



«Утверждаю»

Директор МБОУ СОШ

14.04.2026

с.Аблаево

Зайнетдинова В.И.

Меню 7 день

Для обучающихся 1-4 классов

Наименование блюда	Цена	Выход гр	Белки	Жиры	Углеводы	Калор.блюд
Филе грудки припущенные с овощами	39,16	100	13,30	14,63	1,89	192,53
Рис отварной	13,65	150	3,70	5,93	38,81	223,40
Напиток витаминизированный	12,40	200	0,00	0,00	18,60	74,00
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	3,20	40	3,20	0,40	22,00	104,00
Печенье сахарное дет.	20,25	10	0,60	0,00	17,00	69,00
Итого за прием пищи:	88,67	500	20,80	20,96	98,30	662,93

Для обучающихся, питающиеся за счет родит. взноса (5-9 классы)

Наименование блюда	Цена	Выход гр	Белки	Жиры	Углеводы	Калор.блюд
Филе грудки припущенные с овощами	39,16	100	13,30	14,63	1,89	192,53
Рис отварной	13,65	150	3,70	5,93	38,81	223,40
Напиток витаминизированный	12,40	200	0,00	0,00	18,60	74,00
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	3,20	40	3,20	0,40	22,00	104,00
Итого за прием пищи:	68,41	490	20,20	20,96	81,3	593,93

Для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей (5-9 классы)

Наименование блюда	Цена	Выход гр	Белки	Жиры	Углеводы	Калор.блюд
Филе грудки припущенные с овощами	39,16	100	13,30	14,63	1,89	192,53
Рис отварной	13,65	150	3,70	5,93	38,81	223,40
Напиток витаминизированный	12,40	200	0,00	0,00	18,60	74,00
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	3,20	40	3,20	0,40	22,00	104,00
Сыр (порциями)	18,12	20	4,74	6,08	0,00	75,00
Печенье сахарное дет.	6,50	25	1,82	2,38	18,04	101,12
Итого за прием пищи:	93,03	575	26,76	24,42	99,34	770,05

Для обучающихся с ОВЗ, СВО и инвалидов

Завтрак	Цена	Выход гр	Белки	Жиры	Углеводы	Калор.блюд
Филе грудки припущенные с овощами	39,16	100	13,30	14,63	1,89	192,53
Рис отварной	13,65	150	3,70	5,93	38,81	223,40
Напиток витаминизированный	12,40	200	0,00	0,00	18,60	74,00
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	3,20	40	3,20	0,40	22,00	104,00
Яблоко свежее (5-9 кл)	20,25	150	0,60	0,00	17,00	69,00
Итого за прием пищи:	76,26	640	20,8	20,96	98,3	662,93

Обед

Свекольник	10,21	250	2,19	5,11	16,07	119,47
Биточки мясные п/ф	62,08	100	0,76	8,11	4,31	93,52
Картофельное пюре	25,01	200	4,45	8,90	30,12	218,96
Кофейный напиток на молоке	15,18	200	2,79	3,29	19,71	118,69
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	3,20	40	3,20	0,40	22,00	104,00
Сок фруктовый	29,0	200	4,00	0,00	12,00	198,00
Итого за прием пищи:	144,68	990	17,39	25,71	104,21	852,64

Старший повар  Низаева А.Ф.