

Муниципальное учреждение «Наурский районный отдел образования»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«ФРУНЗЕНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
(МБОУ «Фрунзенская СОШ»)

Муниципальни учреждени «Невран кӱштан дешаран отдел»
Муниципальни бюджетни йукъарадешаран учреждени
«ФРУНЗЕНСКИ ЙУККЪЕРА ЙУКЪАРАДЕШАРАН ШКОЛА»
(МБЙУ «Фрунзенски ЙЙШ»)

Утверждаю

Директор школы

И.Л-А.Закаев

Десятидневное меню горячих завтраков
для обучающихся 1-4 классов
на 2026-2027 учебный год

Школа		МБОУ "Фрунзенская СОШ"			Утверди л:	должност ь	Директор					
Типовое примерное меню приготавливаемых блюд						фамилия	Закаев И.Л-А.					
Возрастная категория				7-11 лет		дата	1	9	2025			
							день	месяц	год			
Неделя	День	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийнос ть	№	Цена	
1	1	Завтра к	гор.блюдо	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	218,4			
			гор.блюдо	Картофельн ое пюре №377	100	2,7	4	5,8	70			
			гор.напито к	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02			
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82			
			фрукты	Яблоко №338	100	1,2	0,4	16,8	75,6			
		Итого за день:			520	14,52	17,6	75,84	519,84		0	
1	2	Завтра к	гор.блюдо	Каша рисовая с изюмом №177	170	4,93	8,81	38,85	254,41			
			гор.напито к	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83			
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82			
			фрукты	Яблоко №338	100	1,2	0,4	16,8	75,6			
		Итого за день:			520	11,59	11,06	95,69	528,66		0	
1	3	Завтра к	гор.блюдо	Омлет с сыром №275	150	16,87	23,25	2,81	287,47			
			гор.напито к	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	36,02			
			хлеб	Хлеб пшеничный	60	4,73	0,6	24,14	116,88			
			фрукты	Яблоко №338	100	1,2	0,4	16,8	73,6			

			кисломол.	Масло сливочное (порциями) №14	10	0,08	8,2	0,13	72,64		
		Итого за день:			520	22,91	32,55	53,38	586,61		0
1	4	Завтрак	гор.блюдо	Рис припущенный №305	100	2,43	2,87	24,45	133,35		
			гор.напиток	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83		
			хлеб	Хлеб пшеничный	70	5,52	0,7	33,8	163,58		
			фрукты	Яблоко №338	100	1,2	0,4	16,8	75,6		
			гор.блюдо	Сосиски "Особые халяль"	50	4,75	6,75	1,37	85,23		
			<i>итого</i>		520	15,42	12,07	92,32	539,59		0
		Итого за день:			520	15,42	12,07	92,32	539,59		0
1	5	Завтрак	гор.блюдо	Рыба припущенная	90	15,6	0,6	0,96	71,64		
			гор.блюдо	Картофельное пюре №377	150	4,04	8	8,7	119,96		
			гор.напиток	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83		
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	120,82		
			фрукты								
			кисломол.	Масло сливочное (порциями) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64		
		Итого за день:			500	25,18	18,65	49,83	468,89		0
2	1	Завтрак	гор.блюдо	Рыба припущенная	75	13	0,5	0,8	59,7		
			гор.блюдо	Рис отварной №304	100	2,43	3,58	24,46	139,78		
			гор.напиток	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02		
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82		

			фрукты								
			кисломол.	Масло сливочное (порциями) №14	15	0,12	12,3	0,19	111,94		
			булочное	Булочка	60	3,8	5,9	9,6	118,75		
			итого		500	23,32	22,88	68,69	586,01		0
		Итого за день:			500	23,32	22,88	68,69	586,01		0
2	2	Завтрак	гор.блюдо	Сырники из творога запеченные №286	150	15,8	3,3	17,9	149,6		
			гор.напито к	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83		
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82		
			фрукты	Яблоко №338	100	1,2	0,4	16,8	75,6		
			кисломол.	Масло сливочное (порциями) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64		
		Итого за день:			510	22,54	13,75	74,87	498,49		0
2	3	Завтрак	гор.блюдо	Запеканка из творога №279	150	23,85	11,55	22,5	286,35		
			гор.напито к	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	36,02		
			хлеб	Хлеб пшеничный	60	4,73	0,6	24,14	117,88		
			фрукты	Яблоко №338	100	1,2	0,4	16,8	73,6		
			кисломол.	Масло сливочное (порциями) №14	10	0,08	8,2	0,13	72,64		
		Итого за день:			520	29,89	20,85	73,07	586,49		0
2	4	Завтрак	гор.блюдо	Греча отварная №4,3	100	5,73	4,06	25,76	149,6		
			гор.блюдо	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	210,4		
			гор.напито к	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	36,02		
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82		

			фрукты	Яблоко №338	100	1,2	0,4	16,8	73,6		
		Итого за день:			520	17,55	17,66	95,8	586,44		0
2	5	Завтрак	гор.блюдо	Рис отварной №304	100	2,43	3,58	24,46	126,2		
			гор.блюдо	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	210,4		
			гор.напиток	Чай с лимоном №459	180	0,02	0,09	8,55	35,09		
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,88		
			фрукты	Яблоко №338	100	1,2	0,4	16,8	73,6		
		Итого за день:			500	14,24	17,17	93,55	562,17		0
		Среднее значение за период:			513	19,716	18,42 4	77,30 4	546,31 9		