



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

**МЕНЮ**  
На 22.10.2024

День примерного меню: седьмой  
Сезон: осенне-зимний

**Горячий завтрак**  
**7-11 лет**

| Наименование блюда           | Выход      | Цена         | Энергетическая<br>ценность |
|------------------------------|------------|--------------|----------------------------|
| Икра свекольная              | 60         | 6,74         | 81,5                       |
| Макароны отварные            | 110        | 6,41         | 144,3                      |
| Курица тушеная с<br>морковью | 120        | 45,68        | 151,6                      |
| Чай с лимоном и сахаром      | 200        | 2,62         | 27,9                       |
| Хлеб пшеничный               | 30         | 1,74         | 70,3                       |
| Хлеб ржаной                  | 25         | 1,45         | 42,7                       |
| <b>Итого:</b>                | <b>545</b> | <b>64,63</b> | <b>508,2</b>               |

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

| Наименование блюда              | Выход      | Цена         | Энергетическая<br>ценность |
|---------------------------------|------------|--------------|----------------------------|
| Каша вязкая молочная<br>овсяная | 200        | 10,67        | 285,8                      |
| Чай с сахаром                   | 200        | 1,22         | 26,8                       |
| Хлеб пшеничный                  | 20         | 1,11         | 46,9                       |
| <b>Итого:</b>                   | <b>420</b> | <b>13,00</b> | <b>359,5</b>               |

Повар: Дж Дюсингалиева А.З



## МЕНЮ для детей с ОВЗ

На 22.10.2024

День примерного: седьмой  
Сезон: осенне-зимний

### Горячий завтрак

| Наименование блюда        | Выход      | Цена         | Энергетическая ценность |
|---------------------------|------------|--------------|-------------------------|
| Икра свекольная           | 60         | 6,74         | 81,5                    |
| Макароны отварные         | 110        | 6,41         | 144,3                   |
| Курица тушеная с морковью | 120        | 45,68        | 151,6                   |
| Чай с лимоном и сахаром   | 200        | 2,62         | 27,9                    |
| Хлеб пшеничный            | 30         | 1,74         | 70,3                    |
| Хлеб ржаной               | 25         | 1,45         | 42,7                    |
| <b>Итого:</b>             | <b>545</b> | <b>64,63</b> | <b>518,3</b>            |
| <b>Второй завтрак</b>     |            |              |                         |
| Компот из изюма           | 200        | 7,67         | 75,9                    |
| пряник                    | 41         | 6,00         | 150,0                   |
| <b>Итого</b>              | <b>241</b> | <b>13,67</b> | <b>225,9</b>            |

Повар: Дюс Дюсингалиева А.З.



**МЕНЮ**  
На 22.10.2024

День примерного меню: седьмой  
Сезон: осенне-зимний

**Пришкольный интернат**

| Наименование блюда                       | Энергетич. Ценность | 7-11 лет    |              | 12 и старше   |              |
|--|---------------------|-------------|--------------|---------------|--------------|
|  |                     | Выход       | цена         | выхо          | Цена         |
| <b>Завтрак</b> Каша вязкая мол. пшениная | 263,17              | 150         | 10,22        | 300           | 10,22        |
| Сыр тверд сортов в нарезке               | 100,00              | 10          | 2,75         | 15            | 2,75         |
| Хлеб пшеничный                           | 70,5                | 40          | 2,75         | 40            | 1,00         |
| Чай с молоком                            | 146                 | 200         | 1,55         | 200           | 1,55         |
| <b>Обед</b>                              |                     |             |              |               |              |
| Суп картофельный с макаронами изд.       | 91,50               | 250         | 6,58         | 300           | 6,58         |
| Жаркое по- домашнему                     | 365,63              | 200         | 7,01         | 250           | 7,01         |
| Компот из смеси с/ф                      | 120,00              | 200         | 3,40         | 200           | 3,40         |
| Хлеб пшеничный                           | 172,50              | 50          | 1,36         | 40            | 1,36         |
| Хлеб ржаной                              | 33,08               | 20          | 0,88         | 20            | 0,88         |
| <b>Полдник</b> печенье                   | 251,0               | 50          | 5,50         | 150           | 5,50         |
| Кофейный напиток                         | 146,0               | 200         | 1,23         | 200           | 1,23         |
| <b>Ужин</b> рис отварной                 | 164,70              | 200         | 6,05         | 200           | 6,05         |
| Рыба тушеная в томате с овощами          | 172,00              | 100         | 7,05         | 100           | 7,05         |
| Чай с сахаром                            | 28,00               | 200         | 1,23         | 200           | 1,23         |
| Хлеб пшеничный                           | 172,50              | 40          | 1,36         | 60            | 1,36         |
| Яблоко                                   | 94,00               | 100         | 9,70         | 100           | 9,7          |
| <b>Ужин 2</b>                            |                     |             |              |               |              |
| Какао с молоком                          | 146,00              | 200         | 13,0         | 200           | 13,0         |
| <b>Итого:</b>                            | <b>2630,00</b>      | <b>2475</b> | <b>90,00</b> | <b>2575,0</b> | <b>90,00</b> |

Повар: Дюсингалиева А.З.

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



**Меню  
(горячие обеды)  
на 22.10.2024 г.**

День примерного меню: седьмой  
Сезон: осенне-зимний.

| Наименование блюда          | Выход | Цена         | Энергетическая<br>ценность |
|-----------------------------|-------|--------------|----------------------------|
| Макаронные изделия отварные | 200   | 11,86        | 224,6                      |
| Тушеная курица с морковью   | 80    | 19,78        | 224,00                     |
| Чай с сахаром               | 200   | 3,40         | 38,00                      |
| Хлеб ржаной                 | 20    | 1,96         | 33,08                      |
| Хлеб пшеничный              | 60    | 3,00         | 117,00                     |
| <b>Итого:</b>               |       | <b>40,00</b> | <b>588,06</b>              |

Повар: Ред Дюсингалиева А.З.