

Утверждаю.

## Директор школы



МЕНЮ НА 19.01.2026

## ГОРЯЧЕЕ БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ С 7 ДО 11 ЛЕТ

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>						
3	Масло сливочное	10	66	0,1	7,13	0,1
211	Макаронные изделия с тертым сыром	166	157,9	8,93	15	30
289	Какао с молоком	200	98	3,6	3,3	13,7
СГР	Хлеб пшеничный (для детского питания)	25	50	2	0	10
СГР	Хлеб ржаной(для детского питания)	25	50	2	0	10
	ИТОГО		421,9	16,63	25,43	63,8

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

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	<b>ЗАВТРАК</b>					
3	Масло сливочное	10	66	0,1	7,13	0,1
211	Макаронные изделия с тертым сыром	166	157,9	8,93	15	30
289	Какао с молоком	200	98	3,6	3,3	13,7
СГР	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	39,06	4	0	7,81
	<b>итого</b>		<b>390,96</b>	<b>16,63</b>	<b>25,43</b>	<b>51,61</b>
	<b>ОБЕД</b>					
44	Суп из овощей со сметаной	210	92,19	1,54	4,69	10,07
3	Фрикадельки мясные пф с томатным соусом	130	152,4	12,5	10,05	8,29
140	Каша рисовая рассыпчатая	155	200	3,58	3,92	36,75
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
	<b>итого</b>		<b>542,59</b>	<b>18,17</b>	<b>16,02</b>	<b>83,83</b>

ДЕТИ ИНВАЛИДЫ ДЕТИ ОВЗ С 11 ЛЕТ И СТАРШЕ, СВО

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	<b>ЗАВТРАК</b>					
3	Масло сливочное	10	66	0,1	7,13	0,1
211	Макаронные изделия с тертым сыром	197	187,39	10,6	17,8	35,6
289	Какао с молоком	200	98	3,6	3,3	13,7
СГР	Хлеб пшеничный (для дет.питания)	50	39,06	4	0	7,81
	<b>итого</b>		<b>390,45</b>	<b>18,3</b>	<b>28,23</b>	<b>57,21</b>
	<b>ОБЕД</b>					
44	Суп из овощей со сметаной	260	115,24	1,93	5,86	12,59
3	Фрикадельки мясные пф с томатным соусом	140	188,04	15,5	12,4	10,22
140	Каша рисовая рассыпчатая	185	188,04	15,5	12,4	10,22
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 дет.питания)	25	50	2	0	10
			<b>658,42</b>	<b>22,75</b>	<b>20,81</b>	<b>96,42</b>
	<b>итого</b>					

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
211	Макаронные изделия с тертым сыром	197	187,39	10,6	17,8	35,6
289	Какао с молоком	200	98	3,6	3,3	13,7
СГР	Хлеб пшеничный (для дет.питания)	25	50	2	0	10
СГР	Хлеб ржаной(для детского питания)	25	50	2	0	10
			<b>451,39</b>	<b>18,3</b>	<b>28,23</b>	<b>69,4</b>

Шеф повар: Байзигитова Р.Г.