

Утверждаю.

Директор школы

Имамбаев Р.Р.

МЕНЮ НА 29.09. 2025**ГОРЯЧЕЕ БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ С 7 ДО 11 ЛЕТ**

№ реп.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	Цена
	ЗАВТРАК						
19	Салат из моркови	80	74,4	1,6	7,2	4,23	5
1	Котлеты мясные пф с томатным соусом	130	213,5	11,7	11,7	10,8	29.63
184	Каша ячневая рассыпчатая с маслом	155	179	4,9	3,7	30,9	4.26
285	Чай с лимоном и сахаром	207	61,62	0,07	0,01	15,31	2.91
СГР	Хлеб пшеничный(для детского питания)	25	50	2	0	10	1.85
СГР	Хлеб ржаной (для детского питания)	25	50	2	0	10	1.85
281	Кисломолочный продукт	210	151	5,7	6,3	17,6	25.59
	итого		779,52,27	27,97	28,91	98,84	71.09

ДЕТИ ИНВАЛИДЫ И ДЕТИ ОВЗ С 7 ДО 11 ЛЕТ

№ реп.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	Цена
	ЗАВТРАК						
19	Салат из моркови	80	74,4	1,6	7,2	4,23	5
1	Котлеты мясные пф с томатным соусом	130	213,5	11,7	11,7	10,8	29.63
184	Каша ячневая рассыпчатая с маслом	155	179	4,9	3,7	30,9	4.26
285	Чай с лимоном и с сахаром	207	61,62	0,07	0,01	15,31	2.91
СГР	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	39,06	4	0	17,81	1,85
281	Кисломолочный продукт	210	151	5,7	6,3	17,6	1,85
	Итого		718,58	27,97	28,91	96,65	71,09
	ОБЕД						
27	Салат из свеклы с яблоками	80	62	0,7	4	5,9	8,10
63	Суп картофельный с горохом	200	199	7,9	4,3	31,5	4,80
2	Тефтели мясные пф с томатным соусом	130	213,5	11,7	11,7	10,8	41,72
224	Рагу овощное	160	161,6	3,6	9,2	16,16	8,26
311	Витаминизированный кисель	200	20	0,25	0	4,8	13,15
СГР	Хлеб пшеничный (для детского питания)	25	50	2	0	10	1,85
СГР	Хлеб ржаной(для детского питания)	25	50	2	0	10	1,85
	итого		756,1	28,15	29,2	89,16	
	Итого за день						150,82

ДЕТИ ИНВАЛИДЫ ДЕТИ ОВЗ С 11 ЛЕТ И СТАРШЕ, СВО

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
	ЗАВТРАК						
19	Салат из моркови	100	93	2	9	5,29	6,25
1	Котлеты мясные пф с томатным соусом	140	306,6	14	14	12,95	35,06
184	Каша ячневая рассыпчатая с маслом	185	214,8	5,88	4,44	37,08	4,51
285	Чай с лимоном и с сахаром	207	61,62	0,07	0,01	15,31	2,91
СГР	Хлеб пшеничный (для дет.питания)	50	39,06	4	0	7,81	3,70
281	Кисломолочный продукт	210	151	5,7	6,3	17,6	25,59
	Итого		866,08	31,65	33,75	96,04	78,02
	ОБЕД						
27	Салат из свеклы с яблоками	100	78	0,8	5,1	7,4	10,15
63	Суп картофельный с горохом	250	248,75	9,88	5,3	39,38	5,20
2	Тефтели мясные пф с томатным соусом	140	255,5	14	14	12,95	47,36
224	Рагу овощное	180	181,8	4,05	10,35	18,18	10,46
311	Витаминизированный кисель	200	20	0,25	0	4,8	13,15
СГР	Хлеб пшеничный(для дет.питания)	25	50	2	0	10	1,85
СГР	Хлеб ржаной(для дет.питания)	25	50	2	0	10	1,85
	итого		884,05	32,98	34,75	102,71	
	Итого за день						168,04

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ММС С 11 ЛЕТ И СТАРШЕ

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	Цена
19	Салат из моркови	100	93	2	9	5,29	6,25
1	Котлеты мясные пф с томатным соусом	140	306,6	14	14	12,95	35,06
184	Каша ячневая рассыпчатая с маслом	185	214,8	5,88	4,44	37,08	4,51
285	Чай с лимоном и с сахаром	207	61,62	0,07	0,01	15,31	2,91
СРГ	Хлеб пшеничный (для детского питания)	25	50	2	0	10	1,85
СГР	Хлеб ржаной(для детского питания)	25	50	2	0	10	1,85
281	Кисломолочный продукт	207	60	3	3	5	25,59
	Итого		776,02	28,95	30,45	95,63	

Шеф-повар: Байзигитова Р.Г.