

МЕНЮ  
07 октября 2025 г.

Согласовано:  
Директор МБОУ СОШ № 8  
И.И. Бардакова

| Прием пищи           | Наименование блюда                   | Вес<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) |
|----------------------|--------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------------|
|                      |                                      |              | Б                    | Ж     | У      |                                      |
| 1-4 классы           |                                      |              |                      |       |        |                                      |
| Завтрак              | Салат из отварной свеклы             | 60           | 0.86                 | 3.05  | 5.7    | 45.21                                |
|                      | Тефтели из говядины с рисом «ежики»  | 100          | 9.16                 | 13.53 | 9.44   | 196.14                               |
|                      | Макароны отварные с маслом слив.     | 150          | 5.52                 | 5.29  | 35.23  | 211.09                               |
|                      | Компот из сухофруктов                | 200          | 0.56                 |       | 27.89  | 113.79                               |
|                      | Хлеб ржано-пшеничный                 | 30           | 3.18                 | 0.30  | 20.07  | 94.08                                |
|                      | Хлеб пшеничный                       | 30           | 3.0                  | 0.44  | 19.8   | 90.62                                |
|                      | Итого за завтрак                     | 570          | 22.28                | 22.61 | 118.31 | 750.93                               |
| 1-4 классы (ОВЗ)     |                                      |              |                      |       |        |                                      |
| Завтрак:             | Каша молочная пшеничная жидкая       | 200/5        | 7.44                 | 8.07  | 35.28  | 243.92                               |
|                      | Бутерброд с повидлом                 | 65           | 1.77                 | 7.8   | 32.95  | 209.3                                |
|                      | Кофейный напиток с молоком           | 200          | 1.4                  | 1.6   | 17.35  | 89.32                                |
|                      | Хлеб пшеничный                       | 30           | 3.00                 | 0.44  | 19.8   | 90.62                                |
| Итого за завтрак:    |                                      | 500          | 13.61                | 17.91 | 105.38 | 633.16                               |
| Обед:                | Салат из свеклы                      | 60           | 0.86                 | 3.05  | 5.7    | 45.21                                |
|                      | Рассольник ленинградский со сметаной | 200          | 4.02                 | 9.04  | 25.9   | 119.68                               |
|                      | Тефтели из говядины с рисом «ежики»  | 100          | 9.16                 | 13.53 | 9.44   | 196.14                               |
|                      | Макароны отварные с маслом слив.     | 150          | 5.52                 | 5.29  | 35.23  | 211.09                               |
|                      | Компот из сухофруктов                | 200          | 0.56                 |       | 27.89  | 113.79                               |
|                      | Хлеб ржано-пшеничный                 | 30           | 3.18                 | 0.30  | 20.07  | 94.08                                |
|                      | Хлеб пшеничный                       | 30           | 3.0                  | 0.44  | 19.8   | 90.62                                |
| Итого за обед:       |                                      | 770          | 26.3                 | 31.65 | 144.03 | 870.61                               |
| 5-11 классы          |                                      |              |                      |       |        |                                      |
| Завтрак (для<br>ОВЗ) | Каша молочная пшеничная              | 255          | 9.3                  | 10.09 | 44.1   | 304.9                                |
|                      | Бутерброд с повидлом                 | 65           | 1.77                 | 7.8   | 32.95  | 203.9                                |
|                      | Кофейный напиток с молоком           | 200          | 1.4                  | 1.6   | 17.35  | 89.32                                |
|                      | Хлеб пшеничный                       | 30           | 3.00                 | 0.44  | 19.8   | 90.62                                |
| Итого за завтрак:    |                                      | 550          | 15.47                | 19.93 | 114.2  | 688.74                               |
| Обед:                | Салат из отварной свеклы             | 100          | 1.43                 | 5.09  | 9.5    | 75.35                                |
|                      | Рассольник ленинградский со сметаной | 250          | 5.08                 | 11.3  | 32.38  | 149.60                               |
|                      | Тефтели из говядины с рисом «ежики»  | 130          | 11.78                | 17.4  | 12.14  | 252.18                               |
|                      | Макароны отварные с маслом слив.     | 180          | 6.84                 | 6.35  | 42.39  | 253.31                               |
|                      | Компот из сухофруктов                | 200          | 0.56                 |       | 27.89  | 113.79                               |
|                      | Хлеб ржано-пшеничный                 | 30           | 3.18                 | 0.30  | 20.07  | 94.08                                |
|                      | Хлеб пшеничный                       | 30           | 3.0                  | 0.44  | 19.8   | 90.62                                |
| Итого за обед:       |                                      | 920          | 31.87                | 40.88 | 164.17 | 1028.93                              |
| 5-11 классы          |                                      |              |                      |       |        |                                      |
| Завтрак              | Салат из отварной свеклы             | 100          | 1.43                 | 5.09  | 9.5    | 75.35                                |
|                      | Тефтели из говядины с рисом «ежики»  | 130          | 11.78                | 17.4  | 12.14  | 252.18                               |
|                      | Макароны отварные с маслом слив.     | 180          | 6.84                 | 6.35  | 42.39  | 253.31                               |
|                      | Компот из сухофруктов                | 200          | 0.56                 |       | 27.89  | 113.79                               |
|                      | Хлеб ржано-пшеничный                 | 30           | 3.18                 | 0.3   | 20.7   | 94.08                                |
|                      | Хлеб пшеничный                       | 30           | 3                    | 0.44  | 19.8   | 90.62                                |
|                      | Итого за завтрак:                    | 670          | 26.79                | 29.58 | 131.79 | 879.33                               |

ИИ Раджабов

(Подпись)

