

Утверждаю.

Директор школы

Имамбаев Р.Р.



## МЕНЮ НА 18.11.2025

### ГОРЯЧЕЕ БЕСПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ С 7 ДО 11 ЛЕТ

| №<br>реп.      | Блюдо                                   | Выход,<br>г | Калорийность | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Цена         |
|----------------|---|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| <b>ЗАВТРАК</b> |   |             |              |              |              |              |              |
| 3              | Фрикадельки мясные пф с томатным соусом | 130         | 152,4        | 12,5         | 10,05        | 8,29         | 30.10        |
| 140            | Каша рисовая рассыпчатая                | 155         | 200          | 3,58         | 3,92         | 36,75        | 7.95         |
| 301            | Напиток витаминизированный              | 200         | 60           | 0            | 0            | 15,8         | 9.90         |
| СГР            | Хлеб пшеничный (для детского питания)   | 25          | 50           | 2            | 0            | 10           | 1.95         |
| СГР            | Хлеб ржаной(для детского питания)       | 25          | 50           | 2            | 0            | 10           | 1.95         |
|                | Фрукт:                                  | 200         | 34           | 1            | 0            | 7            | 19.24        |
|                | итого                                   |             | <b>546,4</b> | <b>21,08</b> | <b>13,97</b> | <b>87,84</b> | <b>71.09</b> |

### ДЕТИ ИНВАЛИДЫ И ДЕТИ ОВЗ С 7 ДО 11 ЛЕТ

| №<br>реп.   | Блюдо  | Выход,<br>г | Калорийность  | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Цена          |
|-------------|--|-------------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| 3           | Фрикадельки мясные пф с томатным соусом                    | 130         | 152,4         | 12,5         | 10,05        | 8,29         | 30.10         |
| 140         | Каша рисовая рассыпчатая                                   | 155         | 200           | 3,58         | 3,92         | 36,75        | 7.95          |
| 301         | Напиток витаминизированный                                 | 200         | 60            | 0            | 0            | 15,8         | 9.90          |
| СГР         | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 50          | 39,06         | 4            | 0            | 7,81         | 3.90          |
|             | Фрукт:   | 200         | 34            | 1            | 0            | 7            | 19.24         |
|             | итого  |             | <b>485,46</b> | <b>21,08</b> | <b>13,97</b> | <b>75,65</b> | <b>71.09</b>  |
| <b>ОБЕД</b> |  |             |               |              |              |              |               |
| 53          | Щи из свежий капусты со сметаной                           | 210         | 86,26         | 1,67         | 5,06         | 8,51         | 9.14          |
| 1           | Котлеты мясные пф с томатным соусом                        | 130         | 213,5         | 11,7         | 11,7         | 10,8         | 57.92         |
| 212         | Макаронные изделия отварные с маслом                       | 155         | 210,5         | 5,82         | 4,31         | 37,08        | 6.47          |
| 283         | Чай с сахаром  | 200         | 35            | 0,1          | 0            | 9,1          | 2.30          |
| СГР         | Хлеб пшеничный ( для детского питания)                     | 25          | 50            | 2            | 0            | 10           | 1.95          |
| СГР         | Хлеб ржаной(для детского питания)                          | 25          | 50            | 2            | 0            | 10           | 1.95          |
|             | итого  |             | <b>645,26</b> | <b>23,29</b> | <b>21,07</b> | <b>85,49</b> |               |
|             | Итого за день  |             |               |              |              |              | <b>150.82</b> |

## ДЕТИ ИНВАЛИДЫ ДЕТИ ОВЗ С 11 ЛЕТ И СТАРШЕ, СВО

| №<br>рец. | Блюдо                                   | Выход,<br>г | Калорийность  | Белки        | Жиры         | Углеводы     |               |
|-----------|---|-------------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
|           | <b>ЗАВТРАК</b>                          |             |               |              |              |              |               |
| 3         | Фрикадельки мясные пф с томатным соусом | 140         | 188,04        | 15,5         | 12,4         | 10,22        | 41.45         |
| 140       | Каша рисовая рассыпчатая                | 185         | 240           | 4,3          | 4,7          | 44,1         | 9.54          |
| 301       | Напиток витаминизированный              | 200         | 60            | 0            | 0            | 15,8         | 9.90          |
| СГР       | Хлеб пшеничный (для дет.питания)        | 50          | 39,06         | 4            | 0            | 7,81         | 3.90          |
|           | Фрукты                                  | 200         | 34            | 1            | 0            | 18,7         | 13.23         |
|           | итого                                   |             | <b>561,1</b>  | <b>24,8</b>  | <b>17,1</b>  | <b>96,63</b> | <b>78.02</b>  |
|           | <b>ОБЕД</b>                             |             |               |              |              |              |               |
| 53        | Щи из свежий капусты                    | 260         | 107,83        | 2,09         | 6,33         | 10,64        | 10.20         |
| 1         | Котлеты мясные пф с томатным соусом     | 140         | 306,6         | 14           | 14           | 12,95        | 65.30         |
| 212       | Макаронные изделия отварные с маслом    | 185         | 245,99        | 6,97         | 4,44         | 44,48        | 8.32          |
| 283       | Чай с сахаром                           | 200         | 35            | 0,1          | 0            | 9,1          | 2.30          |
| СГР       | Хлеб пшеничный(для дет.питания)         | 25          | 50            | 2            | 0            | 10           | 1.95          |
| СГР       | Хлеб ржаной(для дет.питания)            | 25          | 50            | 2            | 0            | 10           | 1.95          |
|           | итого                                   |             | <b>795,42</b> | <b>27,16</b> | <b>24,77</b> | <b>97,17</b> |               |
|           | Итого за день                           |             |               |              |              |              | <b>168.04</b> |

## Льготное питание ММС с 11 лет и старше

| №<br>рец. | Блюдо                                   | Выход,<br>г | Калорийность  | Белки       | Жиры        | Углеводы      | Цена         |
|-----------|---|-------------|---------------|-------------|-------------|---------------|--------------|
| 3         | Фрикадельки мясные пф с томатным соусом | 140         | 188,04        | 15,5        | 12,4        | 10,22         | 41.45        |
| 140       | Каша рисовая рассыпчатая                | 185         | 240           | 4,3         | 4,7         | 44,1          | 9.54         |
| 301       | Напиток витаминизированный              | 200         | 60            | 0           | 0           | 15,8          | 9.90         |
| СГР       | Хлеб пшеничный (для детского питания)   | 25          | 50            | 2           | 0           | 10            | 1.95         |
| СГР       | Хлеб ржаной (для детского питания)      | 25          | 50            | 2           | 0           | 10            | 1.95         |
|           | Фрукты                                  |             | 34            | 1           | 0           | 18,7          | 13.23        |
|           | Итого                                   |             | <b>588,04</b> | <b>24,8</b> | <b>17,1</b> | <b>108,82</b> | <b>78.02</b> |

Шеф-повар: Байзигитова Р.Г.