

"Согласовано"

Директор МОБУ СОШ №8

А.С. Батов

"Утверждено"

ИП Бикташева С.В.

С.В. Бикташева

МЕНЮ на 14.01.2026

Среда/Неделя 1

Бесплатное горячее питание

Категория: с 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак 1 смена						
4	Овощи порционно	60	0,72	0,12	2,28	15
10	Плов из мяса птицы (филе)	180	18,1	22,65	30,07	399,18
284	Чай с сахаром и лимоном	200	1,4	1,4	11,2	61
114	Хлеб пшеничный обогащенный йодированным белком (для детей дошкольного и школьного	60	4	0,6	29,2	146
		500				
Итого за Завтрак			24,22	24,77	72,75	621,18
Итого стоимость рациона						82-50

Обед 2 смена						
132	Рассольник "Ленинградский"	210	2,2	5,26	14,6	117,6
141	Гуляш из отварной говядины	90	13,75	14,31	3,03	196,35
297	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,6	5,7	37,8	240
648	Кисель витаминизированный	200	0	0	15	57
114	Хлеб пшеничный обогащенный йодированным белком (для детей дошкольного и школьного	50	3,3	0,5	24,3	122
Итого за обед		700	27,85	25,77	94,73	732,95
Итого за день		1200	52,07	50,54	167,48	1354,13
Итого стоимость рациона						93-50

Технолог общественного питания _____ Е.П. Акилова

КОНТРОЛЬ РИЗЫКТАР

КОНТРОЛЬНЫЕ БЛЮДА





КОНТРОЛЬ РИЗЫКТАР

КОНТРОЛЬНЫЕ БЛЮДА



"Согласовано"

Директор МОБУ СОШ №8

А.С. Батов

"Утверждено"

ИП Бикташева С.В.

С.В. Бикташева

МЕНЮ на 14.01.2026

Среда/Неделя 1

Горячее питание

Категория: с 12-18 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак 1 смена						
4	Овощи порционно	100	2,1	6,27	16,22	107,13
10	Плов из мяса птицы (филе)	180	18,1	22,65	30,07	399,18
284	Чай с сахаром и лимоном	200	1,4	1,4	11,2	61
114	Хлеб пшеничный обогащенный йодированным белком (для детей дошкольного и школьного	70	4,67	0,7	34,06	171
		550				
Итого за Завтрак			26,27	31,02	91,55	738,31
Итого стоимость рациона						89-10

Обед 2 смена						
132	Рассольник "Ленинградский"	260	2,72	6,51	18,07	145,56
141	Гуляш из отварной говядины	100	15,33	15,9	3,37	218,17
297	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,4	6,8	45,4	288
648	Кисель витаминизированный	200	0	0	15	57
114	Хлеб пшеничный обогащенный йодированным белком (для детей дошкольного и школьного	60	4	0,6	29,2	146
Итого за обед		800	32,45	29,81	111,04	854,73
Итого за день		1350	58,72	60,83	202,59	1593,04
Итого стоимость рациона						100-10

Технолог общественного питания

Е.П. Акилова

КОНТРОЛЬ РИЗЫКТАР

КОНТРОЛЬНЫЕ БЛЮДА





КОНТРОЛЬ РИЗЫКТАР

КОНТРОЛЬНЫЕ БЛЮДА



"Согласовано"

Директор МОБУ СОШ №8

А.С. Батов

"Утверждено"

ИИ Бикташева С.В.

С.В. Бикташева

МЕНЮ на 14.01.2026

Бесплатное горячее питание

Среда/Неделя 1

Категория: с 7-11 лет ОВЗ, СВО, дети инвалиды

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
4	Овощи порционно	60	0,72	0,12	2,28	15
10	Плов из мяса птицы (филе)	180	18,1	22,65	30,07	399,18
284	Чай с сахаром и лимоном	200	1,4	1,4	11,2	61
114	Хлеб пшеничный обогащенный йодированным белком (для детей дошкольного и школьного	60	4	0,6	29,2	146
		500				
Итого за Завтрак			24,22	24,77	72,75	621,18
Обед						
132	Рассольник "Ленинградский"	210	2,2	5,26	14,6	117,6
141	Гуляш из отварной говядины	90	13,75	14,31	3,03	196,35
297	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,6	5,7	37,8	240
648	Кисель витаминизированный	200	0	0	15	57
114	Хлеб пшеничный обогащенный йодированным белком (для детей дошкольного и школьного	50	3,3	0,5	24,3	122
Итого за обед		700	27,85	25,77	94,73	732,95
Итого за день		1200	52,07	50,54	167,48	1354,13
Итого стоимость рациона						176-00

Технолог общественного питания

Е.П. Акилова

КОНТРОЛЬ РИЗЫКТАР

КОНТРОЛЬНЫЕ БЛЮДА



"Согласовано"

Директор МОБУ СОШ №8

А.С. Батов

"Утверждено"

ИП Бикташева С.В.

С.В. Бикташева

МЕНЮ на 14.01.2026

Бесплатное горячее питание

Среда/Неделя 1

Категория: с 12-18 лет ОВЗ, СВО, дети инвалиды

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
4	Овощи порционно	100	2,1	6,27	16,22	107,13
10	Плов из мяса птицы (филе)	180	18,1	22,65	30,07	399,18
284	Чай с сахаром и лимоном	200	1,4	1,4	11,2	61
114	Хлеб пшеничный обогащенный йодированным белком (для детей дошкольного и школьного	70	4,67	0,7	34,06	171
		550				
Итого за Завтрак			26,27	31,02	91,55	738,31
Обед						
132	Рассольник "Ленинградский"	260	2,72	6,51	18,07	145,56
141	Гуляш из отварной говядины	100	15,33	15,9	3,37	218,17
297	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,4	6,8	45,4	288
648	Кисель витаминизированный	200	0	0	15	57
114	Хлеб пшеничный обогащенный йодированным белком (для детей дошкольного и школьного	60	4	0,6	29,2	146
Итого за обед		800	32,45	29,81	111,04	854,73
Итого за день		1350	58,72	60,83	202,59	1593,04
Итого стоимость рациона						189-20

Технолог общественного питания

Е.П. Акилова

КОНТРОЛЬ РИЗЫКТАР

КОНТРОЛЬНЫЕ БЛЮДА

