

Утверждаю  
Директор школы  
Гузаеров А.Х.

Меню 27.10.2021 для организации горячего питания обучающихся, получающих начальное образование в филиале МБОУ СОШ им. Т.Назмиева с.Ябалаково д.Илишево

| №<br>реп.               | Прием пищи,<br>наименование блюда     | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |              |              | Энерге-<br>тическая<br>ценность |
|-------------------------|---------------------------------------|-----------------|----------------------|--------------|--------------|---------------------------------|
|                         |                                       |                 | Б                    | Ж            | У            |                                 |
| 1                       | 2                                     | 3               | 4                    | 5            | 6            | 7                               |
| <b>Завтрак</b>          |                                       |                 |                      |              |              |                                 |
| 445,3                   | Биточки мясные с томатным соусом      | 60/40           | 9,97                 | 11,9         | 8,87         | 182,53                          |
| 211,05                  | Макаронные изделия                    | 150/5           | 5,82                 | 4,31         | 37,08        | 210,5                           |
| 283                     | Чай с сахаром                         | 200             |                      |              | 9,98         | 39,9                            |
| 420,06                  | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами | 50              | 4                    | 0,5          | 27,5         | 130                             |
|                         | Сок фруктовый                         | 150             | 0,75                 | 0,15         | 15,2         | 69                              |
| 27,01                   | Сыр (порциями)                        | 10              | 2,63                 | 2,66         |              | 35                              |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                       | <b>665</b>      | <b>23,17</b>         | <b>19,52</b> | <b>98,58</b> | <b>666,93</b>                   |

Меню для организации горячего питания обучающимся с ОВЗ и детям инвалидам 5-11 классов

| №<br>реп.               | Прием пищи,<br>наименование | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |              |               | Энерге-<br>тическая |
|-------------------------|-----------------------------|-----------------|----------------------|--------------|---------------|---------------------|
|                         |                             |                 | Б                    | Ж            | У             |                     |
| 1                       | 2                           | 3               | 4                    | 5            | 6             | 7                   |
| <b>Завтрак</b>          |                             |                 |                      |              |               |                     |
| 649,09                  | Морковь отварная с          | 30              | 0,42                 | 1,83         | 2,25          | 27,59               |
| 78,03                   | Омлет запеченный с          | 200             | 24,95                | 26,91        | 3,28          | 356,8               |
|                         | Компот из замороженных      | 200             | 0,20                 | 0,10         | 25,40         | 25,40               |
| 420,06                  | Хлеб пшеничный              | 50              | 4                    | 0,5          | 27,5          | 130                 |
| 476,01                  | Кисломолочный               | 100             | 3,2                  | 3,2          | 4,5           | 62                  |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                             | <b>580</b>      | <b>32,77</b>         | <b>32,54</b> | <b>62,93</b>  | <b>601,79</b>       |
| <b>Обед</b>             |                             |                 |                      |              |               |                     |
| 25,09                   | Салат из свеклы с           | 60              | 0,68                 | 3,11         | 5,95          | 54,96               |
| 129,08                  | Суп картофельный с          | 250/15          | 8,27                 | 0,16         | 0,02          | 0,02                |
|                         | Фрикадельки                 | 44              | 11,00                | 8,00         | 10,00         | 160,0               |
| 118,08                  | Рагу овощное с              | 200             | 16,2                 | 19,05        | 15,025        | 297,25              |
| 305,11                  | Витаминизированны           | 200             |                      |              | 23,5          | 95                  |
| 420,02                  | Хлеб пшеничный              | 40              | 3,2                  | 0,4          | 22            | 104                 |
| 421,11                  | Хлеб ржано-                 | 40              | 3,2                  | 0,4          | 18,4          | 88                  |
| <b>Итого за Обед</b>    |                             | <b>849</b>      | <b>42,55</b>         | <b>31,12</b> | <b>94,90</b>  | <b>799,23</b>       |
| <b>Итого за день</b>    |                             | <b>1429</b>     | <b>75,32</b>         | <b>63,66</b> | <b>157,83</b> | <b>1401,02</b>      |

