



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ с.Аккузев
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