

Утверждаю.

Директор школы



МЕНЮ НА 15.01.2026

ГОРЯЧЕЕ БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ С 7 ДО 11 ЛЕТ

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК						
3	Масло сливочное	10	66	0,1	7,13	0,1
2	Тефтели мясные пф с томатным соусом	130	213,5	11,7	11,7	10,8
138	Пюре картофельное	150	137	3,1	4,6	20,1
283	Чай с сахаром	200	35	0,1	0	9,1
СГР	Хлеб пшеничный(для детского питания)	25	50	2	0	10
СГР	Хлеб ржаной (для детского питания)	25	50	2	0	10
итого			551,5	19	23,43	60,1

ДЕТИ ИНВАЛИДЫ И ДЕТИ ОВЗ С 7 ДО 11 ЛЕТ

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК						
3	Масло сливочное	10	66	0,1	7,13	0,1
2	Тефтели мясные пф с томатным соусом	130	213,5	11,7	11,7	10,8
138	Пюре картофельное	150	137	3,1	4,6	20,1
283	Чай с сахаром	200	35	0,1	0	9,1
СГР	Хлеб пшеничный (для детского питания)	50	39,06	4	0	7,81
итого			490,56	19	23,43	47,91
ОБЕД						
42	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне со сметаной	210	88,89	1,52	5,33	8,65
1	Котлеты мясные с томатным соусом	130	213,5	11,9	11,9	10,8
173	Каша гречневая рассыпчатая	155	228,63	7,56	4,7	39
294	Компот из сухофруктов	200	79,6	0,12	0	19,4
СГР	Хлеб пшеничный (для дет питания)	25	50	2	0	10
СГР	Хлеб ржаной (для детского питания)	25	50	2	0	10
итого			710,62	25,1	21,93	97,85

ДЕТИ ИНВАЛИДЫ ДЕТИ ОВЗ С 11 ЛЕТ И СТАРШЕ, СВО

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	ЗАВТРАК					
3	Масло сливочное	10	66	0,1	7,13	0,1
2	Тефтели мясные пф с томатным соусом	140	306,6	14	14	12,95
138	Пюре картофельное	180	163,5	3,6	5,55	24,15
283	Чай с сахаром	200	35	0,1	0	9,1
СГР	Хлеб пшеничный(для детского питания)	50	39,06	4	0	7,81
	итого		610,16	21,8	26,68	54,11
	ОБЕД					
42	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне со сметаной	260	111,1	1,9	6,66	10,81
1	Котлеты мясные пф с томатным соусом	140	306,6	14	14	12,95
173	Каша гречневая рассыпчатая	185	316,57	10,48	6,52	54
294	Компот из сухофруктов	200	79,6	0,12	0	19,4
СГР	Хлеб пшеничный(для дет.питания)	25	50	2	0	10
СГР	Хлеб ржаной(для дет.питания)	25	50	2	0	10
	итого		913,87	30,5	27,18	117,16

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ММС С 11 ЛЕТ И СТАРШЕ

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
3	Масло сливочное	10	66	0,1	7,13	0,1
2	Тефтели мясные пф с томатным соусом	140	306,6	14	14	12,95
138	Пюре картофельное	180	163,5	3,6	5,55	24,15
283	Чай с сахаром	200	35	0,1	0	9,1
СГР	Хлеб пшеничный (для дет.питания)	25	50	2	0	10
СГР	Хлеб ржаной (для детского питания)	25	50	2	0	10
	итого		671,1	21,8	26,68	66,3

Шеф-повар: Байзигитова Р.Г.