

Утверждаю.

Директор школы

Имамбаев Р.Р.

**МЕНЮ НА 09.12.2025****ГОРЯЧЕЕ БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ С 7 ДО 11 ЛЕТ**

| №<br>реп. | Блюдо                                | Выход,<br>г | Калорийность  | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Цена         |
|-----------|--------------------------------------|-------------|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
|           | <b>ЗАВТРАК</b>                       |             |               |              |              |              |              |
| 2         | Тефтели мясные пф с томатным соусом  | 130         | 213,5         | 11,7         | 11,7         | 10,8         | 31,93        |
| 173       | Каша гречневая вязкая с маслом       | 155         | 228,63        | 7,56         | 4,7          | 39           | 6,61         |
| 283       | Чай с сахаром                        | 200         | 35            | 0,1          | 0            | 9,1          | 1,04         |
| СГР       | Хлеб пшеничный(для детского питания) | 25          | 50            | 2            | 0            | 10           | 1,95         |
| СГР       | Хлеб ржаной (для детского питания)   | 25          | 50            | 2            | 0            | 10           | 1,95         |
| 281       | Кисломолочный продукт                | 200         | 151           | 5,7          | 6,3          | 17,6         | 27,61        |
|           | <b>ИТОГО</b>                         |             | <b>714,05</b> | <b>27,53</b> | <b>20,73</b> | <b>95,53</b> | <b>71,09</b> |

**ДЕТИ ИНВАЛИДЫ И ДЕТИ ОВЗ С 7 ДО 11 ЛЕТ**

| №<br>реп. | Блюдо                                  | Выход,<br>г | Калорийность  | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Цена          |
|-----------|----------------------------------------|-------------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
|           | <b>ЗАВТРАК</b>                         |             |               |              |              |              |               |
| 2         | Тефтели мясные пф с томатным соусом    | 130         | 213,5         | 11,7         | 11,7         | 10,8         | 31,93         |
| 173       | Каша гречневая вязкая с маслом         | 155         | 228,63        | 7,56         | 4,7          | 39           | 6,61          |
| 283       | Чай с сахаром                          | 200         | 35            | 0,1          | 0            | 9,1          | 1,04          |
| СГР       | Хлеб пшеничный (для детского питания)  | 50          | 39,06         | 4            | 0            | 7,81         | 3,90          |
| 281       | Кисломолочный продукт                  | 200         | 151           | 5,7          | 6,3          | 17,6         | 27,61         |
|           | <b>ИТОГО</b>                           |             | <b>653,11</b> | <b>27,53</b> | <b>20,73</b> | <b>83,34</b> | <b>71,09</b>  |
|           | <b>ОБЕД</b>                            |             |               |              |              |              |               |
| 23        | Салат из свеклы с растительным маслом  | 80          | 76            | 1            | 5,9          | 4,8          | 6,16          |
| 56        | Бишбармак                              | 200         | 76,8          | 2,08         | 3,44         | 9,28         | 5,34          |
| 1         | Котлеты мясные пф с томатным соусом    | 130         | 213,5         | 11,7         | 11,7         | 10,8         | 56,24         |
| 168       | Пюре гороховое                         | 155         | 243,3         | 14,8         | 4,8          | 35           | 7,5           |
| 283       | Чай с сахаром                          | 200         | 35            | 0,1          | 0            | 9,1          | 1,04          |
| СГР       | Хлеб пшеничный ( для детского питания) | 25          | 50            | 2            | 0            | 10           | 1,95          |
| СГР       | Хлеб ржаной(для детского питания)      | 25          | 50            | 2            | 0            | 10           | 1,95          |
|           | <b>ИТОГО</b>                           |             | <b>695,35</b> | <b>30,98</b> | <b>23,14</b> | <b>86,51</b> | <b>150,82</b> |

## ДЕТИ ИНВАЛИДЫ ДЕТИ ОВЗ С 11 ЛЕТ И СТАРШЕ, СВО

| №<br>рец. | Блюдо                                 | Выход,<br>г | Калорийность  | Белки        | Жиры         | Углеводы     |               |
|-----------|---------------------------------------|-------------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
|           | <b>ЗАВТРАК</b>                        |             |               |              |              |              |               |
| 2         | Тефтели мясные пф с томатным соусом   | 140         | 255,5         | 14           | 14           | 12,95        | 38,24         |
| 173       | Каша гречневая вязкая с маслом        | 185         | 316,57        | 10,48        | 6,52         | 54           | 7,23          |
| 283       | Чай с сахаром                         | 200         | 35            | 0,1          | 0            | 9,1          | 1,04          |
| СГР       | Хлеб пшеничный(для дет.питания)       | 50          | 39,06         | 4            | 0            | 7,81         | 3,90          |
| 281       | Кисломолочный продукт                 | 200         | 151           | 5,7          | 6,3          | 17,6         | 27,61         |
|           | <b>итого</b>                          |             | <b>760,63</b> | <b>32,28</b> | <b>24,82</b> | <b>99,61</b> | <b>78,02</b>  |
|           | <b>ОБЕД</b>                           |             |               |              |              |              |               |
| 23        | Салат из свеклы с растительным маслом | 100         | 95            | 1,3          | 7,4          | 6            | 7,30          |
| 56        | Бишбармак                             | 250         | 96            | 2,6          | 4,3          | 11,6         | 6,16          |
| 1         | Котлеты мясные пф с томатным соусом   | 140         | 255,5         | 14           | 14           | 12,95        | 63,47         |
| 168       | Пюре гороховое                        | 185         | 292           | 17,7         | 5,8          | 41,6         | 8,15          |
| 283       | Чай с сахаром                         | 200         | 35            | 0,1          | 0            | 9,1          | 1,04          |
| СРГ       | Хлеб пшеничный(для дет.питания)       | 25          | 50            | 2            | 0            | 10           | 1,95          |
| СРГ       | Хлеб ржаной(для дет.питания)          | 25          | 50            | 2            | 0            | 10           | 1,95          |
|           | <b>итого</b>                          |             | <b>837</b>    | <b>37,7</b>  | <b>29,5</b>  | <b>99,4</b>  | <b>168,04</b> |

## Льготное питание ММС С 11 лет и старше

| №<br>рец. | Блюдо                                | Выход,<br>г | Калорийность  | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Цена         |
|-----------|--------------------------------------|-------------|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| 2         | Тефтели мясные пф с томатным соусом  | 140         | 255,5         | 14           | 14           | 12,95        | 38,24        |
| 173       | Каша гречневая вязкая с маслом       | 180         | 316,57        | 10,48        | 6,52         | 54           | 7,23         |
| 283       | Чай с сахаром                        | 200         | 35            | 0,1          | 0            | 9,1          | 1,04         |
| СГР       | Хлеб пшеничный(для детского питания) | 25          | 50            | 2            | 0            | 10           | 1,95         |
| СГР       | Хлеб ржаной(для детского питания)    | 25          | 50            | 2            | 0            | 10           | 1,95         |
| 281       | Кисломолочный продукт                | 200         | 151           | 5,7          | 6,3          | 17,6         | 27,61        |
|           | <b>Итого</b>                         |             | <b>821,57</b> | <b>32,28</b> | <b>24,82</b> | <b>111,8</b> | <b>78,02</b> |

Шеф-повар: Байзигитова Р.Г.