

Утверждаю.
Директор школы _____

Имамбаев Р.Р.



МЕНЮ НА 12.01.2026

ГОРЯЧЕЕ БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ С 7 ДО 11 ЛЕТ

№ реп.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	ЗАВТРАК					
19	Салат из моркови	80	74,4	1,6	7,2	4,23
1	Котлеты мясные пф с томатным соусом	130	213,5	11,7	11,7	10,8
184	Каша ячневая рассыпчатая с маслом	155	179	4,9	3,7	30,9
285	Чай с лимоном и с сахаром	207	61,62	0,07	0,01	15,31
СГР	Хлеб пшеничный(для детского питания)	25	50	2	0	10
СГР	Хлеб ржаной (для детского питания)	25	50	2	0	10
	ИТОГО		628,52	22,27	22,61	81,24

ДЕТИ ИНВАЛИДЫ И ДЕТИ ОВЗ С 7 ДО 11 ЛЕТ

№ реп.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
	ЗАВТРАК					
19	Салат из моркови	80	74,4	1,6	7,2	4,23
1	Котлеты мясные пф с томатным соусом	130	213,5	11,7	11,7	10,8
184	Каша ячневая рассыпчатая с маслом	155	179	4,9	3,7	30,9
285	Чай с лимоном и с сахаром	207	61,62	0,07	0,01	15,31
СГР	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	50	39,06	4	0	17,81
	ИТОГО		567,58	22,27	22,61	79,05
	ОБЕД					
27	Салат из свеклы с яблоками	80	62	0,7	4	5,9
63	Суп картофельный с горохом	200	199	7,9	4,3	31,5
2	Тефтели мясные пф с томатным соусом	130	213,5	11,7	11,7	10,8
224	Рагу овощное	160	161,6	3,6	9,2	16,16
311	Витаминизированный кисель	200	20	0,25	0	4,8
СГР	Хлеб пшеничный (для детского питания)	25	50	2	0	10
СГР	Хлеб ржаной(для детского питания)	25	50	2	0	10
	ИТОГО		756,1	28,15	29,2	89,16

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
1	Котлеты мясные пф с томатным соусом	140	306,6	14	14	12,95
184	Каша ячневая рассыпчатая с маслом	185	214,8	5,88	4,44	37,08
285	Чай с лимоном и с сахаром	207	61,62	0,07	0,01	15,31
СГР	Хлеб пшеничный (для дет.питания)	50	39,06	4	0	7,81
	итого		715,08	25,95	27,45	78,44
	ОБЕД					
27	Салат из свеклы с яблоками	100	78	0,8	5,1	7,4
63	Суп картофельный с горохом	250	248,75	9,88	5,3	39,38
2	Тефтели мясные пф с томатным соусом	140	255,5	14	14	12,95
224	Рагу овощное	180	181,8	4,05	10,35	18,18
311	Витаминизированный кисель	200	20	0,25	0	4,8
СГР	Хлеб пшеничный(для дет.питания)	25	50	2	0	10
СГР	Хлеб ржаной(для дет.питания)	25	50	2	0	10
	итого		884,05	32,98	34,75	102,71

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ММС С 11 ЛЕТ И СТАРШЕ

№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
19	Салат из моркови	100	93	2	9	5,29
1	Котлеты мясные пф с томатным соусом	140	306,6	14	14	12,95
184	Каша ячневая рассыпчатая с маслом	185	214,8	5,88	4,44	37,08
285	Чай с лимоном и с сахаром	207	61,62	0,07	0,01	15,31
СРГ	Хлеб пшеничный (для детского питания)	25	50	2	0	10
СГР	Хлеб ржаной(для детского питания)	25	50	2	0	10
			776,02	25,95	27,45	90,63

Шеф повар: Байзигитова Р.Г.