

Утверждаю

Директор школы

Гузаеров А.З.



Меню на 2 октября 2021 для организации горячего питания обучающихся, получающих начальное образование в МБОУ СОШим.Т.Назмиева с.Ябалаково

| №<br>реп.               | Прием пищи,<br>наименование блюда           | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |           |            | Энерге-<br>тическая<br>ценность |
|-------------------------|---------------------------------------------|-----------------|----------------------|-----------|------------|---------------------------------|
|                         |                                             |                 | Б                    | Ж         | У          |                                 |
| 1                       | 2                                           | 3               | 4                    | 5         | 6          | 7                               |
| <b>Завтрак</b>          |                                             |                 |                      |           |            |                                 |
| 2,10                    | Салат из белокочанной<br>капусты с морковью | 60              | 1,38                 | 3,08      | 7,01       | 62,12                           |
| 469,02                  | Фрикадельки мясные с<br>томатным соусом     | 60/40           | 9,25                 | 9,84      | 7,96       | 157,63                          |
| 138,21                  | Картофельное пюре                           | 160             | 3,5                  | 5,42      | 23,6       | 157,53                          |
|                         | Компот из замороженных<br>фруктов           | 200             | 0,20                 | 0,10      | 25,40      | 25,40                           |
| 420,02                  | Хлеб пшеничный<br>обогащенный витаминами    | 40              | 3,2                  | 0,4       | 22         | 104                             |
| 27,01                   | Сыр (порциями)                              | 10              | 2,63                 | 2,66      |            | 35                              |
| 338,00                  | Груша                                       | 150             | 1                    | 0,5       | 15,5       | 70                              |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                             | <b>620</b>      | <b>21</b>            | <b>22</b> | <b>101</b> | <b>612</b>                      |

Меню для организации горячего питания обучающихся с ОВЗ и детям инвалидам

| №<br>реп.               | Прием пищи,<br>наименование             | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |              |               | Энерге-<br>тическая |
|-------------------------|-----------------------------------------|-----------------|----------------------|--------------|---------------|---------------------|
|                         |                                         |                 | Б                    | Ж            | У             |                     |
| 1                       | 2                                       | 3               | 4                    | 5            | 6             | 7                   |
| <b>Завтрак</b>          |                                         |                 |                      |              |               |                     |
| 469,02                  | Фрикадельки мясные с<br>томатным соусом | 60/40           | 9,25                 | 9,84         | 7,96          | 157,63              |
| 138,21                  | Картофельное пюре                       | 160             | 3,5                  | 5,42         | 23,6          | 157,53              |
|                         | Компот из<br>замороженных<br>фруктов    | 200             | 0,20                 | 0,10         | 25,40         | 25,40               |
| 420,02                  | Хлеб пшеничный<br>обогащенный           | 40              | 3,2                  | 0,4          | 22            | 104                 |
| 27,01                   | Сыр (порциями)                          | 10              | 2,63                 | 2,66         |               | 35                  |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                         |                 | <b>18,79</b>         | <b>18,42</b> | <b>78,92</b>  | <b>479,56</b>       |
| <b>Обед</b>             |                                         |                 |                      |              |               |                     |
| 2,10                    | Салат из                                | 60              | 1,38                 | 3,08         | 7,01          | 62,12               |
| 67,32                   | Свекольник со                           | 200/10          | 2,25                 | 4,93         | 14,74         | 112,75              |
| 423,18                  | Тефтели рыбные                          | 60/40           | 7,86                 | 6,26         | 8,12          | 120,8               |
| 302,01                  | Каша гречневая                          | 150/10          | 4,81                 | 8,49         | 21,54         | 181,60              |
| 305,11                  | Витаминизированный                      | 200             |                      |              | 23,5          | 95                  |
| 420,05                  | Хлеб пшеничный                          | 45              | 3,6                  | 0,45         | 24,75         | 117                 |
| 421,11                  | Хлеб ржано-                             | 40              | 3,2                  | 0,4          | 18,4          | 88                  |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                         |                 | <b>23,10</b>         | <b>23,61</b> | <b>118,06</b> | <b>777,27</b>       |
| <b>Итого за день</b>    |                                         |                 | <b>41,89</b>         | <b>42,03</b> | <b>196,98</b> | <b>1256,83</b>      |

