



Организация  
питания



Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ с.Ишкарово  
 Хасанова Г.Ф.

## Меню на 13.01.2026

### Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
63 и 39	Суп картофельный с бобовыми и гречками, фрикадельками мясными	270	19,240	19,240	32,370	314,780
ДО7ХЕ19	Каша пшенная молочная-150	150	5,600	6,600	26,400	187,000
9	Сыр (порциями)	10	2,320	2,950	0,000	36,400
	Яблоки свежие	100	0,400	0,400	9,800	47,000
	Компот из замороженных фруктов	200	0,200	0,100	25,400	99,000
1	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	25	1,975	0,249	12,035	60,258
3	Хлеб ржаной, обогащенный витаминами	25	2,033	0,250	12,200	60,500
	<b>Итого</b>	<b>780</b>	<b>31,969</b>	<b>29,789</b>	<b>118,205</b>	<b>804,938</b>

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

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
ДО7ХЕ19	Каша пшенная молочная-200	200	7,467	8,800	35,200	249,333
63 и 39	Суп картофельный с бобовыми и гречками, фрикадельками	285	18,190	13,710	37,960	353,470
9	Сыр (порциями)	10	2,320	2,950	0,000	36,400
	Яблоки свежие	100	0,400	0,400	9,800	47,000
	Компот из замороженных фруктов	200	0,200	0,100	25,400	99,000
1	Хлеб ржаной, обогащенный витаминами	25	2,033	0,250	12,200	60,500
3	Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами	25	1,233	0,250	11,200	52,500
	<b>Итого</b>	<b>845</b>	<b>31,843</b>	<b>26,460</b>	<b>131,760</b>	<b>898,203</b>

### Завтрак (для детей, питающихся за счет родительского взноса)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
ДО7ХЕ19	Каша пшенная молочная-200	200	7,467	8,800	35,200	249,333
63 и 39	Суп картофельный с бобовыми и гречками, фрикадельками	285	18,190	13,710	37,960	353,470
	Компот из замороженных фруктов	200	0,200	0,100	25,400	99,000
1	Хлеб ржаной, обогащенный витаминами	25	2,033	0,250	12,200	60,500
3	Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами	25	1,233	0,250	11,200	52,500
	<b>Итого</b>	<b>735</b>	<b>29,123</b>	<b>23,110</b>	<b>121,960</b>	<b>814,803</b>

Повар Фаррахова А.Д.



Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ с.Ишкарово

 Хасанова Г.Ф.

Дошкольная группа с. Ишкарово

**Меню** на 13.01.2026

Завтрак	Выход блюд, грамм	
	До3-хлет	Старше3-хлет
Каша манная молочная	200/5	200/5
Какао с молоком	200	200
Хлеб с маслом, сыром	30/5/10	30/5/10
II завтрак		
Яблоки	100	100
Обед		
Салат из белокочанной капусты	60	60
Суп картофельный с рисом	200	200
Рагу овощное с куриным мясом	150	150
Кисель	200	200
Хлеб пшеничный	30	30
Полдник		
Чай с молоком и сахаром	200	200
Печенье	30	30

Повар  Имамова З.Р.