



«Утверждаю»  
Директор МБОУ СОШ  
с.Аблаево  
Зайнетдинова В.И.

20.11.2025

Меню 4 день

Для обучающихся 1-4 классов

| Наименование блюда                                         | Цена          | Выход гр   | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Калор.блюд    |
|------------------------------------------------------------|---------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Запеканка из творога                                       | 93,32         | 170        | 29,20        | 12,10        | 29,10        | 342,20        |
| Чай с молоком и сахаром                                    | 8,51          | 200        | 1,40         | 1,60         | 17,34        | 89,32         |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 3,20          | 40         | 3,20         | 0,40         | 22,00        | 104,00        |
| Яблоки свежие                                              | 13,50         | 100        | 0,40         | 0,00         | 11,39        | 46,23         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                | <b>118,53</b> | <b>510</b> | <b>34,20</b> | <b>14,10</b> | <b>79,83</b> | <b>581,75</b> |

Для обучающихся, питающиеся за счет родит. вноса (5-9классы)

| Наименование блюда                                         | Цена          | Выход гр   | Белки        | Жиры        | Углеводы     | Калор.блюд    |
|------------------------------------------------------------|---------------|------------|--------------|-------------|--------------|---------------|
| Запеканка из творога                                       | 93,32         | 170        | 29,20        | 12,10       | 29,10        | 342,20        |
| Чай с молоком и сахаром                                    | 8,51          | 200        | 1,40         | 1,60        | 17,34        | 89,32         |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 3,20          | 40         | 3,20         | 0,40        | 22,00        | 104,00        |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                | <b>105,03</b> | <b>410</b> | <b>34,20</b> | <b>14,1</b> | <b>68,44</b> | <b>432,52</b> |

Для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей (5-9 классы)

| Наименование блюда                                         | Цена          | Выход гр   | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Калор.блюд    |
|------------------------------------------------------------|---------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Запеканка из творога                                       | 93,32         | 170        | 29,20        | 12,10        | 29,10        | 342,20        |
| Чай с молоком и сахаром                                    | 8,51          | 200        | 1,40         | 1,60         | 17,34        | 89,32         |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 3,20          | 40         | 3,20         | 0,40         | 22,00        | 104,00        |
| Яблоки свежие                                              | 13,50         | 100        | 0,40         | 0,00         | 11,39        | 46,23         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                | <b>118,53</b> | <b>510</b> | <b>34,20</b> | <b>14,10</b> | <b>79,83</b> | <b>581,75</b> |

Для обучающихся с ОВЗ, СВО и инвалидов

| Завтрак                                                    | Цена          | Выход гр   | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Калор.блюд    |
|------------------------------------------------------------|---------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Запеканка из творога                                       | 93,32         | 170        | 29,20        | 12,10        | 29,10        | 342,20        |
| Чай с молоком и сахаром                                    | 8,51          | 200        | 1,40         | 1,60         | 17,34        | 89,32         |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 3,20          | 40         | 3,20         | 0,40         | 22,00        | 104,00        |
| Яблоки свежие                                              | 13,50         | 100        | 0,40         | 0,00         | 11,39        | 46,23         |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                | <b>118,53</b> | <b>510</b> | <b>34,20</b> | <b>14,10</b> | <b>79,83</b> | <b>581,75</b> |

Обед

|                                                            |               |            |              |              |               |               |
|------------------------------------------------------------|---------------|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| Суп-лапша домашняя                                         | 7,44          | 250        | 2,45         | 4,89         | 13,91         | 109,38        |
| Котлеты куриные с томатным соусом                          | 49,90         | 60/40      | 9,11         | 9,00         | 8,88          | 155,47        |
| Каша гречневая рассыпчатая                                 | 9,46          | 150/5      | 8,70         | 5,40         | 45,00         | 264,00        |
| Чай с сахаром                                              | 2,84          | 200        | 0,12         | 0,00         | 12,04         | 48,64         |
| Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 3,20          | 40         | 3,20         | 0,40         | 22,00         | 104,00        |
| Сок фруктовый в ассортименте (5-9кл)                       | 29,00         | 200        | 4,00         | 0,00         | 12,00         | 198,00        |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                                | <b>101,84</b> | <b>945</b> | <b>27,50</b> | <b>19,69</b> | <b>113,83</b> | <b>879,49</b> |

Старший повар  Низаева А.Ф.