



6

Меню на 21.03.2022г для организации горячего питания обучающихся, получающих начальное образование в МБОУ СОШим.Т.Назмиева с.Ябалаково

| № рец. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность | |
|-------------------------|--|--------------|----------------------|-------|-------|-------------------------|--------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 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 | 50 | 4 | 0,5 | 27,5 | 130 | |
| 401 | Масло сливочное | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,1 | |
| 502,53 | Биточки из мяса птицы с томатным соусом (филе) | 60/30 | 9,95 | 9,48 | 8,57 | 159,02 | |
| 38 | Яблоко | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 70,5 | |
| Итого за Завтрак | | | 660 | 24,06 | 30,38 | 93,66 | 748,53 |

Меню для организации горячего питания обучающихся из многодетных малообеспеченных семей

| № рец. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | |
|-------------------------|--|--------------|----------------------|-------|-------|--------------------------------|--------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 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 | |
| 502,53 | Биточки из мяса птицы с томатным соусом (филе) | 60/30 | 9,95 | 9,48 | 8,57 | 159,02 | |
| 38 | Яблоко | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 70,5 | |
| Итого за Завтрак | | | 700 | 26,41 | 33,51 | 101,92 | 819,50 |

Меню для организации горячего питания обучающихся питающихся за счет родительского взноса

| № рец. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|----------------|---------------------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Завтрак | | | | | | |
| 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 |

| | | | | | | |
|------------------|--|-------|-------|-------|-------|--------|
| 502,53 | Биточки из мяса птицы с томатным соусом (филе) | 60/30 | 9,95 | 9,48 | 8,57 | 159,02 |
| Итого за Завтрак | | 540 | 25,73 | 25,66 | 87,09 | 682,90 |

Меню для организации горячего питания обучающимся с ОВЗ и детям инвалидам

| № рец. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | энергетическая ценность (ккал) |
|------------------|--------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Завтрак | | | | | | |
| 502,53 | Биточки из мяса птицы с | 60/30 | 9,95 | 9,48 | 8,57 | 159,02 |
| 211,56 | Макаронные изделия с тертым | 160 | 9,43 | 12,55 | 33,06 | 283,91 |
| 282,11 | Чай | 200 | | | 9,7 | 39 |
| 420,06 | Хлеб пшеничный | 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 |
| Итого за Завтрак | | | 23,86 | 30,18 | 88,76 | 725,03 |
| Обед | | | | | | |
| 56,21 | Суп с | 250/10 | 2,14 | 5,76 | 11,48 | 107,06 |
| 131,80 | Плов из мяса птицы | 180 | 15,21 | 16,65 | 37,28 | 359,21 |
| 283 | Чай с сахаром | 200 | | | 9,98 | 39,9 |
| 420,02 | Хлеб пшеничный | 40 | 3,2 | 0,4 | 22 | 104 |
| 421,11 | Хлеб ржано- | 40 | 3,2 | 0,4 | 18,4 | 88 |
| Итого за Обед | | | 23,75 | 23,21 | 99,14 | 698,17 |
| Итого за день | | | 47,61 | 53,39 | 187,90 | 1423,20 |

Повар: *А. Ф. Фалыхова Т.М.*

Утверждаю
 Директор школы
 Гузаеров А.Х.



Меню на 14.03.2022 для организации горячего питания обучающихся, получающих начальное образование в филиале МБОУ СОШ им. Т. Назмиева с. Ябалаково НОШд. Илишево

| № рец. | Прием пищи, наименование | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая |
|-------------------------|--|--------------|----------------------|--------------|--------------|----------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Завтрак | | | | | | |
| 80,62 | Рыбные котлеты | 60 | 9,72 | 6,84 | 8,28 | 134,00 |
| 610,03 | Рис припущенный | 200 | 5,05 | 8,75 | 51,94 | 306,50 |
| 282,11 | Чай витаминизированный | 200 | | | 9,7 | 39 |
| | Сок фруктовый в индивидуальной упаковке, 0,2 л | 200 | | | | |
| 27,01 | Сыр (порциями) | 10 | 2,63 | 2,66 | | 35 |
| 420,06 | Хлеб пшеничный | 50 | 4 | 0,5 | 27,5 | 130 |
| Итого за Завтрак | | 760 | 21,40 | 18,75 | 97,42 | 644,50 |

Меню для организации горячего питания обучающихся с ОВЗ и детям инвалидам

| № рец. | Прием пищи, наименование | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая |
|-------------------------|--|--------------|----------------------|--------------|---------------|----------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Завтрак | | | | | | |
| 80,62 | Рыбные котлеты | 60 | 9,72 | 6,84 | 8,28 | 134,00 |
| 610,03 | Рис припущенный | 200 | 5,05 | 8,75 | 51,94 | 306,50 |
| 282,11 | Чай витаминизированный | 200 | | | 9,7 | 39 |
| | Сок фруктовый в индивидуальной упаковке, 0,2 л | 200 | | | | |
| 27,01 | Сыр (порциями) | 10 | 2,63 | 2,66 | | 35 |
| 420,06 | Хлеб пшеничный обогащенный | 50 | 4 | 0,5 | 27,5 | 130 |
| Итого за Завтрак | | 760 | 21,40 | 18,75 | 97,42 | 644,50 |
| Обед | | | | | | |
| 53,42 | Щи из свежей капусты со сметаной | 250/12,5 | 2,10 | 6,07 | 9,20 | 100,91 |
| 233,23 | Мясо птицы, припущенное в | 45/45 | 19,83 | 17,99 | 2,93 | 251,97 |
| 211,05 | Макаронные изделия | 200/6 | 7,76 | 4,31 | 49,49 | 280,6 |
| 283 | Чай с сахаром | 200 | | | 9,98 | 39,9 |
| 420,02 | Хлеб пшеничный | 40 | 3,2 | 0,4 | 22 | 104 |
| 421,11 | Хлеб ржано- | 40 | 3,2 | 0,4 | 18,4 | 88 |
| Итого за Обед | | 839 | 36,09 | 29,17 | 112,00 | 865,38 |
| Итого за день | | 1599 | 57,49 | 47,92 | 209,42 | 1509,88 |

Повар

Сиб

Сибгатуллина Р



Меню на 21.03.2022 для организации горячего питания обучающихся, получающих начальное образование в филиале МБОУ СОШ им. Т. Назмиева с. Ябалаково с. Старотатышево

| № рец. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность |
|-------------------------|--|--------------|----------------------|--------------|--------------|-------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Завтрак | | | | | | |
| 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 | 50 | 4 | 0,5 | 27,5 | 130 |
| 401 | Масло сливочное | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,1 |
| 502,53 | Биточки из мяса птицы с томатным соусом (филе) | 60/30 | 9,95 | 9,48 | 8,57 | 159,02 |
| 38 | Яблоко | 150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 70,5 |
| Итого за Завтрак | | 660 | 24,06 | 30,38 | 93,66 | 748,53 |

Повар

Идрисова Р