

Согласовано:

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



Утвержд:

Минязов

Меню

на 14.01.2026, МБОУ СОШ с.Музяк, КР_ШК_7-10лет

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

Завтрак

35/25	Чахохбили	11	10	2	149
190	Гречка отварная рассыпчатая	8	6	36	233
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130
Итого за Завтрак		23	17	76	552

Обед

230/5	Свекольник на мясном бульоне со сметаной	16	12	17	236
15	Гренки из пшеничного хлеба	2		11	56
25/155	Говядина тушеная с картофелем	14	15	18	266
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40
25	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	2		12	55
40	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	3		22	104
Итого за Обед		37	27	90	757
Итого за день		60	44	166	1 309

повар

(Изиланова Л.)

аю:

P.H.

Стоимость питания

100-00

86-07
186-07