Повар *Сиб*

Сибгатуллина Р

| №<br>реп.               | Прием пищи,<br>наименование блюда        | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |              |              | Энерге-<br>тическая<br>ценность |
|-------------------------|------------------------------------------|-----------------|----------------------|--------------|--------------|---------------------------------|
|                         |                                          |                 | Б                    | Ж            | У            |                                 |
| 1                       | 2                                        | 3               | 4                    | 5            | 6            | 7                               |
| <b>Завтрак</b>          |                                          |                 |                      |              |              |                                 |
| 445,3                   | Биточки мясные с<br>томатным соусом      | 60/40           | 9,97                 | 11,9         | 8,87         | 182,53                          |
| 211,05                  | Макаронные изделия<br>отварные с маслом  | 200/6           | 7,76                 | 4,31         | 49,49        | 280,6                           |
| 283                     | Чай с сахаром                            | 200             |                      |              | 9,98         | 39,9                            |
| 420,06                  | Хлеб пшеничный<br>обогащенный витаминами | 50              | 4                    | 0,5          | 27,5         | 130                             |
| 27,01                   | Сыр (порциями)                           | 10              | 2,63                 | 2,66         |              | 35                              |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                          | <b>566</b>      | <b>24,36</b>         | <b>19,37</b> | <b>95,84</b> | <b>668,03</b>                   |

**Меню для организации горячего питания обучающихся,  
питающихся за счет родительского вноса**

| №<br>реп.               | Прием пищи,<br>наименование блюда        | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |              |              | Энерге-<br>тическая<br>ценность |
|-------------------------|------------------------------------------|-----------------|----------------------|--------------|--------------|---------------------------------|
|                         |                                          |                 | Б                    | Ж            | У            |                                 |
| 1                       | 2                                        | 3               | 4                    | 5            | 6            | 7                               |
| <b>Завтрак</b>          |                                          |                 |                      |              |              |                                 |
| 445,3                   | Биточки мясные с<br>томатным соусом      | 60/40           | 9,97                 | 11,9         | 8,87         | 182,53                          |
| 211,05                  | Макаронные изделия<br>отварные с маслом  | 200/6           | 7,76                 | 4,31         | 49,49        | 280,6                           |
| 283                     | Чай с сахаром                            | 200             |                      |              | 9,98         | 39,9                            |
| 420,06                  | Хлеб пшеничный<br>обогащенный витаминами | 50              | 4                    | 0,5          | 27,5         | 130                             |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                          | <b>566</b>      | <b>21,73</b>         | <b>16,71</b> | <b>95,84</b> | <b>633,03</b>                   |

Повар:

Фалахова Г

Утверждаю  
Директор школы  
Гузаеров А.Х.

Меню 27.10.2021г для организации горячего питания обучающихся, получающих начальное образование в МБОУ СОШим.Т.Назмиева с.Ябалаково

| №<br>реп.               | Прием пищи,<br>наименование блюда | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |              |              | Энерге-<br>тическая<br>ценность |
|-------------------------|-----------------------------------|-----------------|----------------------|--------------|--------------|---------------------------------|
|                         |                                   |                 | Б                    | Ж            | У            |                                 |
| 1                       | 2                                 | 3               | 4                    | 5            | 6            | 7                               |
| <b>Завтрак</b>          |                                   |                 |                      |              |              |                                 |
| 445,3                   | Биточки мясные с томатным соусом  | 60/40           | 9,97                 | 11,9         | 8,87         | 182,53                          |
| 211,05                  | Макаронные изделия                | 150/5           | 5,82                 | 4,31         | 37,08        | 210,5                           |
| 283                     | Чай с сахаром                     | 200             |                      |              | 9,98         | 39,9                            |
| 420,08                  | Хлеб пшеничный                    | 50              | 4                    | 0,5          | 27,5         | 130                             |
|                         | Сок фруктовый                     | 150             | 0,75                 | 0,15         | 15,2         | 69                              |
| 27,01                   | Сыр (порциями)                    | 10              | 2,63                 | 2,66         |              | 35                              |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                   | <b>665</b>      | <b>23,17</b>         | <b>19,52</b> | <b>98,58</b> | <b>666,93</b>                   |

