

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ с.Музяк \_\_\_\_\_ (Арсентьева  
О.Б.)



Утвержд:

\_\_\_\_\_ Минязов

## Меню

на 15.01.2026, МБОУ СОШ с.Музяк, КР\_ШК\_7-10лет

| Выход<br>(г) | Наименование блюда | Белки | Жиры | Углевод<br>ы | Калорий<br>ность |
|--------------|--------------------|-------|------|--------------|------------------|
|--------------|--------------------|-------|------|--------------|------------------|

### Завтрак

|     |   |    |    |    |     |
|-----|---|----|----|----|-----|
| 60  | Биточки (котлеты) рыбные*                         | 11 | 5  | 13 | 112 |
| 190 | Пюре картофельное                                 | 4  | 4  | 28 | 169 |
| 200 | Чай с сахаром (2-й вариант)                       |    |    | 10 | 40  |
| 50  | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания) | 4  | 1  | 28 | 130 |
| 500 | Итого за Завтрак                                  | 19 | 10 | 79 | 451 |

### Обед

|       |   |    |    |     |       |
|-------|---|----|----|-----|-------|
| 60    | Салат из капусты белокочанной с морковью          | 1  | 6  | 6   | 82    |
| 200   | Суп Кубанский на курином бульоне                  | 9  | 5  | 23  | 175   |
| 30/60 | Гуляш из мяса птицы                               | 9  | 11 | 4   | 150   |
| 150   | Макаронные изделия отварные                       | 6  | 4  | 35  | 199   |
| 200   | Кисель из концентрата плодового или ягодного      |    |    | 32  | 128   |
| 65    | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания) | 5  | 1  | 36  | 169   |
| 765   | Итого за Обед                                     | 30 | 27 | 136 | 903   |
|       | Итого за день                                     | 49 | 37 | 215 | 1 354 |

повар

\_\_\_\_\_ (Изиланова Л.)  
\_\_\_\_\_

аю:

Р.Н.

Стоимость  
питания

|        |
|--------|
|        |
|        |
|        |
|        |
| 100-00 |

|        |
|--------|
|        |
|        |
|        |
|        |
|        |
|        |
| 86-07  |
| 186-07 |