**МЕНЮ**  
07 октября 2025 г.

Согласовано:  
Директор МБОУ СОШ № 8  
Л.П.Г. Раджакова

**ДОКУМЕНТОВ**

| Прием пищи           | Наименование блюда                   | Вес<br>блюда | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) |
|----------------------|--------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------------|
|                      |                                      |              | Б                    | Ж     | У      |                                      |
| 1-4 классы           |                                      |              |                      |       |        |                                      |
| Завтрак              | Салат из отварной свеклы             | 60           | 0.86                 | 3.05  | 5.7    | 45.21                                |
|                      | Тефтели из говядины с рисом «ежики»  | 100          | 9.16                 | 13.53 | 9.44   | 196.14                               |
|                      | Макароны отварные с маслом слив.     | 150          | 5.52                 | 5.29  | 35.23  | 211.09                               |
|                      | Компот из сухофруктов                | 200          | 0.56                 |       | 27.89  | 113.79                               |
|                      | Хлеб ржано-пшеничный                 | 30           | 3.18                 | 0.30  | 20.07  | 94.08                                |
|                      | Хлеб пшеничный                       | 30           | 3.0                  | 0.44  | 19.8   | 90.62                                |
|                      | Итого за завтрак                     | 570          | 22.28                | 22.61 | 118.31 | 750.93                               |
| 1-4 классы (ОВЗ)     |                                      |              |                      |       |        |                                      |
| Завтрак:             | Каша молочная пшеничная жидкая       | 200/5        | 7.44                 | 8.07  | 35.28  | 243.92                               |
|                      | Бутерброд с повидлом                 | 65           | 1.77                 | 7.8   | 32.95  | 209.3                                |
|                      | Кофейный напиток с молоком           | 200          | 1.4                  | 1.6   | 17.35  | 89.32                                |
|                      | Хлеб пшеничный                       | 30           | 3.00                 | 0.44  | 19.8   | 90.62                                |
| Итого за завтрак:    |                                      | 500          | 13.61                | 17.91 | 105.38 | 633.16                               |
| Обед:                | Салат из свеклы                      | 60           | 0.86                 | 3.05  | 5.7    | 45.21                                |
|                      | Рассольник ленинградский со сметаной | 200          | 4.02                 | 9.04  | 25.9   | 119.68                               |
|                      | Тефтели из говядины с рисом «ежики»  | 100          | 9.16                 | 13.53 | 9.44   | 196.14                               |
|                      | Макароны отварные с маслом слив.     | 150          | 5.52                 | 5.29  | 35.23  | 211.09                               |
|                      | Компот из сухофруктов                | 200          | 0.56                 |       | 27.89  | 113.79                               |
|                      | Хлеб ржано-пшеничный                 | 30           | 3.18                 | 0.30  | 20.07  | 94.08                                |
|                      | Хлеб пшеничный                       | 30           | 3.0                  | 0.44  | 19.8   | 90.62                                |
| Итого за обед:       |                                      | 770          | 26.3                 | 31.65 | 144.03 | 870.61                               |
| 5-11 классы          |                                      |              |                      |       |        |                                      |
| Завтрак (для<br>ОВЗ) | Каша молочная пшеничная              | 255          | 9.3                  | 10.09 | 44.1   | 304.9                                |
|                      | Бутерброд с повидлом                 | 65           | 1.77                 | 7.8   | 32.95  | 203.9                                |
|                      | Кофейный напиток с молоком           | 200          | 1.4                  | 1.6   | 17.35  | 89.32                                |
|                      | Хлеб пшеничный                       | 30           | 3.00                 | 0.44  | 19.8   | 90.62                                |
| Итого за завтрак:    |                                      | 550          | 15.47                | 19.93 | 114.2  | 688.74                               |
| Обед:                | Салат из отварной свеклы             | 100          | 1.43                 | 5.09  | 9.5    | 75.35                                |
|                      | Рассольник ленинградский со сметаной | 250          | 5.08                 | 11.3  | 32.38  | 149.60                               |
|                      | Тефтели из говядины с рисом «ежики»  | 130          | 11.78                | 17.4  | 12.14  | 252.18                               |
|                      | Макароны отварные с маслом слив.     | 180          | 6.84                 | 6.35  | 42.39  | 253.31                               |
|                      | Компот из сухофруктов                | 200          | 0.56                 |       | 27.89  | 113.79                               |
|                      | Хлеб ржано-пшеничный                 | 30           | 3.18                 | 0.30  | 20.07  | 94.08                                |
|                      | Хлеб пшеничный                       | 30           | 3.0                  | 0.44  | 19.8   | 90.62                                |
| Итого за обед:       |                                      | 920          | 31.87                | 40.88 | 164.17 | 1028.93                              |
| 5-11 классы          |                                      |              |                      |       |        |                                      |
| Завтрак              | Салат из отварной свеклы             | 100          | 1.43                 | 5.09  | 9.5    | 75.35                                |
|                      | Тефтели из говядины с рисом «ежики»  | 130          | 11.78                | 17.4  | 12.14  | 252.18                               |
|                      | Макароны отварные с маслом слив.     | 180          | 6.84                 | 6.35  | 42.39  | 253.31                               |
|                      | Компот из сухофруктов                | 200          | 0.56                 |       | 27.89  | 113.79                               |
|                      | Хлеб ржано-пшеничный                 | 30           | 3.18                 | 0.3   | 20.7   | 94.08                                |
|                      | Хлеб пшеничный                       | 30           | 3                    | 0.44  | 19.8   | 90.62                                |
|                      | Итого за завтрак:                    | 670          | 26.79                | 29.58 | 131.79 | 879.33                               |

ИП Раджаков (Подпись)