

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



**МЕНЮ**  
На 22.01.2025

День примерного меню: третий  
Сезон: осенне-зимний

**Горячий завтрак**  
7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Цена	Энергетическая ценность
Запеканка из творога с морковью	160	48,02	266,2
Яблоко	100	12,8	44,4
Чай с молоком и сахаром	180	4,67	45,8
Хлеб пшеничный	40	2,48	93,8
Хлеб ржаной	20	1,24	34,2
<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>69,21</b>	<b>484,4</b>

**Горячий завтрак**  
12 лет и старше

Наименование блюда	Выход	Цена	Энергетическая ценность
Каша вязкая молочная ячневая	200	9,58	249,0
Чай с молоком и сахаром	200	4,18	53,5
Хлеб пшеничный	15	1,24	35,2
<b>Итого:</b>	<b>415</b>	<b>15,00</b>	<b>337,7</b>

Повар: Дюс Дюсингалиева А.З.



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

## МЕНЮ для детей с ОВЗ

На 22.01.2025

День примерного меню: третий  
Сезон: : осенне-зимний

### Горячий завтрак

Наименование блюда	Выход	Цена	Энергетическая ценность
Запеканка из творога с морковью	160	48,02	266,2
Яблоко	100	12,8	44,4
Чай с молоком и сахаром	180	4,67	45,8
Хлеб пшеничный	40	2,48	93,8
Хлеб ржаной	20	1,24	34,2
<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>69,21</b>	<b>484,4</b>
<b>Второй завтрак</b>			
Чай с лимоном и сахаром	200	1,23	26,8
Вафли	49	11,39	171,5
<b>Итого</b>	<b>249</b>	<b>12,61</b>	<b>198,3</b>

Повар: Дюсингалиева А.З.



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

**МЕНЮ**  
на 22.01.2025

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	19,62	300	19,62
Сыр тверд сортов в нарезке	157,50	10	12,75	15	12,75
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	13,35	250	13,35
Макаронные изд. Отварные	224,60	180	4,51	200	4,51
Рыба тушеная в томате с овощами(минтай)	90,00	100	27,60	90	27,60
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	4,25	150	4,25
Чай с лимоном и сахаром	106,00	200	1,23	200	1,23
<b>Ужин</b> рагу из курицы	265,63	100	16,1	200	16,1
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>130,00</b>	<b>2415</b>	<b>130,00</b>

Повар: Ду Дюсингалиева А





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

**Меню**  
**(горячие обеды)**  
**на 22.01.2025 г.**

День примерного меню: третий  
Сезон: осенне-зимний

Наименование блюда	Выход	Цена	Энергетическая ценность
<b>среда</b>			
Макароны отварные	200	12,77	224,6
Рыба тушеная в томате с овощами(минтай)	100	17,18	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>50,00</b>	<b>674,84</b>

Повар: Ду Дюсингалиева А.З