

Утверждаю

Директор по питанию  
МОБУ СОШ Табынск  
\_\_\_\_\_ /Гумеров Ф.И/

**МЕНЮ**  
**11 апреля 2025 г.**

**Младшие классы 1 смена**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                            | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                                               |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак, полдник              |                     |                                                               |          |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 258                 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (ФИЛЕ ГРУДКИ)                             | 170/0/50 | 10,4              | 13      | 19,2             | 239                                      |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                                 | 210      | 0,1               |         | 9,4              | 38                                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ<br>ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ | 45       | 5                 | 0,9     | 24,8             | 171                                      |
| 2012                          | 489                 | КЕКС ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ                                     | 28       | 1,7               | 6,2     | 15,7             | 124                                      |
| Итого                         |                     |                                                               |          | 17,2              | 20,1    | 69,1             | 572                                      |
| Всего                         |                     |                                                               |          | 17,2              | 20,1    | 69,1             | 572                                      |

Утверждаю

Директор по питанию  
МОБУ СОШ Табынск  
\_\_\_\_\_/Гумеров Ф.И/

# МЕНЮ

11 апреля 2025 г.

## Младшие классы 2 смена

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                     | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|-----------------------------------------|
|                               |                     |                                                                        |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                         |
| Обед                          |                     |                                                                        |          |                   |         |                  |                                         |
| 2008                          | 99                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И<br>ГЕНКАМИ                                | 200/0/15 | 5,2               | 3,7     | 21,4             | 163                                     |
| 2008                          | 311                 | ПЛОВ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ                                                  | 190      | 16,9              | 22,1    | 51,5             | 474                                     |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                                          | 200      | 0,1               |         | 8,9              | 36                                      |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ<br>ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ | 55       | 4,7               | 0,5     | 54,1             | 240                                     |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ<br>ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ          | 45       | 5                 | 0,9     | 24,8             | 171                                     |
| Итого                         |                     |                                                                        |          | 31,9              | 27,2    | 160,7            | 1084                                    |
| Всего                         |                     |                                                                        |          | 31,9              | 27,2    | 160,7            | 1084                                    |

Утверждаю

Директор по питанию  
МОБУ СОШ Табынск  
\_\_\_\_\_ /Гумеров Ф.И/

# МЕНЮ

11 апреля 2025 г.

## Льготная категория 1-4 класс, дети СВО

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                     | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                                                        |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак, полдник              |                     |                                                                        |          |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 258                 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (ФИЛЕ ГРУДКИ)                                      | 170/0/50 | 10,4              | 13      | 19,2             | 239                                      |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                                          | 210      | 0,1               |         | 9,4              | 38                                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ<br>ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ          | 45       | 5                 | 0,9     | 24,8             | 171                                      |
| 2012                          | 489                 | КЕКС ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ                                              | 28       | 1,7               | 6,2     | 15,7             | 124                                      |
| Итого                         |                     |                                                                        |          | 17,2              | 20,1    | 69,1             | 572                                      |
| Обед                          |                     |                                                                        |          |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 99                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И<br>ГЕНКАМИ                                | 200/0/15 | 5,2               | 3,7     | 21,4             | 163                                      |
| 2008                          | 311                 | ПЛОВ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ                                                  | 190      | 16,9              | 22,1    | 51,5             | 474                                      |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                                          | 200      | 0,1               |         | 8,9              | 36                                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ<br>ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ | 50       | 4,3               | 0,4     | 49,2             | 218                                      |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ<br>ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ          | 45       | 5                 | 0,9     | 24,8             | 171                                      |
| Итого                         |                     |                                                                        |          | 31,5              | 27,1    | 155,8            | 1062                                     |
| Всего                         |                     |                                                                        |          | 48,7              | 47,2    | 224,9            | 1634                                     |

Утверждаю

Директор по питанию  
МОБУ СОШ Табынск  
\_\_\_\_\_ /Гумеров Ф.И/

## МЕНЮ

11 апреля 2025 г.

Льготная категория 5-11 класс, дети СВО

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                     | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                                                        |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак, полдник              |                     |                                                                        |          |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 258                 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (ФИЛЕ ГРУДКИ)                                      | 200/0/50 | 7,6               | 9,5     | 14,3             | 177                                      |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                                          | 212      | 0,1               |         | 9,5              | 38                                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ<br>ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ          | 60       | 6,6               | 1,2     | 33               | 228                                      |
| 2012                          | 489                 | КЕКС ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ                                              | 28       | 1,7               | 6,2     | 15,7             | 124                                      |
| Итого                         |                     |                                                                        |          | 16                | 16,9    | 72,5             | 567                                      |
| Обед                          |                     |                                                                        |          |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 99                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И<br>ГЕНКАМИ                                | 250/0/20 | 6,2               | 4,3     | 24,9             | 189                                      |
| 2008                          | 311                 | ПЛОВ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ                                                  | 190      | 16,9              | 22,1    | 51,5             | 474                                      |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                                          | 230      | 0,1               |         | 10,4             | 42                                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ<br>ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ | 55       | 4,7               | 0,5     | 54,1             | 240                                      |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ<br>ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ          | 55       | 6,1               | 1,1     | 30,3             | 209                                      |
| Итого                         |                     |                                                                        |          | 34                | 28      | 171,2            | 1154                                     |
| Всего                         |                     |                                                                        |          | 50                | 44,9    | 243,7            | 1721                                     |

Утверждаю

Директор по питанию  
МОБУ СОШ Табынск  
\_\_\_\_\_ /Гумеров Ф.И/

**МЕНЮ**  
**11 апреля 2025 г.**

**ММС 5-11 класс**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                     | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                                                        |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Обед                          |                     |                                                                        |          |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 99                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И<br>ГЕНКАМИ                                | 250/0/20 | 6,2               | 4,3     | 24,9             | 189                                      |
| 2008                          | 311                 | ПЛОВ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ                                                  | 190      | 16,9              | 22,1    | 51,5             | 474                                      |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                                          | 230      | 0,1               |         | 10,4             | 42                                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ<br>ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ | 55       | 4,7               | 0,5     | 54,1             | 240                                      |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ<br>ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ          | 55       | 6,1               | 1,1     | 30,3             | 209                                      |
| Итого                         |                     |                                                                        |          | 34                | 28      | 171,2            | 1154                                     |
| Всего                         |                     |                                                                        |          | 34                | 28      | 171,2            | 1154                                     |

Утверждаю

Директор по питанию  
МОБУ СОШ Табынск  
\_\_\_\_\_/Гумеров Ф.И/

**МЕНЮ**  
**11 апреля 2025 г.**

**Родительский взнос, сотрудники**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                     | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                                                        |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Обед                          |                     |                                                                        |          |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 99                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И<br>ГЕНКАМИ                                | 250/0/20 | 6,2               | 4,3     | 24,9             | 189                                      |
| 2008                          | 311                 | ПЛОВ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ                                                  | 190      | 16,9              | 22,1    | 51,5             | 474                                      |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                                          | 230      | 0,1               |         | 10,4             | 42                                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ ДЛЯ<br>ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ | 55       | 4,7               | 0,5     | 54,1             | 240                                      |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ<br>ВИТАМИНАМИ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ          | 55       | 6,1               | 1,1     | 30,3             | 209                                      |
| Итого                         |                     |                                                                        |          | 34                | 28      | 171,2            | 1154                                     |
| Всего                         |                     |                                                                        |          | 34                | 28      | 171,2            | 1154                                     |