



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ им.Т.Рахманова
с.Верхнеяркеево

Шафикова Г.И.

МЕНЮ на 12.10.2023 г.

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

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
26	Винегрет овощной	60	0,82	1,33	4,57	34,5
203	Фрикадельки из говядины с томатным соусом	60/40	10,68	9,97	5,33	153,79
38	Каша гречневая рассыпчатая	210/7	9,50	7,70	38,20	264,00
294	Чай с лимоном и сахаром	200/7	0,07	0,01	15,31	61,62
1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4,00	0,04	0,02	0,05
42	Сыр (порциями)	10	2,60	2,65	0,35	35,56
Итого за Завтрак 644			27,67	21,70	63,78	549,52

Для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей

26	Винегрет овощной	60	0,82	1,33	4,57	34,5
203	Фрикадельки из говядины с томатным соусом	60/40	10,68	9,97	5,33	153,79
38	Каша гречневая рассыпчатая	210/7	9,50	7,70	38,20	264,00
294	Чай с лимоном и сахаром	200/7	0,07	0,01	15,31	61,62
1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4,00	0,04	0,02	0,05
42	Сыр (порциями)	10	2,60	2,65	0,35	35,56
Итого за Завтрак 644			27,67	21,70	63,78	549,52

Для обучающихся начальных классов

26	Винегрет овощной	60	0,82	1,33	4,57	34,5
203	Фрикадельки из говядины с томатным соусом	60/40	10,68	9,97	5,33	153,79
38	Каша гречневая рассыпчатая	180/6	6,40	6,93	34,30	237,00
294	Чай с лимоном и сахаром	200/7	0,07	0,01	15,31	61,62
1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2	0,3	14,6	73
42	Сыр (порциями)	10	2,60	2,65	0,35	35,56
Итого за Завтрак 560			22,15	19,86	69,89	560,97

Для обучающихся с ОВЗ и инвалидов, СВО

26	Винегрет овощной	60	0,82	1,33	4,57	34,5
203	Фрикадельки из говядины с томатным соусом	60/40	10,68	9,97	5,33	153,79
38	Каша гречневая рассыпчатая	210/7	9,50	7,70	38,20	264,00
294	Чай с лимоном и сахаром	200/7	0,07	0,01	15,31	61,62
1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	4,00	0,04	0,02	0,05
42	Сыр (порциями)	10	2,60	2,65	0,35	35,56
Итого за Завтрак 644			27,67	21,70	63,78	549,52

Шеф-повар

Мансурова Г.Р.