

«Согласовано»

Директор МОБУ СОШ №8

А.С. Батов

МЕНЮ на 13.11.2025

«Утверждено»

ИП Бикташева С.В.

Основное 2-х недельное вариативное меню для обучающихся общеобразовательных организаций						
Рацион: Завтрак 1 вариант			День: четверг			
Возрастная категория: с 12-18 лет			Неделя: 2			
№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
4	Овощи порционно	100	0,72	0,12	2,28	15
197	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,4	6,8	45,4	288
4	Котлеты куриные (СГР) с томатным соусом	100	11,12	13,6	9	202,89
283	Чай с сахаром	200	0,19	0	13	50,4
114	Хлеб пшеничный витаминизированный (йод)	50	3	0,5	24,3	122
	Масса порций	630				
Итого за Завтрак			25,43	21,02	93,98	678,29
Основное 2-х недельное вариативное меню для обучающихся общеобразовательных организаций						
Рацион: Завтрак 2 вариант			День: четверг			
Возрастная категория: с 12-18 лет			Неделя: 2			
№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
6	Фрикадельки мясные с томатным соусом	100	10,07	13	10,37	199
332	Рис отварной	180	3,6	6	36,8	219
278	Компот из смеси сухофруктов	200	0,22	0	36,26	138,14
114	Хлеб пшеничный витаминизированный (йод)	70	4,2	0,7	34,02	171
	Итого за завтрак	550	18,09	19,7	117,45	727,14
Основное 2-х недельное вариативное меню для обучающихся общеобразовательных организаций						
Рацион: Завтрак 3 вариант			День: четверг			
Возрастная категория: с 12-18 лет			Неделя: 2			
№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
17	Свекла отварная порционная	100	1,8	0,2	11,8	56
11	Жаркое по-домашнему	180	17,37	17,91	17,01	330
289	Какао с молоком	200	3,3	3,1	13,6	94
114	Хлеб пшеничный витаминизированный (йод)	70	4,2	0,7	34,02	171
	Масса порций	550				
Итого за Завтрак			26,67	21,91	76,43	651

Технолог общественного питания

Е.П. Акилова

КОНТРОЛЬ РИЗЫКТАР

КОНТРОЛЬНЫЕ БЛЮДА



КОНТРОЛЬ РИЗЫКТАР

КОНТРОЛЬНЫЕ БЛЮДА



КОНТРОЛЬ РИЗЫКТАР

КОНТРОЛЬНЫЕ БЛЮДА

