



Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ с.Аккузево  
Ф.В.Гайнуллина

## Меню на 13.01.2026г.

### Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
	Компот из замороженных фруктов	200	0,200	0,100	25,400	99,00
ДО7ХЕ19	Каша пшеничная молочная 200	200	7,467	8,800	35,2	249,333
63 и 39	Суп картофельный с бобовыми и гречками, фрикадельками	285	18,190	13,710	37,960	353,470
	Сыр (порциями)	10	2,320	2,950	0,000	36,400
1	Хлеб ржаной	25	2,033	0,250	12,200	60,500
3	Хлеб пшеничный	25	1,233	0,250	11,200	52,500
	Яблоки свежие	100	0,400	0,400	9,800	47,000
	Итого	845	31,843	26,460	131,760	898,203

### Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецепт	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жир	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
	Компот из замороженных фруктов	200	0,200	0,100	25,400	99,00
ДО7ХЕ19	Каша пшеничная молочная 150	150	5,600	6,600	26,400	187,00
63 и 39	Суп картофельный с бобовыми и гречками, фрикадельками	235	16,750	12,570	32,370	314,780
9	Сыр порциями	10	2,320	2,950	0,0	36,400
1	Хлеб ржаной	25	2,033	0,250	12,200	60,500
3	Хлеб пшеничный	25	1,975	0,249	12,035	60,258
	Яблоки свежие	100	0,400	0,400	9,800	47,00
	Итого	735	29,278	23,119	118,205	804,938

### Завтрак (для обучающихся, питающихся за счет родительского взноса)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
	Компот из замороженных фруктов	200	0,200	0,100	25,400	99,00
ДО7ХЕ19	Каша пшеничная молочная 200	200	7,467	8,800	35,2	249,333
63 и 39	Суп картофельный с бобовыми и гречками, фрикадельками	285	18,190	13,710	37,960	353,470
1	Хлеб ржаной	25	2,033	0,250	12,200	60,500
3	Хлеб пшеничный	25	1,233	0,250	11,200	52,500
	Итого	735	29,123	23,110	121,960	814,803

Повар: Гиндуллина А.В.