

Завтрак (для обучающихся с ОВЗ, детей – инвалидов и детей участников СВО) 5-11 кл

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
133	Картофельное пюре	200	5,0667	6,44	22,8933	167,54667
83	Котлета рыбная	60	7,470	9,570	9,600	154,900
707	Компот из сухофруктов	200	0,780	0,080	30,100	125,200
1	Хлеб ржаной	25	2,033	0,250	12,200	60,500
3	Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами	25	1,233	0,250	11,200	52,500
1	Йогурт детский питьевой	100	4,000	1,600	14,300	90,000
	ИТОГО	610	20,57	18,07	100,29	650,64

Обед (для обучающихся с ОВЗ, детей – инвалидов и детей участников СВО) 5-11 кл

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
59	Суп картофельный с макаронными изделиями-	250	3,110	2,460	17,780	105,030
315	Голубцы ленивые	120	9,460	7,040	8,880	137,040
330	Каша гречневая	200	11,61	7,29	52,47	321,52
271	Чай с сахаром	200	0,080	0,020	10,010	40,510
2	Хлеб ржаной	30	2,033	0,250	12,200	60,500
1	Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами	20	1,620	0,200	9,760	48,400
	ИТОГО	820	27,91	17,25	111,11	713
	ЦЕНА (обед+завтрак)	1430	48,48	35,32	211,39	1363,64
						145,16

Обед (для обучающихся с ОВЗ, детей – инвалидов и детей участников СВО) нач кл

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход Блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
59	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,110	2,460	17,780	105,030
315	Голубцы ленивые	120	9,460	7,040	8,880	137,040
330	Каша гречневая	200	11,61	7,29	52,47	321,52
271	Чай с сахаром	200	0,080	0,020	10,010	40,510
2	Хлеб ржаной	30	2,033	0,250	12,200	60,500
1	Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами	20	1,620	0,200	9,760	48,400
	ИТОГО	820	27,91	17,25	111,1	713
	ЦЕНА					66,38

Шеф повар  А.Я. Кашбуллина/



«Утверждено»

Директор МБОУ Гимназия №1

Мифтахова Л.Р.

Интернат

МЕНЮ на 11.04.2025

Завтрак

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
ТК№192	Каша овсяная молочная жидкая	250/7	9,4	12,4	39,3	307
ТК№2,1	Бутерброд с маслом с сыром	100/10/10	8,68	11,3	43,88	311,66
283	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,1	35
	ИТОГО	577	18,18	23,7	92,08	653,66

Обед

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
59	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,110	2,450	17,780	105,030
315	Голубцы ленивые	120	9,460	7,040	8,880	137,040
707	Компот из сухофруктов	200	0,780	0,060	30,100	125,200
ХЛЕБПШ	Хлеб пшеничный	100	6	1,4	43,2	210
	ИТОГО	670	19,35	10,95	99,96	577,27
	ЦЕНА	1247	37,53	34,65	192,04	1230,93
						92,49

Ужин

Обед для сотрудников

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
133	Картофельное пюре	200	5,06667	6,44	22,8933	167,54667
83	Котлета рыбная	60	7,470	9,570	9,600	154,900
707	Компот из сухофруктов	200	0,780	0,060	30,100	125,200
1	Хлеб пшеничный	50	2,033	0,250	12,200	60,500
	ИТОГО	510	19,855	22,571	101,072	694,469
						61,28

Шеф повар Кашбулина А.К. Кашбулина/

«Утверждено»

Директор МБОУ Гимназия №1

Мифтахова Л.Р.

МЕНЮ на 11.04.2025

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
133	Картофельное пюре	150	3,800	4,830	17,170	125,860
83	Котлета рыбная	60	7,470	9,570	9,600	154,900
707	Компот из сухофруктов	200	0,780	0,060	30,100	125,200
1	Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами	15	1,190	0,150	7,250	36,300
3	Хлеб ржаной	15	0,740	0,150	6,720	31,500
1	Йогурт детский питьевой	100	4,000	1,500	14,300	90,000
	ИТОГО	540	17,98	16,26	85,14	563,56
	ЦЕНА					78,75

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
133	Картофельное пюре	200	5,06667	6,44	22,8933	167,54667
83	Котлета рыбная	60	7,470	9,570	9,600	154,900
707	Компот из сухофруктов	200	0,780	0,060	30,100	125,200
1	Хлеб ржаной	25	2,033	0,250	12,200	60,500
3	Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами	25	1,233	0,250	11,200	52,500
1	Йогурт детский питьевой	100	4,000	1,500	14,300	90,000
	ИТОГО	610	20,57	18,07	100,29	650,64
	ЦЕНА					82,45

Завтрак (для детей, питающихся за счет родительского взноса)

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
133	Картофельное пюре	200	5,06667	6,44	22,8933	167,54667
83	Котлета рыбная	60	7,470	9,570	9,600	154,900
707	Компот из сухофруктов	200	0,780	0,060	30,100	125,200
1	Хлеб ржаной	25	2,033	0,250	12,200	60,500
3	Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами	25	1,233	0,250	11,200	52,500
	ИТОГО	510	16,57	16,57	85,99	560,64
	ЦЕНА					62,15