



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
	Итого	740,00	17,843	21,730	135,480	812,000

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
	Итого	810	14,280	17,248	117,009	686,067

Завтрак (для детей, питающихся за счет родительского вноса)

№ 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
	Итого	700	11,560	13,898	107,299	602,667

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	Старше3-хлет
Каша ячневая молочная	200/5	200/5
Какао с молоком	200	200
Хлеб с маслом, сыром	30/5/10	30/5/10
II завтрак		
Яблоки	100	100
Обед		
Салат из моркови	60	60
Суп молочный с вермишелью	200	200
Рис отварной	130	130
Кисель	200	200
Хлеб пшеничный	50	50
Полдник		
Чай с молоком	200	200
Печенье	30	30

Повар  Имамова З.Р.