Меню для организации горячего питания обучающихся из многодетных малообеспеченных семей

| №<br>реп.               | Прием пищи,<br>наименование блюда                                | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |              |               | Энерге-<br>тическая<br>ценность |
|-------------------------|------------------------------------------------------------------|-----------------|----------------------|--------------|---------------|---------------------------------|
|                         |                                                                  |                 | Б                    | Ж            | У             |                                 |
| 1                       | 2                                                                | 3               | 4                    | 5            | 6             | 7                               |
| <b>Завтрак</b>          |                                                                  |                 |                      |              |               |                                 |
| 2,10                    | Салат из белокочанной<br>капусты с морковью                      | 100             | 2,30                 | 5,13         | 11,68         | 103,53                          |
| 469,02                  | Фрикадельки мясные с<br>томатным соусом                          | 60/40           | 9,25                 | 9,84         | 7,96          | 157,63                          |
| 138,21                  | Картофельное пюре                                                | 200             | 4,4                  | 6,77         | 29,5          | 196,91                          |
|                         | Компот из замороженных<br>фруктов                                | 200             | 0,20                 | 0,10         | 25,40         | 25,40                           |
| 420,06                  | Хлеб пшеничный<br>обогащенный витаминами<br>для детского питания | 50              | 4                    | 0,5          | 27,5          | 130                             |
| 27,01                   | Сыр (порциями)                                                   | 10              | 2,63                 | 2,66         |               | 35                              |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                                  | <b>660</b>      | <b>22,76</b>         | <b>25,00</b> | <b>101,99</b> | <b>648,47</b>                   |

**Меню на для организации горячего питания обучающихся  
питающихся за счет родительского взноса**

| №<br>реп.               | Прием пищи,<br>наименование блюда           | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |              |               | Энерге-<br>тическая<br>ценность |
|-------------------------|---------------------------------------------|-----------------|----------------------|--------------|---------------|---------------------------------|
|                         |                                             |                 | Б                    | Ж            | У             |                                 |
| 1                       | 2                                           | 3               | 4                    | 5            | 6             | 7                               |
| <b>Завтрак</b>          |                                             |                 |                      |              |               |                                 |
| 2,10                    | Салат из белокочанной<br>капусты с морковью | 100             | 2,30                 | 5,13         | 11,68         | 103,53                          |
| 469,02                  | Фрикадельки мясные с<br>томатным соусом     | 60/40           | 9,25                 | 9,84         | 7,96          | 157,63                          |
| 138,21                  | Картофельное пюре                           | 200             | 4,4                  | 6,77         | 29,5          | 196,91                          |
|                         | Компот из замороженных<br>фруктов           | 200             | 0,20                 | 0,10         | 25,40         | 25,40                           |
| 420,06                  | Хлеб пшеничный<br>обогащенный витаминами    | 50              | 4                    | 0,5          | 27,5          | 130                             |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                             | <b>650</b>      | <b>20,13</b>         | <b>22,34</b> | <b>101,99</b> | <b>613,47</b>                   |

Повар



Фалахова Р.

Утверждаю  
Директор школы

Гузаеров А.Х.



Меню на 2 октября 2021 для организации горячего питания обучающихся, получающих начальное образование в филиале МБОУ СОШим.Т.Назмиева с.Ябалаково НОШ д.Илишево

| №<br>ре-<br>с-<br>п-<br>т | Прием пищи,<br>наименование блюда           | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |           |            | Энерге-<br>тическая<br>ценность |
|---------------------------|---------------------------------------------|-----------------|----------------------|-----------|------------|---------------------------------|
|                           |                                             |                 | Б                    | Ж         | У          |                                 |
| 1                         | 2                                           | 3               | 4                    | 5         | 6          | 7                               |
| <b>Завтрак</b>            |                                             |                 |                      |           |            |                                 |
| 2,10                      | Салат из белокочанной<br>капусты с морковью | 60              | 1,38                 | 3,08      | 7,01       | 62,12                           |
| 469,02                    | Фрикадельки мясные с<br>томатным соусом     | 60/40           | 9,25                 | 9,84      | 7,96       | 157,63                          |
| 138,21                    | Картофельное пюре                           | 160             | 3,5                  | 5,42      | 23,6       | 157,53                          |
|                           | Компот из замороженных<br>фруктов           | 200             | 0,20                 | 0,10      | 25,40      | 25,40                           |
| 420,02                    | Хлеб пшеничный<br>обогащенный витаминами    | 40              | 3,2                  | 0,4       | 22         | 104                             |
| 27,01                     | Сыр (порциями)                              | 10              | 2,63                 | 2,66      |            | 35                              |
| 338,00                    | Груша                                       | 150             | 1                    | 0,5       | 15,5       | 70                              |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                             | <b>620</b>      | <b>21</b>            | <b>22</b> | <b>101</b> | <b>612</b>                      |

