



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ с.Базитамак
Мусабинов М.

Меню на 19.05.2025г. (2 неделя , понедельник)

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
123	Плов из птицы	200	10,850	22,690	54,050	462,030
259	Чай с молоком и сахаром	200	1,650	1,650	12,400	71,400
1	Хлеб пшеничный	15	1,185	0,1494	7,221	36,1548
3	Хлеб ржаной	15	1,22	0,15	7,32	36,3
	Сок фруктовый в индивид.упаковке 0,2л	200	1	0,2	20,2	92
Итого на завтрак		630	15,695	24,739	101,191	697,885

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
123	Плов из птицы	250	13,560	28,360	67,560	577,530
259	Чай с молоком и сахаром	200	1,650	1,650	12,400	71,400
1	Хлеб пшеничный	25	1,233	0,250	11,200	52,500
3	Хлеб ржаной	25	2,033	0,250	12,200	60,500
	Сок фруктовый в индивид.упаковке 0,2л	200	1	0,2	20,2	92
Итого на завтрак		700	19,48	30,71	123,56	853,93

Завтрак (для детей, питающихся за счет родительского взноса)

№ реп.	Прием пищи, наименование блюд:	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
123	Плов из птицы	250	13,560	28,360	67,560	577,530
271	Чай с сахаром	200	0,080	0,020	10,010	40,510
1	Хлеб пшеничный	25	1,233	0,250	11,200	52,500
3	Хлеб ржаной	25	2,033	0,250	12,200	60,500
Итого на завтрак		500	16,91	28,88	100,97	731,04

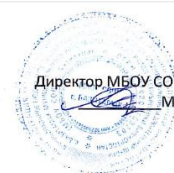
Завтрак (для обучающихся с ОВЗ и для детей-инвалидов, и детей участников СВО)

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
123	Плов из птицы	250	13.560	28.360	67.560	577,530
259	Чай с молоком и сахаром	200	1.650	1.650	12.400	71,400
1	Хлеб пшеничный	25	1.233	0.250	11.200	52,500
3	Хлеб ржаной	25	2.033	0.250	12.200	60,500
	Сок фруктовый в индивид.упаковке 0.2л	200	1	0.2	20.2	92
Итого на завтрак		700	19.477	30.710	123,560	853,930

Обед (для обучающихся с ОВЗ и для детей-инвалидов, и детей участников СВО)

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
обед						
24	Салат из свеклы с растительным маслом	100	1.650	8.333	9.900	118,933
71	Уха с крупой	250	8.120	0.640	11.190	82,370
169	Каша пшеничная рассыпчатая	160	6.820	0.740	42.540	237,030
390	Мясо тушеное 50/45	50/40	16.480	12.650	3.480	192,950
299	Кисель из концентрата «Витоша»	200	0.000	0.000	24.000	95.000
1	Хлеб пшеничный	20	1.620	0.200	9.760	48,400
3	Хлеб ржаной	30	0.700	0.230	0.220	13,050
Итого на обед		855	35,390	22,793	103,070	787,733

Повар Янгирова Г.Р. Янгирова Г.Р.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ с.Базитамак
Мусабинов М.А.

Меню на 19.05.2025
Дошкольная группа МБОУ СОШ с.Базитамак

Прием пищи День 6	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А, мкг	Е	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	180	4,170	4,370	14,100	114,140	0,040	0,270	26,100	0,020	108,430	81,540	12,610	0,090
	Сыр(порциями)	10	2,320	2,950	0,000	36,400		0,070	28,800	0,050	88,000	50,000	3,500	0,100
	Масло (порциями)	5	0,040	3,600	0,070	33,050			22,500	0,050	1,200	1,500	0,020	0,010
	Чай с молоком и сахаром	200	1,650	1,650	12,400	71,400	0,020	0,150	10,000		60,300	45,000	7,000	0,080
	Хлеб пшеничный	30	2,430	0,300	14,640	72,600				0,040	0,900		0,630	0,040
	Чай с молоком и сахаром	200	0,110	0,030	0,040	0,870								
Завтрак 2	Пряники	25	1,600	0,500	18,900	87,000	0,020				3,000	13,300	2,500	0,250
Обед	Салат "Пестрый"50		50	0,83	4,02	4,14	55,63		1,2	1	1,77	2,32	4,24	1,68
	Щи по-уральски	180	1,490	5,630	4,680	80,070	0,020	11,300	160,00	1,840	20,650	19,080	9,460	0,320
	Гуляш 60/50	110	17,300	18,000	3,200	245,000	0,050	0,940	0,0	3,330	12,150		22,900	2,600
	Макаронные изделия отварные	130	4,660	3,440	31,090	176,910		0,040	0,975	0,040	0,975	1,220	0,020	0,010
	Компот из свежих плодов	200	0,160	0,160	18,890	78,650	0,010	4,000	2,000	0,080	6,850	4,400	3,600	0,930
	Хлеб пшеничный	50	1,620	0,200	9,760	48,400				0,030	0,600		0,420	0,030
Полдник	Чай с лимоном и сахаром	200	0,180	0,040	5,160	22,370		1,600		0,010	1,750	0,880	0,480	0,040
	Кыстыбый с картофелем	70	3,500	6,300	18,000	144,000	0,060	0,060	0,0	0,000	28,510	0,000	12,150	0,620
	итого за день	1625	41,010	55,180	169,73	1350,980	0,240	20,040	368,1	9,170	343,510	236,370	81,72	5,930

 повар Мухаметшина Г.М.