

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ
с.Рсаево Гимазов А.Г.

Меню на 15 01 2026

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Макароны, запеченные с сыром	170	8,96	15,18	35,05	316,93
тефтели	76	8,24	12,18	8,50	176,53
Соус томатный	30	0,16	1,100	1,57	16,85
Чай с сахаром	200	0,780	0,060	30,100	125,200
Хлеб пшеничный	50	1,19	0,150	7,25	36,30
итого	500	12,20	19,090	73,55	532,01

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

Макароны, запеченные с сыром	200	10,54	17,86	41,24	372,86
Котлеты куриные	76	8,24	12,18	8,50	176,53
Соус томатный	30	0,16	1,100	1,57	16,85
Чай с сахаром	200	0,780	0,060	30,100	125,200
Хлеб пшеничный	50	1,19	0,150	7,25	36,30
итого	550	17,118	21,969	89,16	633,14

Завтрак (для питающихся за счет родительского взноса)

Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Макароны, запеченные с сыром	200	10,54	17,86	41,24	372,86
Котлеты куриные	76	8,24	12,18	8,50	176,53
Соус томатный	30	0,16	1,100	1,57	16,85
Чай с сахаром	200	0,780	0,060	30,100	125,200
Хлеб пшеничный	50	1,19	0,150	7,25	36,30
Хлеб ржаной	25	0,74	0,150	6,72	31,50
итого	550	17,118	21,969	89,16	633,14

Завтрак для детей СВО

Макароны, запеченные с сыром	200	10,54	17,86	41,24	372,86
Котлеты куриные	76	8,24	12,18	8,50	176,53
Соус томатный	30	0,16	1,100	1,57	16,85
Чай с сахаром	200	0,780	0,060	30,100	125,200
Хлеб пшеничный	50	1,19	0,150	7,25	36,30
Хлеб ржаной	30	0,74	0,150	6,72	31,50
итого	550	17,118	21,969	89,16	633,14
Завтрак для детей СВО					
Рассольник ленинградский	250		2,683	6,17	3,84
Рагу овощное с мясом	200		19,510	9,00	19,51
Кисель витошка	200		0,000	0,00	24,00
Хлеб пшеничный	50		1,19	0,15	7,25
Хлеб ржаной	30		0,74	0,15	6,72
Салат из моркови	60		0,560	2,00	5,86
итого	550		17,118	21,969	89,16

Повар __Ибрагимова И.Р. __