



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ им.Т.Рахманова
с.Верхнеяркеево

Шафикова Г.И.

МЕНЮ на 13.09.2022 г.

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

| № рец. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энерге- тическая 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.*