ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 1FDD7CBFD80014A04026A97A3C3E4731
Владелец: Харонов Руслан Хамидович
Действителен: с 20.07.2026 до 13.10.2027

Утверждено

приказом № 25/24-п

от 01.09.2026 г

Директор МБОУ «ООШ с. Бешил-Ирзу»

_____Р.Х.Харонов

Меню-завтрак 1 класса

на 2026-2027 уч. год

Дни недели	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Понедельник	гор.блюдо	177	Каша рисовая с изюмом №177	170	35,00	254	4,9	8,8	38,9
	гор.напиток	378	Чай с молоком или сливками №378	180	31,00	82	1,5	1,4	15,9
	хлеб		Хлеб пшеничный	50	8,77	117	3,9	0,5	24,1
	фрукты	338	Яблоко №338	100	23,00	76	1,2	0,4	16,8
Вторник	гор.блюдо	275	Омлет с сыром №275	150	32,55	276,0	16,9	23,3	2,8
	гор.напиток	459	Чай с лимоном №459	180	35,30	39	0,03	0,1	9,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	60	10,58	121	4,7	0,6	24,1
	фрукты	338	Яблоко №338	100	17,64	76	1,2	0,4	16,8
	кисломол.	14	Масло сливочное (порциями) №14	10	1,70	75	0,1	8,2	0,1
Среда	гор.блюдо	305	Рис припущенный №305	100	24,35	133	2,4	2,9	24,5
	гор.блюдо		Сосиски "Любимые"	50	9,18	85	4,8	6,8	1,4
	гор.напиток	378	Чай с молоком или сливками №378	180	33,04	82	1,52	1,4	15,9
	хлеб		Хлеб пшеничный	70	12,85	164	5,5	0,7	33,8
	фрукты	338	Яблоко №338	100	18,35	76	1,2	0,4	16,8
Четверг	гор.блюдо	296	Рыба припущенная	90	22,52	77	15,6	0,6	1,0

	гор.блюдо	377	Картофельное пюре №377	150	27,53	116	4,0	6,0	8,7
	гор.напиток	378	Чай с молоком или сливками №378	200	36,70	82	1,52	1,4	15,9
	хлеб		Хлеб пшеничный	50	9,18	120	3,9	0,5	24,1
	фрукты								
	кисломол.	14	Масло сливочное (порциями) №14	10	1,84	75	0,08	8,2	0,13
Пятница	гор.блюдо	296	Рыба припущенная	90	20	60,0	13,0	0,5	0,8
	гор.блюдо	304	Рис отварной №304	250	18,35	130	2,43	3,58	24,46
	гор.напиток								
	хлеб		Хлеб пшеничный	50	45,89	109,0	3,9	0,5	24,1
	фрукты								
	сладкое		Булочка домашняя	90	11,01	172	4,2	6,7	27,8
	кисломол.	14	Масло сливочное (порциями) №14	20	2,75	116	0,12	12,3	0,19
Понедельник	гор.блюдо	286	Сырники из творога запеченые №286	150	27,53	199	15,8	5,3	17,9
	гор.напиток	378	Чай с молоком или сливками №378	200	36,7	82	1,52	1,4	15,9
	хлеб		Хлеб пшеничный	50	9,18	117,0	3,9	0,5	24,1
	фрукты	338	Яблоко №338	100	23,35	76,0	1,2	0,4	16,8
	кисломол.	14	Масло сливочное (порциями) №14	10	1,0	79,0	0,1	8,2	0,1
Вторник	гор.блюдо	279	Запеканка из творога №279	150	27,53	289,4	23,9	11,6	22,5
	гор.напиток	459	Чай с лимоном №459	180	33,04	39,0	0,0	0,1	9,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	60	11,01	121,0	4,7	0,6	24,1
	фрукты	338	Яблоко №338	100	24,35	72,0	1,2	0,4	16,8
	кисломол.	14	Масло сливочное (порциями) №14	10	1,84	65	0,08	8,2	0,13
Среда	гор.блюдо		Котлета куриная	70	24,35	203	6,7	12,6	20
	гор.блюдо	313	Греча отварная №4,3	100	12,85	151	6	4	25,8

	гор.напиток	459	Чай с лимоном №459	180	33,0	39	0,0	0,1	9,5
	хлеб		Хлеб пшеничный	50	9,18	117	3,9	0,5	24,1
	фрукты	338	Яблоко №338	100	18,35	76	1,2	0,4	16,8
Четверг	гор.блюдо		Котлета куриная	70	24,35	218	7	12,6	19,6
	гор.блюдо	304	Рис отварной №304	100	12,85	130	2,4	3,6	24,5
	гор.напиток	459	Чай с лимоном №459	180	33,04	35	0,02	0,09	8,55
	хлеб		Хлеб пшеничный	50	9,18	121	3,9	0,5	24,1
	фрукты	338	Яблоко №338	100	18,35	76	1,2	0,4	16,8
Пятница	гор.блюдо	283	Котлета куриная	70	56,00	218	7	12,6	19,6
	гор.блюдо	377	Картофельное пюре	100	20,00	70	2,7	4,0	5,8
	гор.напиток	459	Чай с лимоном	180	5	39,02	0,03	0,1	9,5
	хлеб	878	Хлеб пшеничный	50	3,00	117	3,9	0,5	24,1
	фрукты	338	Яблоко	100	13,77	75,6	1,2	0,4	16,8