        |
| макар. из отбор.       | 150        |
| тефтели рыбные         | 70         |
| рисовый                | 200        |
| хлеб                   | 60         |

Полдник

| Наименование        | Вес порции |
|---------------------|------------|
| Булочка "Дорожная"  | 60         |
| чай слад. с лимоном | 200/10     |

Повар:

Ах.

Ахмарова А.Р