Меню для организации горячего питания обучающимся с ОВЗ и детям инвалидам

| №<br>реп.               | Прием пищи,<br>наименование      | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |              |               | Энерге-<br>тическая |
|-------------------------|----------------------------------|-----------------|----------------------|--------------|---------------|---------------------|
|                         |                                  |                 | Б                    | Ж            | У             |                     |
| 1                       | 2                                | 3               | 4                    | 5            | 6             | 7                   |
| <b>Завтрак</b>          |                                  |                 |                      |              |               |                     |
| 445,3                   | Биточки мясные с томатным соусом | 60/40           | 9,97                 | 11,9         | 8,87          | 182,53              |
| 211,05                  | Макаронные изделия отварные с    | 200/6           | 7,76                 | 4,31         | 49,49         | 280,6               |
| 283                     | Чай с сахаром                    | 200             |                      |              | 9,98          | 39,9                |
|                         | Сок фруктовый                    | 150             | 0,75                 | 0,15         | 15,2          | 69                  |
| 27,01                   | Сыр (порциями)                   | 10              | 2,63                 | 2,66         |               | 35                  |
| 420,06                  | Хлеб пшеничный обогащенный       | 50              | 4                    | 0,5          | 27,5          | 130                 |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                  | <b>716</b>      | <b>25,11</b>         | <b>19,52</b> | <b>110,99</b> | <b>737,03</b>       |
| <b>Обед</b>             |                                  |                 |                      |              |               |                     |
| 450,13                  | Суп картофельный с клецками      | 250             | 1,72                 | 6,27         | 11,83         | 110,91              |
| 80,55                   | Рыба, тушеная с овощами (филе)   | 45/45           | 9,15                 | 7,03         | 1,96          | 108,13              |
| 610,03                  | Рис припущенный                  | 200             | 5,05                 | 8,75         | 51,94         | 306,50              |
| 283                     | Чай с сахаром                    | 200             |                      |              | 9,98          | 39,9                |
| 420,06                  | Хлеб пшеничный обогащенный       | 50              | 4                    | 0,5          | 27,5          | 130                 |
| 421,11                  | Хлеб ржано-                      | 40              | 3,2                  | 0,4          | 18,4          | 88                  |
| <b>Итого за Обед</b>    |                                  | <b>830</b>      | <b>23,12</b>         | <b>22,95</b> | <b>121,61</b> | <b>783,44</b>       |
| <b>Итого за день</b>    |                                  | <b>1546</b>     | <b>48,23</b>         | <b>42,47</b> | <b>232,60</b> | <b>1520,47</b>      |

Меню для организации горячего питания обучающихся из многодетных малообеспеченных семей

Утверждаю  
Директор школы

Гузаеров А.Х.



Меню 27.10.2021г для организации горячего питания обучающихся, получающих начальное образование в филиале МБОУ СОШим.Т.Назмиева с.Ябалаково с.Старотатышево

| №<br>реп.               | Прием пищи,<br>наименование блюда     | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |              |              | Энерге-<br>тическая<br>ценность |
|-------------------------|---------------------------------------|-----------------|----------------------|--------------|--------------|---------------------------------|
|                         |                                       |                 | Б                    | Ж            | У            |                                 |
| 1                       | 2                                     | 3               | 4                    | 5            | 6            | 7                               |
| <b>Завтрак</b>          |                                       |                 |                      |              |              |                                 |
| 445,3                   | Биточки мясные с томатным соусом      | 60/40           | 9,97                 | 11,9         | 8,87         | 182,53                          |
| 211,05                  | Макаронные изделия                    | 150/5           | 5,82                 | 4,31         | 37,08        | 210,5                           |
| 283                     | Чай с сахаром                         | 200             |                      |              | 9,98         | 39,9                            |
| 420,06                  | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами | 50              | 4                    | 0,5          | 27,5         | 130                             |
|                         | Сок фруктовый                         | 150             | 0,75                 | 0,15         | 15,2         | 69                              |
| 27,01                   | Сыр (порциями)                        | 10              | 2,63                 | 2,66         |              | 35                              |
| <b>Итого за Завтрак</b> |                                       | <b>665</b>      | <b>23,17</b>         | <b>19,52</b> | <b>98,58</b> | <b>666,93</b>                   |

Повар:

*Идрисова Р*

Идрисова Р



МБОУ СОШ им.Т.Назмиева с.Ябалаково МР Илишевский район

Дошкольная группа с.Ябалаково

МЕНЮ на 26.10.2021

Завтрак

| Наименование       | Вес порции    |  |
|--------------------|---------------|--|
| Пшеница перловая   | 0,200         |  |
| Чай с сахаром      | 0,200         |  |
| Бутерброд с маслом | 0,050 / 0,005 |  |

Итого: 0,400  
Обед

| Наименование               | Вес порции |  |
|----------------------------|------------|--|
| Суп картофельный с овощами | 0,250      |  |
| Рис отваренный с маслом    | 0,100      |  |
| Компот из сухофруктов      | 0,100      |  |
| Хлеб                       | 0,060      |  |

Полдник

| Наименование        | Вес порции    |  |
|---------------------|---------------|--|
| Ватрушка с творогом | 0,040         |  |
| Чай с сахаром       | 0,200 / 0,010 |  |

Повар:

*А.П.*

Ахмарова А.Р.