Меню для организации горячего питания обучающимся с ОВЗ и  
детям инвалидам

|                         |                              |        |              |              |               |                |
|-------------------------|------------------------------|--------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| 469,02                  | Фрикадельки мясные с         | 60/40  | 9,25         | 9,84         | 7,96          | 157,63         |
| 138,21                  | Картофельное пюре            | 160    | 3,5          | 5,42         | 23,6          | 157,53         |
|                         | Компот из                    | 200    | 0,20         | 0,10         | 25,40         | 25,40          |
| 420,02                  | Хлеб пшеничный               | 40     | 3,2          | 0,4          | 22            | 104            |
| 27,01                   | Сыр (порциями)               | 10     | 2,63         | 2,66         |               | 35             |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                              |        | <b>18,79</b> | <b>18,42</b> | <b>78,92</b>  | <b>479,56</b>  |
| <b>Обед</b>             |                              |        |              |              |               |                |
| 2,10                    | Салат из                     | 60     | 1,38         | 3,08         | 7,01          | 62,12          |
| 67,32                   | Свекольник со<br>сметаной    | 200/10 | 2,25         | 4,93         | 14,74         | 112,75         |
| 423,18                  | Тефтели рыбные               | 60/40  | 7,86         | 6,26         | 8,12          | 120,8          |
| 302,01                  | Каша гречневая               | 150/10 | 4,81         | 8,49         | 21,54         | 181,60         |
| 305,11                  | Витаминизированны            | 200    |              |              | 23,5          | 95             |
| 420,05                  | Хлеб пшеничный               | 45     | 3,6          | 0,45         | 24,75         | 117            |
| 421,11                  | Хлеб ржано-<br>пшеничный для | 40     | 3,2          | 0,4          | 18,4          | 88             |
| <b>Итого за Обед</b>    |                              |        | <b>23,10</b> | <b>23,61</b> | <b>118,06</b> | <b>777,27</b>  |
| <b>Итого за день</b>    |                              |        | <b>41,89</b> | <b>42,03</b> | <b>196,98</b> | <b>1256,83</b> |

Повар

Сибгатуллина Р

Утверждаю  
Директор школы

Гузаеров А.Х.

Меню на 2 декабря 2021 для организации горячего питания обучающихся, получающих начальное образование в филиале МБОУ СОШим.Т.Назмиева с.Ябалаково НОШ с.Старотатышево

| №<br>реп.               | Прием пищи,<br>наименование блюда           | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |           |            | Энерге-<br>тическая<br>ценность |
|-------------------------|---------------------------------------------|-----------------|----------------------|-----------|------------|---------------------------------|
|                         |                                             |                 | Б                    | Ж         | У          |                                 |
| 1                       | 2                                           | 3               | 4                    | 5         | 6          | 7                               |
| <b>Завтрак</b>          |                                             |                 |                      |           |            |                                 |
| 2,10                    | Салат из белокочанной<br>капусты с морковью | 60              | 1,38                 | 3,08      | 7,01       | 62,12                           |
| 469,02                  | Фрикадельки мясные с<br>томатным соусом     | 60/40           | 9,25                 | 9,84      | 7,96       | 157,63                          |
| 136,21                  | Картофельное пюре                           | 160             | 3,5                  | 5,42      | 23,6       | 157,53                          |
|                         | Компот из замороженных<br>фруктов           | 200             | 0,20                 | 0,10      | 25,40      | 25,40                           |
| 420,02                  | Хлеб пшеничный<br>обогащенный витаминами    | 40              | 3,2                  | 0,4       | 22         | 104                             |
| 27,01                   | Сыр (порциями)                              | 10              | 2,63                 | 2,66      |            | 35                              |
| 338,00                  | Груша                                       | 150             | 1                    | 0,5       | 15,5       | 70                              |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                             | <b>620</b>      | <b>21</b>            | <b>22</b> | <b>101</b> | <b>612</b>                      |

Повар

Идрисова Р

«Утверждаю»  
 Директор:  
 А.Х.Гузаеров

МБОУ СОШ им.Т.Назмиева с.Ябалаково МР Илишевский район

Дошкольная группа с.Ябалаково

МЕНЮ на 02.12.21.

Завтрак

| Наименование         | Вес порции |  |
|----------------------|------------|--|
| каша молот. "Дружба" | 200/5      |  |
| чай слад. с молоком  | 200        |  |
| бутерброд с колбасой | 50/20      |  |
| 2-ой - яблоки        | 100        |  |

Обед

| Наименование           | Вес порции |  |
|------------------------|------------|--|
| Рассольник "Мини-гусь" | 200        |  |
| каша гречневая         | 200        |  |
| кури отварная          | 70         |  |
| кисель                 | 200        |  |
| хлеб                   | 60         |  |

Полдник

| Наименование         | Вес порции |  |
|----------------------|------------|--|
| Пудинг из яблоч. кр. | 175        |  |
| чай слад. с молоком  | 200        |  |