



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ СОШ им.Т.Рахманова  
с.Верхнеяркеево

Шафикова Г.И.

**МЕНЮ на 22.05.2023 г.**

**Для детей, питающихся за счет родительского вноса (5-11 кл.)**

| №<br>реп.    | Прием пищи, наименование блюда          | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |              |              | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|--------------|-----------------------------------------|-----------------|----------------------|--------------|--------------|-----------------------------------|
|              |                                         |                 | Б                    | Ж            | У            |                                   |
| 502,53       | Биточки из мяса птицы с томатным соусом | 90              | 9,95                 | 9,48         | 8,57         | 159,02                            |
| 211,05       | Макаронные изделия отварные с маслом    | 200/6           | 7,76                 | 4,31         | 49,49        | 280,6                             |
| 282,11       | Чай витаминизированный                  | 200             |                      |              | 9,7          | 39                                |
| 420,06       | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами   | 50              | 4                    | 0,5          | 27,5         | 130                               |
| <b>Итого</b> |                                         | <b>546</b>      | <b>21,71</b>         | <b>14,29</b> | <b>95,26</b> | <b>608,62</b>                     |

**Для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей**

|              |                                            |            |              |              |               |               |
|--------------|--------------------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| 181,39       | Каша рисовая молочная вязкая с маслом      | 200/13     | 6,1          | 13,28        | 43,00         | 316,60        |
|              | Компот из замороженных фруктов             | 200        | 0,20         | 0,10         | 25,40         | 25,40         |
| 420,05       | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами      | 45         | 3,6          | 0,45         | 24,75         | 117           |
| 27,01        | Сыр (порциями)                             | 10         | 2,63         | 2,66         |               | 35            |
|              | Сок фруктовый в индивид упаковке, 0,2 л    | 200        | 1            | 0,2          | 20,2          | 92            |
| 476,01       | Кисломолочный продукт для детского питания | 100        | 3,2          | 3,2          | 4,5           | 62            |
| <b>Итого</b> |                                            | <b>768</b> | <b>16,73</b> | <b>19,89</b> | <b>117,85</b> | <b>648,00</b> |

**Для обучающихся начальных классов**

|              |                                                            |            |              |              |              |               |
|--------------|------------------------------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| 502,53       | Биточки из мяса птицы с томатным соусом (филе)             | 60/30      | 9,95         | 9,48         | 8,57         | 159,02        |
| 211,56       | Макаронные изделия с тертым сыром                          | 160        | 9,43         | 12,55        | 33,06        | 283,91        |
| 282,11       | Чай витаминизированный                                     | 200        |              |              | 9,7          | 39            |
| 420,06       | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 50         | 4            | 0,5          | 27,5         | 130           |
| 401          | Масло сливочное                                            | 10         | 0,08         | 7,25         | 0,13         | 66,1          |
| 38           | Яблоко                                                     | 100        | 0,4          | 0,4          | 9,8          | 47            |
| <b>Итого</b> |                                                            | <b>610</b> | <b>23,86</b> | <b>30,18</b> | <b>88,76</b> | <b>725,03</b> |

**Для обучающихся с ОВЗ и инвалидов**

|                         |                                                |             |              |              |               |                |
|-------------------------|------------------------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| 502,53                  | Биточки из мяса птицы с томатным соусом (филе) | 60/30       | 9,95         | 9,48         | 8,57          | 159,02         |
| 211,56                  | Макаронные изделия с тертым сыром              | 200         | 11,78        | 15,68        | 41,32         | 354,88         |
| 282,11                  | Чай витаминизированный                         | 200         |              |              | 9,7           | 39             |
| 420,06                  | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами          | 50          | 4            | 0,5          | 27,5          | 130            |
| 401                     | Масло сливочное                                | 10          | 0,08         | 7,25         | 0,13          | 66,1           |
| 38                      | Яблоко                                         | 100         | 0,4          | 0,4          | 9,8           | 47             |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                                | <b>650</b>  | <b>26,21</b> | <b>33,31</b> | <b>97,02</b>  | <b>796,00</b>  |
| 75                      | Капуста тушеная                                | 60          | 1,29         | 1,95         | 5,64          | 45,3           |
| 56,21                   | Суп с мелкошинкованными овощами со сметаной    | 250/10      | 2,14         | 5,76         | 11,48         | 107,06         |
| 131,80                  | Плов из мяса птицы (филе)                      | 200         | 16,90        | 15,56        | 41,44         | 399,78         |
| 283                     | Чай с сахаром                                  | 200         |              |              | 9,98          | 39,9           |
| 420,02                  | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами          | 40          | 3,2          | 0,4          | 22            | 104            |
| 421,11                  | Хлеб ржано-пшеничный для детского питания      | 40          | 3,2          | 0,4          | 18,4          | 88             |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                                | <b>740</b>  | <b>26,73</b> | <b>24,07</b> | <b>108,94</b> | <b>784,04</b>  |
| <b>Итого за день</b>    |                                                | <b>1390</b> | <b>52,94</b> | <b>57,38</b> | <b>205,96</b> | <b>1580,04</b> |

Шеф-повар Мансурова Г.Р.