



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ СОШ им.Т.Рахманова  
с.Верхнеяркеево

Шафикова Г.И.

**МЕНЮ на 26.11.2021 г.**

**Для детей, питающихся за счет родительского вноса (5-11 кл.)**

№ рецепта	Наименование блюда	Выход гр.	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
181,39	Каша рисовая молочная вязкая с маслом	200/13	6,1	13,28	43,00	316,60
	Компот из замороженных фруктов	200	0,20	0,10	25,40	25,40
420,05	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	45	3,6	0,45	24,75	117
	Итого за прием	<b>458</b>	9,93	13,83	93,15	459,00

**Для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей**

№ рецепта	Наименование блюда	Выход гр.	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
181,39	Каша рисовая молочная вязкая с маслом	200/13	6,1	13,28	43,00	316,60
	Компот из замороженных фруктов	200	0,20	0,10	25,40	25,40
420,05	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	45	3,6	0,45	24,75	117
27,01	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
	Итого за прием	<b>568</b>	15,76	19,69	97,65	556,00

**Для обучающихся начальных классов**

№ рецепта	Наименование блюда	Выход гр.	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
181,39	Каша рисовая молочная вязкая с маслом	150/10	4,6	9,96	32,25	237,47
	Компот из замороженных фруктов	200	0,20	0,10	25,40	25,40
420,05	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	45	3,6	0,45	24,75	117
	Сок фруктовый в индивид упаковке, 0,2 л	200	1	0,2	20,2	92
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
	Итого за прием	<b>715</b>	15,23	16,57	107,10	568,87

**Для обучающихся с ОВЗ и инвалидов**

№ рецепта	ЗАВТРАК	Выход гр.	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЦ, ккал
181,39	Каша рисовая молочная вязкая с маслом	200/13	6,1	13,28	43,00	316,60
	Компот из замороженных фруктов	200	0,20	0,10	25,40	25,40
420,05	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	45	3,6	0,45	24,75	117
27,01	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35
	Сок фруктовый в индивид упаковке, 0,2 л	200	1	0,2	20,2	92
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
	Итого за прием	<b>768</b>	16,73	19,89	117,85	648,00
	<b>ОБЕД</b>					
54,47	Рассольник ленинградский со сметаной	200/10	2,09	5,01	13,9	109,77
502,53	Биточки из мяса птицы с томатным соусом (филе)	60/30	9,95	9,48	8,57	159,02
138,06	Картофельное пюре	180	3,95	6,09	26,5	177,19
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,05	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	45	3,6	0,45	24,75	117
421,11	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88
	Итого за прием	<b>765</b>	22,79	21,43	102,10	690,88

Шеф-повар Мансурова Г.Р. Мансурова Г.Р.