



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ им.Т.Рахманова
с.Верхнеяркеево

Шафигова Г.И.

МЕНЮ на 13.09.2022 г.

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

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
25,09	Салат из свеклы с яблоками	60	0,68	3,11	5,95	54,96
129,08	Суп картофельный с горохом	265	8,27	0,16	0,02	0,02
	Каша манная	44	11,00	8,00	10,00	160,0
107	Компот из смеси сухофруктов	200	2,40	0,10	41,40	171,00
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	4	0,5	27,5	130
Итого за Завтрак		619	26,35	11,87	84,87	515,98

Для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей

25,09	Салат из свеклы с яблоками	60	0,68	3,11	5,95	54,96
78,03	Каша манная	200	24,95	26,91	3,28	356,8
129,08	Суп картофельный с горохом	265	8,27	0,16	0,02	0,02
	Фрикадельки мясные	44	11,00	8,00	10,00	160,0
107	Компот из смеси сухофруктов	200	2,40	0,10	41,40	171,00
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
Итого за Завтрак		919	54,50	41,98	92,65	934,78

Для обучающихся начальных классов

25,09	Салат из свеклы с яблоками	60	0,68	3,11	5,95	54,96
78,03	Манная каша	120	14,97	16,15	1,97	214,08
129,08	Суп картофельный с горохом	200/15	6,62	3,88	28,57	175,69
	Фрикадельки мясные	44	11,00	8,00	10,00	160,0
107	Компот из смеси сухофруктов	200	2,40	0,10	41,40	171,00
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
Итого за Завтрак		530	42,87	34,94	119,89	967,73

Для обучающихся с ОВЗ и инвалидов

649,09	Морковь отварная с растительным маслом	30	0,42	1,83	2,25	27,59
78,03	Каша манная	200	24,95	26,91	3,28	356,8
107	Компот из смеси сухофруктов	200	2,40	0,10	41,40	171,00
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
Итого за Завтрак		580	34,97	32,54	78,93	747,39

Обед

25,09	Салат из свеклы с яблоками	60	0,68	3,11	5,95	54,96
129,08	Суп картофельный с горохом	250/15	8,27	0,16	0,02	0,02
	Фрикадельки мясные	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 обогащенный витаминами	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 Обед		849	42,55	31,12	94,90	799,23

Шеф-повар

Мансурова Г.Р.