



Согласовано
Директор МБОУ СОШ с. Тугайнское
Фазрахманова Г.М.

Рацион: дети из ММС, 1-4 классы, дети с ОВЗ и инвалиды, СВО, РП		День:		вторник		Сезон: весна	
Пример порции		Неделя:		4		Возрастная категория: 7-11 лет	
Наименование блюда		Выход блюда		Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность	
				Б Ж У		ккал	
завтрак							
Картофельное пюре							
		150/4	3	5	22	140	107,1
	Куры отварные (бедро)	70	18	15		229	521
	Соус томатный	30		1	2	22	583,1
	Чай с сахаром	200			9	40	
	Бутерброд с повидлом	50/15	4		50	155	3,04
Итого за завтрак							
		519	25	21	83	586	76,96
Рацион: дети с ОВЗ и инвалиды, СВО (1-4 классы), ГПД							
обед							
	Суп картофельный с бобовыми и грибами	250/38	9	9	41	220	33,14
	Овощное рагу с мясом кур	150	10	14	11	185	491,1
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207
Итого за обед							
		688	23	24	85	568	86,07
Итого за день							
		1207	48	45	168	1154	163,03

Меню на 21 апреля 2026 г.									
Рацион: дети из ИММС (5-11 классы), дети с ОВЗ и инвалиды, СВО				День:	атрикс	Сезон: весна			
Пример пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		На рецептурный лист	стоимость
			Б	Ж	У	ккал	г		
завтрак									
Картофельное пюре									
	Куры отварные (бедро)	180/5	4	5	26	164	107,01		
	Соус томатный	70	18	15		229	521		
	Чай с сахаром	30		1	2	22	593,05		
	Бутерброд с повидлом	200			9	40			
		507/5	4		50	155	3,04		
Итого за завтрак									
		550	26	21	87	610			84,47
Рацион: дети с ОВЗ и инвалиды, СВО (5-11 классы)									
обед									
	Суп картофельный с бобовыми и грибами	250/38	9	9	41	220	33,14		
	Овощное рагу с мясом кур	150	10	14	11	185	491,12		
	Чай с сахаром	200			9	40	92,02		
	Хлеб пшеничный	50	4	1	24	123	207		
Итого за обед									
		688	23	24	85	568			92,64
Итого за день									
		1238	49	45	172	1178			177,11