



**УТВЕРЖДАЮ**

Директор МБОУ

«Сагарчинская СОШ»

Жусупова А.А.

## МЕНЮ

На 10.10.2023

День примерного меню: второй

Сезон: осенне-зимний

### Горячий завтрак

7-11 лет

| Наименование блюда           | Выход      | Цена         | Энергетическая<br>ценность |
|------------------------------|------------|--------------|----------------------------|
| Свекла отварная дольками     | 60         | 3,72         | 25,2                       |
| Рис отварной                 | 100        | 7,21         | 135,7                      |
| Курица тушеная с<br>морковью | 100        | 37,08        | 126,4                      |
| Какао с молоком              | 200        | 11,18        | 100,4                      |
| Хлеб пшеничный               | 25         | 1,39         | 25,6                       |
| Хлеб ржаной                  | 15         | 0,83         | 58,6                       |
| <b>Итого:</b>                | <b>500</b> | <b>61,41</b> | <b>471,9</b>               |

### Горячий завтрак

12 лет и старше

| Наименование блюда            | Выход      | Цена         | Энергетическая<br>ценность |
|-------------------------------|------------|--------------|----------------------------|
| Каша гречневая<br>рассыпчатая | 200        | 7,61         | 318,5                      |
| Соус красный основной         | 30         | 2,32         | 21,2                       |
| Чай с лимоном и сахаром       | 200        | 1,68         | 27,9                       |
| Хлеб пшеничный                | 20         | 1,39         | 46,9                       |
| <b>Итого:</b>                 | <b>450</b> | <b>13,00</b> | <b>414,5</b>               |

Повар: Дж Дюсингалиева А.З



**УТВЕРЖДАЮ**

Директор МБОУ

«Сагарчинская СОШ»

Жусупова А.А.

## МЕНЮ для детей с ОВЗ

На 10.10.2023

День примерного меню: второй

Сезон: : осенне-зимний

### Горячий завтрак

| Наименование блюда          | Выход      | Цена         | Энергетическая ценность |
|-----------------------------|------------|--------------|-------------------------|
| Свекла отварная дольками    | 60         | 3,72         | 25,2                    |
| Рис отварной                | 100        | 7,21         | 135,7                   |
| Курица тушеная с морковью   | 100        | 37,08        | 126,4                   |
| Какао с молоком             | 200        | 11,18        | 100,4                   |
| Хлеб пшеничный              | 25         | 1,39         | 25,6                    |
| Хлеб ржаной                 | 15         | 0,83         | 58,6                    |
| <b>Итого:</b>               | <b>500</b> | <b>61,41</b> | <b>471,9</b>            |
| <b>Второй завтрак</b>       |            |              |                         |
| Компот из смеси сухофруктов | 200        | 4,24         | 60,7                    |
| печенье                     | 45         | 5,65         | 187,1                   |
| <b>Итого:</b>               | <b>245</b> | <b>9,89</b>  | <b>247,8</b>            |

Повар: Рш Дюсингалиева А.З



**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор МБОУ  
«Сагарчинская СОШ»  
Жусупова А.А.

**МЕНЮ**  
на 10.10.2023

День примерного меню: второй  
Сезон: осенне-зимний

**Пришкольный интернат**

| Наименование блюда                            | Энергетическая ценность | 7-11 лет |              | 12 лет и старше |              |
|---|-------------------------|----------|--------------|-----------------|--------------|
|   |                         | Выход    | Цена         | Выход           | Цена         |
| <b>Завтрак</b> Творожная запеканка с морковью | 380,00                  | 150      | 6,62         | 200             | 6,62         |
| Масло сливочное порционно                     | 336,00                  | 15       | 1,36         | 15              | 1,36         |
| Чай с молоком и сахаром                       | 86,00                   | 200      | 1,23         | 200             | 1,23         |
| Хлеб пшеничный                                | 70,50                   | 40       | 1,36         | 40              | 1,36         |
| <b>Обед</b>                                   |                         |          |              |                 |              |
| Суп картофель с горохом                       | 107,80                  | 250      | 6,25         | 250             | 6,25         |
| Рагу из овощей                                | 166,00                  | 180      | 5,11         | 230             | 5,11         |
| Сок натуральный                               | 108,00                  | 200      | 5,40         | 200             | 5,40         |
| Хлеб пшеничный                                | 117,00                  | 40       | 1,36         | 40              | 1,36         |
| Хлеб ржаной                                   | 33,08                   | 20       | 1,40         | 20              | 1,40         |
| <b>Полдник</b> пряник                         | 179,20                  | 50       | 3,00         | 50              | 3,00         |
| Чай с лимоном и сахаром                       | 108,00                  | 200      | 9,90         | 200             | 5,90         |
| <b>Ужин</b> Каша гречневая рассыпчатая        | 230,45                  | 200      | 6,10         | 200             | 6,10         |
| Гуляш с мясом птицы                           | 168,20                  | 70       | 4,83         | 70              | 4,83         |
| Кисель  | 28,00                   | 200      | 1,23         | 200             | 1,23         |
| Хлеб пшеничный                                | 117,00                  | 40       | 1,36         | 40              | 1,36         |
| <b>Ужин 2</b>                                 |                         |          |              |                 |              |
| Кофейный напиток                              | 146,00                  | 200      | 10,00        | 200             | 10,00        |
| Итого:  | <b>2740,10</b>          |          | <b>90,00</b> |                 | <b>90,00</b> |

Повар: Дш Дюсингалиева А.



**Меню  
(горячие обеды)  
на 10.10.2023 г.**

День примерного меню: седьмой  
Сезон: осенне-зимний

| Наименование блюда  | Выход | Цена         | Энергетическая<br>ценность |
|---------------------|-------|--------------|----------------------------|
| Жаркое по-домашнему | 200   | 32,28        | 356,63                     |
| Компот из смеси с/ф | 200   | 3,76         | 94,20                      |
| Хлеб пшеничный      | 60    | 3,00         | 117,00                     |
| Хлеб ржаной         | 20    | 0,96         | 33,08                      |
| <b>Итого:</b>       |       | <b>40,00</b> | <b>875,63</b>              |

Повар: Du Дюсингалиева А.З.