



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ им.Т.Рахманова  
с.Верхнеяркеево

Шафикова Г.И.

МЕНЮ на 24.01.2022 г.

## Для детей, питающихся за счет родительского взноса (5-11 кл.)

| № рецепта | Наименование блюда                             | Выход гр. | Белки | Жиры  | Углеводы | ЭЦ, ккал |
|-----------|------------------------------------------------|-----------|-------|-------|----------|----------|
| 211,56    | Макаронные изделия                             | 200       | 11,78 | 15,68 | 41,32    | 354,88   |
| 282,11    | Чай витаминизированный                         | 200       |       |       | 9,7      | 39       |
| 420,06    | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами          | 50        | 4     | 0,5   | 27,5     | 130      |
| 502,53    | Биточки из мяса птицы с томатным соусом (филе) | 60/30     | 9,95  | 9,48  | 8,57     | 159,02   |
|           | Итого за прием                                 | 540       | 25,73 | 25,66 | 87,09    | 682,90   |

## Для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей

| № рецепта | Наименование блюда                             | Выход гр. | Белки | Жиры  | Углеводы | ЭЦ, ккал |
|-----------|------------------------------------------------|-----------|-------|-------|----------|----------|
| 211,56    | Макаронные изделия                             | 200       | 11,78 | 15,68 | 41,32    | 354,88   |
| 282,11    | Чай витаминизированный                         | 200       |       |       | 9,7      | 39       |
| 420,06    | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами          | 50        | 4     | 0,5   | 27,5     | 130      |
| 401       | Масло сливочное                                | 10        | 0,08  | 7,25  | 0,13     | 66,1     |
| 502,53    | Биточки из мяса птицы с томатным соусом (филе) | 60/30     | 9,95  | 9,48  | 8,57     | 159,02   |
| 38        | Яблоко                                         | 150       | 0,6   | 0,6   | 14,7     | 70,5     |
|           | Итого за прием                                 | 700       | 26,41 | 33,51 | 101,92   | 819,50   |

## Для обучающихся начальных классов

| № рецепта | Наименование блюда                                         | Выход гр. | Белки | Жиры  | Углеводы | ЭЦ, ккал |
|-----------|------------------------------------------------------------|-----------|-------|-------|----------|----------|
| 211,56    | Макаронные изделия                                         | 160       | 9,43  | 12,55 | 33,06    | 283,91   |
| 282,11    | Чай витаминизированный                                     | 200       |       |       | 9,7      | 39       |
| 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     |
| 502,53    | Биточки из мяса птицы с томатным соусом (филе)             | 60/30     | 9,95  | 9,48  | 8,57     | 159,02   |
| 38        | Яблоко                                                     | 150       | 0,6   | 0,6   | 14,7     | 70,5     |
|           | Итого за прием                                             | 660       | 24,06 | 30,38 | 93,66    | 748,53   |

## Для обучающихся с ОВЗ и инвалидов

| № рецепта | ЗАВТРАК                                                    | Выход гр. | Белки | Жиры  | Углеводы | ЭЦ, ккал |
|-----------|------------------------------------------------------------|-----------|-------|-------|----------|----------|
| 502,53    | Биточки из мяса птицы с томатным соусом (филе)             | 60/30     | 9,95  | 9,48  | 8,57     | 159,02   |
| 211,56    | Макаронные изделия                                         | 200       | 11,78 | 15,68 | 41,32    | 354,88   |
| 282,11    | Чай витаминизированный                                     | 200       |       |       | 9,7      | 39       |
| 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        | Яблоко                                                     | 100       | 0,4   | 0,4   | 9,8      | 47       |
|           | Итого за прием                                             | 650       | 26,21 | 33,31 | 97,02    | 796,00   |
|           | ОБЕД                                                       |           |       |       |          |          |
| 56,21     | Суп с мелкошинкованными овощами со сметаной                | 250/10    | 2,14  | 5,76  | 11,48    | 107,06   |
| 131,80    | Плов из мяса птицы (филе)                                  | 200       | 16,90 | 15,56 | 41,44    | 399,78   |
| 283       | Чай с сахаром                                              | 200       |       |       | 9,98     | 39,9     |
| 420,02    | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 40        | 3,2   | 0,4   | 22       | 104      |
| 421,11    | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания                  | 40        | 3,2   | 0,4   | 18,4     | 88       |
|           | Итого за прием                                             | 740       | 25,44 | 22,12 | 103,30   | 738,74   |

Шеф-повар  Мансурова Г.Р.