



Организация  
питания



Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ с. Ишкарово

Хасанова Г.Ф.

## Меню на 20.01.2026

### Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
186	Каша рисовая молочная вязкая -185	185	5,210	6,950	37,920	233,840
82	Борщ из капусты с картофелем и сметаной, с фрикадельками	250	1,88	5,82	12,8	111,66
9	Сыр (порциями)	10	2,320	2,950	0,000	36,400
707	Компот из замороженных фруктов	200	0,780	0,060	30,100	125,200
1	Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами 20г	20	1,620	0,200	9,760	48,400
3	Хлеб ржаной, обогащенный витаминами	25	2,033	0,250	12,200	60,500
	Печенье для детского питания	50	4,00	5,500	32,700	196,000
	<b>Итого</b>	<b>740,00</b>	<b>17,843</b>	<b>21,730</b>	<b>135,480</b>	<b>812,000</b>

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

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
186	Каша рисовая молочная вязкая -200	200	5,632	7,514	40,995	252,800
82	Борщ из капусты с картофелем и сметаной	250	1,882	5,824	12,804	111,667
9	Сыр (порциями)	10	2,320	2,950	0,000	36,400
707	Компот из замороженных фруктов	200	0,780	0,060	30,100	125,200
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
	Яблоки свежие	100	0,400	0,400	9,800	47,000
	<b>Итого</b>	<b>810</b>	<b>14,280</b>	<b>17,248</b>	<b>117,009</b>	<b>686,067</b>

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

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
186	Каша рисовая молочная вязкая -200	200	5,632	7,514	40,995	252,800
82	Борщ из капусты с картофелем и сметаной	250	1,882	5,824	12,804	111,667
707	Компот из замороженных фруктов	200	0,780	0,060	30,100	125,200
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>700</b>	<b>11,560</b>	<b>13,898</b>	<b>107,299</b>	<b>602,667</b>

Повар Фаррахова А.Д.



Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ с.Ишкарово

 Хасанова Г.Ф.

Дошкольная группа с. Ишкарово

**Меню** на 20.01.2026

Завтрак	Выход блюд, грамм	
	До3-хлет	Старш3-хлет
Каша ячневая молочная	200/5	200/5
Какао с молоком	200	200
Хлеб с маслом, сыром	30/5/10	30/5/10
<b>II завтрак</b>		
Яблоки	100	100
<b>Обед</b>		
Салат из моркови	60	60
Суп молочный с вермишелью	200	200
Рис отварной	130	130
Кисель	200	200
Хлеб пшеничный	50	50
<b>Полдник</b>		
Чай с молоком	200	200
Печенье	30	30

Повар Инг- Имамова З.Р.