

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ с.Аккузово
Ф.В.Гайнуллина



Меню на 12.01.2026г.

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

| № рецепта | Наименование блюда | Выход блюда, гр | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------|-----------------------------------|-----------------|---------------|---------------|---------------|-------------------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 123 | Плов из мяса птицы | 250 | 13,560 | 28,360 | 67,560 | 577,530 |
| 259 | Чай с молоком и сахаром 200 | 200 | 1,650 | 1,650 | 12,400 | 71,400 |
| 3 | Хлеб ржаной | 25 | 2,033 | 0,250 | 12,200 | 60,500 |
| 1 | Хлеб пшеничный | 25 | 1,233 | 0,250 | 11,200 | 52,500 |
| | Сок фруктовый в инд.упаковке 0,2л | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 92 |
| | Итого | 700 | 19,477 | 30,710 | 123,56 | 853,930 |

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

| № рецепт | Наименование блюда | Выход блюда, гр | Белки | Жир | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал |
|----------|-----------------------------------|-----------------|---------------|---------------|----------------|-------------------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 123 | Плов из мяса птицы | 200 | 10,850 | 22,690 | 54,050 | 462,030 |
| 259 | Чай с молоком и сахаром 200 | 200 | 1,650 | 1,650 | 12,400 | 71,400 |
| 3 | Хлеб ржаной | 25 | 2,033 | 0,250 | 12,200 | 60,500 |
| 1 | Хлеб пшеничный | 25 | 1,975 | 0,249 | 12,035 | 60,258 |
| | Сок фруктовый в инд.упаковке 0,2л | 400 | 2 | 0,4 | 40,4 | 184 |
| | Итого | 850 | 19,499 | 25,439 | 151,285 | 930,188 |

Завтрак (для обучающихся, питающихся за счет родительского взноса)

| № рецепта | Наименование блюда | Выход блюда, гр. | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------|--------------------|------------------|---------------|---------------|----------------|-------------------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 123 | Плов из мяса птицы | 250 | 13,560 | 28,360 | 67,560 | 577,530 |
| 259 | Чай с сахаром 200 | 200 | 0,080 | 0,020 | 10,010 | 40,510 |
| 3 | Хлеб ржаной | 25 | 2,033 | 0,250 | 12,200 | 60,500 |
| 1 | Хлеб пшеничный | 25 | 1,233 | 0,250 | 11,200 | 52,500 |
| | Итого | 500 | 16,907 | 28,880 | 100,970 | 731,040 |

Повар: Гиндуллина А.В