

Согласовано:

Директор МБОУ ООШ д.Саузбаш \_\_\_\_\_ (Талипова  
Ф.Н.)



Утвержд:

\_\_\_\_\_ Минязов

## Меню

на 19.01.2026, МБОУ ООШ д.Саузбаш, КР\_ШК\_7-10лет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность
--------------	--------------------	-------	------	--------------	------------------

### Завтрак

60	Котлеты из птицы	10	11	8	171
190	Макаронные изделия отварные	7	5	45	252
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130
500	Итого за Завтрак	21	17	91	593

### Обед

250/5	Рассольник ленинградский на курином бульоне со сметаной	6	7	18	164
45/45	Курица тушеная	12	11	3	156
150	Рис отварной	4	4	40	210
200	Кисель из концентрата плодового или ягодного			32	128
25	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	2		12	55
40	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	3		22	104
760	Итого за Обед	27	22	127	817
	Итого за день	48	39	218	1 410

повар

\_\_\_\_\_ (Зиганшина З.Ф.)  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

аю:

Р.Н.

Стоимость  
питания

100-00

86-07
186-07