



Организация
питания



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

Меню на 14.01.2026

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
24	Салат из свеклы с растительным маслом 60	60	0,990	5,000	5,940	71,360
330	Каша гречневая 170	170	9,870	6,200	44,600	273,290
439	Филе грудки, припущенное с овощами 50/50г	100	5,190	13,260	5,510	162,980
287	Напиток "Витошка" витаминный-200	200	0,000	0,000	1,500	3,200
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
	Печенье для детского питания 50 гр	50	4	5,5	32,7	196
	Итого	630	24,059	30,459	114,485	827,588

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей и СВО)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
24	Салат из свеклы с растительным маслом 60	100	1,650	8,333	9,900	118,933
123	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	200	10,600	6,220	47,910	289,610
439	Филе грудки, припущенное с овощами 50/50г	100	5,190	13,260	5,510	162,980
287	Напиток "Витошка" витаминный-200	200	0,000	0,000	1,500	3,200
1	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	25	2,033	0,250	12,200	60,500
3	Хлеб ржаной обогащенный (для детского питания)	25	1,233	0,250	11,200	52,500
	Печенье для детского питания 50 гр	50	4	5,5	32,7	196
	Итого	700	24,707	33,813	120,920	883,723

Завтрак (для детей, питающихся за счет родительского вклада)

24	Салат из свеклы с растительным маслом 60	100	1,650	8,333	9,900	118,933
123	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	200	10,600	6,220	47,910	289,610
439	Филе грудки, припущенное с овощами 50/50г	100	5,190	13,260	5,510	162,980
287	Напиток "Витошка" витаминный-200	200	0,000	0,000	1,500	3,200
1	Хлеб пшеничный, обогащенный (для детского питания)	25	2,033	0,250	12,200	60,500
3	Хлеб ржаной обогащенный (для детского питания)	25	1,233	0,250	11,200	52,500
	Итого	650	20,707	28,313	88,220	687,723

Повар Фаррахова А.Д.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ с. Ишкарово

 Хасанова Г.Ф.

Дошкольная группа с. Ишкарово

Меню на 14.01.2026

Завтрак	Выход блюд, грамм	
	До3-хлет	Старше3-хлет
Каша Геркулес молочная	200/5	200/5
Чай с молоком	200	200
Хлеб с маслом и повидлом	30/5/10	30/5/10
II завтрак		
Сок	200	200
Обед		
Щи из свежей капусты с картофелем	200	200
Макаронные изделия отварные	150/5	150/5
Котлеты рыбные	70	70
Напиток из плодов шиповника	200	200
Хлеб пшеничный	50	50
Полдник		
Каша Ячневая	150	150
Какао с молоком	200	200

Повар  Имамова З.Р.