

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ с.Итеево



/Хасанова Г.Ф./

Меню на 16.10.2025

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

| №рецепта | Наименование блюда | Выход блюда, гр. | Белки | Жир | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал |
|----------|---|------------------------|--------|-------|----------|----------------------------------|
| 196 | Каша молочная "Дружба" | 200 | 6,310 | 7,630 | 35,410 | 235,660 |
| 215 | Запеканка из творога с густым молоком 70/15 | 85 | 16,439 | 6,862 | 19,006 | 206,454 |
| 266 | Какао на молоке | 200 | 9,200 | 7,100 | 11,030 | 148,460 |
| 1 | Хлеб ржаной, обогащенный витаминами | 25 | 2,033 | 0,250 | 12,200 | 60,500 |
| 3 | Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами | 25 | 1,233 | 0,250 | 11,200 | 52,500 |
| 9 | Сыр(порциями) | 10 | 2,320 | 2,950 | 0,000 | 36,400 |
| 10 | Сок | 200 | | | | |
| | Винегрет | 60 | | | | |

Завтрак(для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей и СВО)

| №рецепта | Наименование блюда | Выход блюда, гр. | Белки | Жир | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал |
|-------------------------|---|------------------------|--------|--------|----------|----------------------------------|
| 196 | Каша молочная "Дружба" | 200 | 6,310 | 7,630 | 35,410 | 235,660 |
| 215 | Запеканка из творога с густым молоком 70/15 | 85 | 16,439 | 6,862 | 19,006 | 206,454 |
| 266 | Какао на молоке | 200 | 9,200 | 7,100 | 11,030 | 148,460 |
| 1 | Хлеб ржаной, обогащенный витаминами | 25 | 2,033 | 0,250 | 12,200 | 60,500 |
| 3 | Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами | 25 | 1,233 | 0,250 | 11,200 | 52,500 |
| 9 | Сыр(порциями) | 10 | 2,320 | 2,950 | 0,000 | 36,400 |
| | сок | 200 | | | | |
| | Винегрет | 60 | | | | |
| Итого за завтрак | | 745 | 42,886 | 30,009 | 114,313 | 911,474 |

Завтрак (для детей, питающихся за счет родительского взноса)

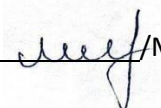
| №рецепта | Наименование блюда | Выход блюда, гр. | Белки | Жир | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал |
|-------------------------|--|------------------------|--------|--------|----------|----------------------------------|
| 196 | Каша молочная "Дружба" | 200 | 6,310 | 7,630 | 35,410 | 235,660 |
| 271 | Чай с сахаром 200 | 200 | 0,080 | 0,020 | 10,010 | 40,510 |
| 1 | Хлеб ржаной, обогащенный витаминами | 25 | 2,033 | 0,250 | 12,200 | 60,500 |
| | Винегрет | 60 | | | | |
| 3 | Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами | 25 | 1,233 | 0,250 | 11,200 | 52,500 |
| Итого за завтрак | | 550 | 11,007 | 11,617 | 79,987 | 470,670 |

Завтрак (для обучающихся ОВЗ и для детей- инвалидов и сво)

| №рецепта | Наименованиеблюда | Выход блюда, гр. | Белки | Жиры | Углевод ы | Энергетическая ценность, ккал |
|-------------------------|---|---------------------------------|--------------|-------------|----------------------|--|
| 196 | Каша молочная "Дружба" | 200 | 6,310 | 7,630 | 35,410 | 235,660 |
| 215 | Запеканкаистворогасосгущенныммолоком70/15 | 85 | 16,439 | 6,862 | 19,006 | 206,454 |
| 266 | Какао на молоке | 200 | 9,200 | 7,100 | 11,030 | 148,460 |
| 1 | Хлеб пшеничный , обогащенный (для детского питания) | 25 | 2,033 | 0,250 | 12,200 | 60,500 |
| 3 | Хлеб ржаной обогащенный (для детского питания) | 25 | 1,233 | 0,250 | 11,200 | 52,500 |
| 9 | Сыр(порциями) | 10 | 2,320 | 2,95 | 0,000 | 36,400 |
| | Винегрет | 60 | | | | |
| Итого за завтрак | | 560 | 25,097 | 19,680 | 84,140 | 623,520 |

Обед (для обучающихся ОВЗ и для детей- инвалидов и сво)

| №рецепта | Наименование блюда | Выход блюда, гр. | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------|--|---------------------------------|--------------|-------------|-----------------|--|
| 26 | Винегрет | 100 | 1,35 | 3,46 | 11,167 | 81,500 |
| 57 | Суп картофельный с гречневой крупой | 250 | 3,38 | 4,38 | 17,090 | 119,650 |
| 93 | Гуляш из отварной говядины | 50/50 | 16,10 | 17,15 | 4,260 | 235,540 |
| 133 | Картофельное пюре | 200 | 5,05 | 6,49 | 22,850 | 166,930 |
| 707 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,78 | 0,06 | 30,100 | 125,200 |
| 1 | Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами | 20 | 1,62 | | 9,760 | 48,400 |
| 2 | Хлеб ржаной обогащенный | 30 | 0,70 | 0,23 | 2,200 | 13,050 |
| Итого за обед | | 900 | 28,98 | 31,77 | 97,427 | 790,270 |
| Итого за день | | | 54,07 | 51,45 | 181,57 | 1413,790 |

Повар  /Мударисова Г.И./