



Организация  
питания



Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ с.Ишкарово  
Валишин И.Ф.

## Меню на 11.01.2024

### Завтрак (для обучающихся начальных классов)

| № рецепта | Наименование блюда   | Выход блюда, гр. | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------|--|------------------|--------------|--------------|--------------|-------------------------------|
| 145       | Запеканка из творога со сгущенкой                          | 150/20           | 26,40        | 19,00        | 33,80        | 408                           |
| 56,13     | Борщ с капустой и картофелем со сметаной                   | 200/8            | 1,62         | 4,53         | 8,12         | 80,10                         |
| 296       | Чай с молоком  | 200              | 1,4          | 1,6          | 17,34        | 89,32                         |
| 1         | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 30               | 2            | 0,3          | 14,6         | 73                            |
|           | Яблоко   | 100              | 0,4          | 0,4          | 9,8          | 47                            |
|           | <b>Итого</b>   | <b>708</b>       | <b>31,82</b> | <b>25,83</b> | <b>83,66</b> | <b>697,42</b>                 |

### Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей и СВО)

| № рецепта | Наименование блюда   | Выход блюда, гр. | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------|--|------------------|--------------|--------------|--------------|-------------------------------|
| 145       | Запеканка из творога со сгущенкой                          | 150/20           | 26,40        | 19,00        | 33,80        | 408                           |
| 56,13     | Борщ с капустой и картофелем со сметаной                   | 250/10           | 2,03         | 5,67         | 10,16        | 100,52                        |
| 296       | Чай с молоком  | 200              | 1,4          | 1,6          | 17,34        | 89,32                         |
| 1         | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 50               | 4,00         | 0,5          | 24,3         | 121,67                        |
|           | Яблоко   | 100              | 0,4          | 0,4          | 9,8          | 47                            |
|           | <b>Итого</b>   | <b>780</b>       | <b>34,23</b> | <b>27,17</b> | <b>95,40</b> | <b>766,51</b>                 |

### Завтрак (для детей, питающихся за счет родительского вноса)

| № рецепта | Наименование блюда   | Выход блюда, гр. | Белки       | Жиры        | Углеводы     | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------|--|------------------|-------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| 56,13     | Борщ с капустой и картофелем со сметаной                   | 250/10           | 2,03        | 5,67        | 10,16        | 100,52                        |
| 296       | Чай с молоком  | 200              | 1,4         | 1,6         | 17,34        | 89,32                         |
| 1         | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 50               | 4,00        | 0,5         | 24,3         | 121,67                        |
|           | <b>Итого</b>   | <b>510</b>       | <b>7,43</b> | <b>7,77</b> | <b>51,80</b> | <b>311,51</b>                 |

Повар Фаррахова А.Д.



Организация  
питания



Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ с.Ишкарово

Валишин И.Ф.

Филиал НОШ д. Лаяшты

## Меню на 11.01.2024

### Завтрак (для обучающихся начальных классов)

| № рецепта | Наименование блюда   | Выход блюда, гр. | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------|--|------------------|--------------|--------------|--------------|-------------------------------|
| 145       | Запеканка из творога со сгущенкой                          | 150/20           | 26,40        | 19,00        | 33,80        | 408                           |
| 56,13     | Борщ с капустой и картофелем со сметаной                   | 200/8            | 1,62         | 4,53         | 8,12         | 80,10                         |
| 296       | Чай с молоком  | 200              | 1,4          | 1,6          | 17,34        | 89,32                         |
| 1         | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 30               | 2            | 0,3          | 14,6         | 73                            |
|           | Яблоко   | 100              | 0,4          | 0,4          | 9,8          | 47                            |
|           | <b>Итого</b>   | <b>708</b>       | <b>31,82</b> | <b>25,83</b> | <b>83,66</b> | <b>697,42</b>                 |

Повар  Садертдинова Р.Р.



Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ с.Ишкарово

 Валишин И.Ф.

Дошкольная группа с. Ишкарово

## Меню на 11.01.2024

| Завтрак                          | Выход блюд, грамм |              |
|----------------------------------|-------------------|--------------|
|                                  | До3-хлет          | Старше3-хлет |
| Каша манная молочная             | 200/5             | 200/5        |
| Какао с молоком                  | 200               | 200          |
| Бутерброд с маслом и повидлом    | 50/5/16           | 50/5/16      |
| II завтрак                       |                   |              |
| Яблоко                           | 1 шт.             | 1 шт.        |
| Обед                             |                   |              |
| Суп молочный с вермишелью        | 200               | 200          |
| Каша гречневая с говяжьим фаршем | 150               | 150          |
| Компот                           | 200               | 200          |
| Хлеб                             | 50                | 50           |
| Полдник                          |                   |              |
| Пюре гороховое                   | 150               | 150          |
| Чай с молоком                    | 200               | 200          |
| Хлеб                             | 50                | 50           |

Повар  Имамова З.Р.



Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ с.Ишкарово

  
Валишин И.Ф.

Дошкольная группа с. Лаяшты

## Меню на 11.01.2024

| Завтрак                              | Выход блюд, грамм |              |
|--------------------------------------|-------------------|--------------|
|                                      | До3-хлет          | Старше3-хлет |
| Каша гречневая молочная              | 200               | 200          |
| Какао с молоком                      | 200               | 200          |
| Бутерброд с маслом и сыром           | 40/5/15           | 40/5/15      |
| <b>II завтрак</b>                    |                   |              |
| Сок/печенье                          | 200/20            | 200/20       |
| <b>Обед</b>                          |                   |              |
| Суп картофельное с крупой            | 200               | 200          |
| Картофельное пюре                    | 150               | 150          |
| Гуляш                                | 60                | 60           |
| Кисель                               | 200               | 200          |
| Хлеб пшеничный                       | 40                | 40           |
| <b>Полдник</b>                       |                   |              |
| Макаронные изделия отварные с маслом | 150/5             | 150/5        |
| Чай с молоком и сахаром              | 200               | 200          |
| Хлеб пшеничный                       | 20                | 20           |

Повар  Садертдинова Р.Р.