



**УТВЕРЖДАЮ**

Директор МБОУ

«Сагарчинская СОШ»

Жусупова А.А.

**МЕНЮ**  
на 04.10.2023

День примерного меню: восьмой  
Сезон: осенне-зимний

**Горячий завтрак**  
**7-11 лет**

| Наименование блюда             | Выход      | Цена         | Энергетическая<br>ценность |
|--------------------------------|------------|--------------|----------------------------|
| Сыр твердых сортов в нарезке   | 16         | 10,38        | 57,3                       |
| Каша жидкая молочная гречневая | 250        | 16,98        | 234,2                      |
| яблоко                         | 180        | 19,20        | 79,9                       |
| Кофейный напиток с молоком     | 200        | 10,41        | 86,0                       |
| Хлеб пшеничный                 | 50         | 2,78         | 117,2                      |
| Хлеб ржаной                    | 30         | 1,66         | 51,2                       |
| <b>Итого:</b>                  | <b>726</b> | <b>61,41</b> | <b>625,8</b>               |

**Горячий завтрак**  
**12 лет и старше**

| Наименование блюда             | Выход      | Цена         | Энергетическая<br>ценность |
|--------------------------------|------------|--------------|----------------------------|
| Каша вязкая молочная пшеничная | 200        | 10,49        | 283,5                      |
| Чай с лимоном и сахаром        | 200        | 1,68         | 27,9                       |
| Хлеб пшеничный                 | 15         | 0,84         | 35,2                       |
| <b>Итого:</b>                  | <b>415</b> | <b>13,00</b> | <b>346,6</b>               |

Повар: Дюсингалиева А.З.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ

«Сагарчинская СОШ»

Жусупова А.А.

## МЕНЮ для детей с ОВЗ

На 04.10.2023

День примерного: восьмой

Сезон: осенне-зимний

### Горячий завтрак

| Наименование блюда             | Выход      | Цена         | Энергетическая ценность |
|--------------------------------|------------|--------------|-------------------------|
| Сыр твердых сортов в нарезке   | 16         | 10,38        | 57,3                    |
| Каша жидкая молочная гречневая | 250        | 16,98        | 234,2                   |
| яблоко                         | 180        | 19,20        | 79,9                    |
| Кофейный напиток с молоком     | 200        | 10,41        | 86,0                    |
| Хлеб пшеничный                 | 50         | 2,78         | 117,2                   |
| Хлеб ржаной                    | 30         | 1,66         | 51,2                    |
| <b>Итого:</b>                  | <b>726</b> | <b>61,41</b> | <b>625,8</b>            |
| <b>Второй завтрак</b>          |            |              |                         |
| Чай без сахаром                | 200        | 0,62         | 1,4                     |
| печенье                        | 62         | 9,27         | 232,4                   |
| <b>Итого</b>                   | <b>262</b> | <b>9,89</b>  | <b>233,8</b>            |

Повар: Ди Дюсингалиева А.З.



**МЕНЮ**  
На 04.10.2023

День примерного меню: восьмой  
Сезон: осенне-зимний

**Пришкольный интернат**

| Наименование блюда                          | Энергетическая<br>ценность | 7-11лет |              | 12 лет и старше |              |
|---|----------------------------|---------|--------------|-----------------|--------------|
|   |                            | выход   | цена         | выход           | Цена         |
| <b>Завтрак</b> макароны<br>отварные с сыром | 196,00                     | 200     | 7,22         | 200             | 7,22         |
| Масло порционно                             | 70,50                      | 10      | 6,53         | 10              | 6,53         |
| Чай с лимоном                               | 86,00                      | 200     | 3,25         | 200             | 3,25         |
| Хлеб пшеничный                              | 75,00                      | 40      | 1,23         | 40              | 1,23         |
| <b>Обед</b> Салат из свеклы                 | 61,00                      | 100     | 6,35         | 100             | 6,35         |
| Суп картоф.с крупой(пшено)                  | 496,88                     | 250     | 6,25         | 250             | 6,25         |
| Плов с курицей                              | 307,26                     | 200     | 10,51        | 200             | 10,51        |
| Кисель                                      | 108,00                     | 200     | 2,40         | 200             | 2,40         |
| Хлеб пшеничный                              | 172,50                     | 40      | 1,36         | 40              | 1,36         |
| Хлеб ржаной                                 | 33,08                      | 20      | 0,88         | 20              | 0,88         |
| <b>Полдник</b> Пряник                       | 236,60                     | 50      | 5,50         | 50              | 5,50         |
| Сок фруктовый                               | 108,00                     | 200     | 3,65         | 200             | 3,65         |
| <b>Ужин</b> овощное рагу                    | 170,82                     | 200     | 6,60         | 200             | 6,60         |
| Тефтели из говядины                         | 168,20                     | 100     | 7,83         | 100             | 7,83         |
| Чай с молоком                               | 38,00                      | 200     | 3,45         | 200             | 3,45         |
| Хлеб пшеничный                              | 172,50                     | 40      | 1,36         | 40              | 1,36         |
| Апельсин                                    | 94,00                      | 100     | 7,22         | 100             | 7,22         |
| <b>Ужин 2</b>                               |                            |         |              |                 |              |
| Ряженка                                     | 146,00                     | 200     | 12           | 200             | 12           |
| <b>Итого:</b>                               | <b>2985,24</b>             |         | <b>90,00</b> |                 | <b>90,00</b> |

Повар: Дю Дюсингалиева А.З



**Меню  
(горячие обеды)  
на 04.10.2023 г.**

День примерного меню: третий  
Сезон: осенне-зимний

| Наименование блюда                         | Выход | Цена         | Энергетическая<br>ценность |
|--|-------|--------------|----------------------------|
| <b>среда</b>                               |       |              |                            |
| Макароны отварные                          | 200   | 9,77         | 224,6                      |
| Рыба тушеная в томате с<br>овощами(минтай) | 100   | 10,18        | 72,00                      |
| Хлеб пшеничный                             | 40    | 3,00         | 117,00                     |
| Хлеб ржаной                                | 20    | 0,96         | 33,08                      |
| Чай с сахаром                              | 200   | 5,23         | 38,00                      |
|  |       | <b>40,00</b> | <b>674,84</b>              |

Повар: Дж Дюсингалиева А.З