

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ

«Сагарчинская СОШ»

Жусупова А.А.



**МЕНЮ**

На 13.03.2024

День примерного меню: третий

Сезон: осенне-зимний

**Горячий завтрак**

7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Цена	Энергетическая ценность
Горошек зеленый	20	4,96	7,4
Омлет натуральный	165	37,96	248,1
Яблоко	120	13,80	53,3
Чай с молоком и сахаром	200	4,72	50,9
Хлеб пшеничный	30	1,45	70,3
Хлеб ржаной	25	1,74	42,7
<b>Итого:</b>	<b>560</b>	<b>64,63</b>	<b>472,7</b>

**Горячий завтрак**

12 лет и старше

Наименование блюда	Выход	Цена	Энергетическая ценность
Каша вязкая молочная пшеничная	200	6,81	288,0
Кофейный напиток с молоком	200	5,36	91,2
Хлеб пшеничный	15	0,84	35,2
<b>Итого:</b>	<b>415</b>	<b>13,00</b>	<b>414,4</b>

Повар: Дюсингалиева А.З.



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

**МЕНЮ для детей с ОВЗ**  
На 13.03.2024

День примерного меню: третий  
Сезон: : осенне-зимний

**Горячий завтрак**

Наименование блюда	Выход	Цена	Энергетическая ценность
Горошек зеленый	20	4,96	7,4
Омлет натуральный	165	37,96	248,1
Яблоко	120	13,80	53,3
Чай с молоком и сахаром	200	4,72	50,9
Хлеб пшеничный	30	1,45	70,3
Хлеб ржаной	25	1,74	42,7
<b>Итого:</b>	<b>560</b>	<b>64,63</b>	<b>472,7</b>
<b>Второй завтрак</b>			
Чай с лимоном и сахаром	200	2,62	1,40
Вафли	26,8	11,05	101,5
<b>Итого</b>	<b>226,8</b>	<b>13,67</b>	<b>102,9</b>

Повар: Дю Дюсингалиева А.З.



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

**МЕНЮ**  
на 13.03.2024

День примерного меню: третий  
Сезон: осенне-зимний

**Пришкольный интернат**

Наименование блюда	Энергетич ценность	7-11 лет		12 лет и старше	
		Выход	Цена	Выход	Цена
<b>Завтрак</b> Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев	187,00	150	9,62	300	9,62
Сыр тверд сортов в нарезке	157,50	10	2,75	15	2,75
Хлеб пшеничный	177,00	40	1,36	40	1,36
Чай с сахаром	145,20	200	5,32	200	5,32
<b>Обед</b> винегрет овощной с раст маслом	93,90	60	3,16	100	3,16
Рассольник домашний	496,88	250	4,25	250	4,25
Макаронные изд. Отварные	224,60	180	4,51	200	4,51
Рыба тушеная в томате с овощами(минтай)	90,00	100	9,0	90	7,60
Компот из смеси с/ф	38,00	200	3,23	200	3,23
Хлеб пшеничный	177,00	50	1,36	40	1,36
Хлеб ржаной	33,08	20	1,40	20	1,40
<b>Полдник</b> Вафли	236,60	50	50	150	4,25
Чай с лимоном и сахаром	106,00	200	5,5	200	1,23
<b>Ужин</b> рагу из курицы	265,63	100	6,10	200	6,1
Чай с лимоном и сахаром	94,20	200	2,15	200	2,15
Хлеб пшеничный	177,00	50	1,36	60	1,36
яблоко	94,00	100	9,00	150	9,00
<b>Ужин 2</b>					
Какао с молоком	146,00	200	2,25	200	2,25
Итого:	<b>2758,9</b>	<b>2315</b>	<b>90,00</b>	<b>2415</b>	<b>90,00</b>

Повар: Дш Дюсингалиева А





«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор МБОУ  
«Сағарчинская СОШ»  
Жусупова А.А.

Повар: Дж

**Меню  
(горячие обеды)  
на 13.03.2024 г.**

День примерного меню: третий  
Сезон: осенне-зимний

Наименование блюда	Выход	Цена	Энергетическая ценность
<b>среда</b>			
Макароны отварные	200	9,77	224,6
Рыба тушеная в томате с 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

