

Согласовано:

**Директор МБОУ СОШ с.Музяк _____(Арсентьева
О.Б.)**



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 13.01.2026, МБОУ СОШ с.Музяк, КР_ШК_7-10лет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Стоимость питания
----------------------	---------------------------	--------------	-------------	-----------------	---------------------	--------------------------

Завтрак

190	Каша вязкая молочная из ячневой крупы с маслом сливочным	7	6	38	236	
60	Булочка "Российская"	5	8	37	240	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	4	1	23	110	
500	Итого за Завтрак	16	15	108	626	95-00

Обед

250	Суп-лапша домашняя на курином бульоне	4	6	16	135	
30/155	Плов из птицы	14	17	43	386	
200	Компот из изюма			24	100	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
700	Итого за Обед	23	24	119	790	79-73
	Итого за день	39	39	227	1 416	174-73

повар

(Изиланова Л.)

Согласовано:

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ с.Музяк _____(Арсентьева
О.Б.)

Минязов Р.Н.

Меню

на 13.01.2026, МБОУ СОШ с.Музяк, КР_ШК_11-18лет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Стоимость питания (руб)
--------------	--------------------	-------	------	----------	--------------	----------------------------

Завтрак

225	Каша вязкая молочная из ячневой	8	7	44	276	
60	Булочка "Российская"	5	8	37	240	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный	5	1	30	143	
550	Итого за Завтрак	18	16	121	699	98-00

Обед

300	Суп-лапша домашняя на курином	5	7	19	162	
30/170	Плов из птицы	15	18	48	415	
200	Компот из изюма			24	100	
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для	7	1	47	221	
785	Итого за Обед	27	26	138	898	90-02
	Итого за день	45	42	259	1 597	188-02

повар

(Изиланова Л.)

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ с.Музяк _____(Арсентьева
О.Б.)

Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 13.01.2026, МБОУ СОШ с.Музяк, Сотрудники КШ

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Стоимость питания (руб)
--------------	--------------------	-------	------	----------	--------------	----------------------------

Завтрак

225	Каша вязкая молочная из ячневой	8	7	44	276	
60	Булочка "Российская"	5	8	37	240	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный	5	1	30	143	
550	Итого за Завтрак	18	16	121	699	98-00
	Итого за день	18	16	121	699	98-00

повар

(Изиланова Л.)