УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Дубовская СОШ»
_____/Э. А. Испайханова

30. 10.2026 г.

Меню горячего питания для обучающихся 1- 4 классов

02.11.2026 г.

День	Наименование (завтрак)	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Понедельник	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	218,4
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	Картофельное пюре №377	100	2,7	4	5,8	70
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	**500**	**14,52**	**17,6**	**75,84**	**519,84**

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Дубовская СОШ»
_____ /Э. А. Испайханова

30. 10.2026 г.

Меню горячего питания для обучающихся 1- 4 классов

03.11.2026 г.

День	Наименование (завтрак)	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Вторник	Каша рисовая с изюмом №177	170	4,93	8,81	38,85	254,41
	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	**500**	**11,59**	**11,06**	**95,69**	**528,66**

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Дубовская СОШ»
_____Э. А. Испайханова

30. 10.2026 г.

Меню горячего питания для обучающихся 1-4 классов
04.11.2026 г.

День	Наименование (завтрак)	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Среда	Омлет с сыром №275	150	16,87	23,25	2,81	287,97
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Хлеб пшеничный	60	4,73	0,6	24,14	120,88
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	**500**	**22,91**	**32,55**	**53,38**	**598,11**

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Дубовская СОШ»
_____/Э. А. Испайханова

30. 10.2026 г.

Меню горячего питания для обучающихся 1-4 классов
05.11.2026 г.

День	Наименование (завтрак)	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Четверг	Рис припущенный №305	100	2,43	2,87	24,45	133,35
	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
	Хлеб пшеничный	70	5,52	0,7	33,8	163,58
	Сосиски "Любимые"	50	4,75	6,75	1,37	85,23
	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	**500**	**15,42**	**12,07**	**92,32**	**539,59**

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Дубовская СОШ»
/Э. А. Испайханова

30. 10.2026 г.

Меню горячего питания для обучающихся 1-4 классов
06.11.2026 г.

День	Наименование (завтрак)	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Пятница	Рыба припущенная	90	15,6	0,6	0,96	71,64
	Картофельное пюре №377	150	4,04	6	8,7	104,96
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
	Итого	**500**	**25,18**	**16,65**	**49,83**	**449,89**

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Дубовская СОШ»
_____/Э. А. Испайханова

30. 10.2026 г.

Меню горячего питания для обучающихся 1-4 классов
09.11.2026 г.

День	Наименование (завтрак)	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Понедельник	Рыба припущенная	75	13	0,5	0,8	59,7
	Рис отварной №304	100	2,43	3,58	24,46	139,78
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	15	0,12	12,3	0,19	111,94
	Булочка домашняя	60	4,2	6,7	27,8	188,3
	Итого	**500**	**23,72**	**23,68**	**86,89**	**655,56**

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Дубовская СОШ»
_____ /Э. А. Испайханова

30. 10.2026 г.

Меню горячего питания для обучающихся 1-4 классов
10.11.2026 г.

День	Наименование (завтрак)	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Вторник	Сырники из творога запеченные №286	100	15,8	5,3	17,9	182,5
	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Булочка домашняя	60	4,2	6,7	27,8	188,3
	Итого	**500**	**26,74**	**22,45**	**102,67**	**719,69**

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Дубовская СОШ»
_____ /Э. А. Испайханова

30. 10.2026 г.

Меню горячего питания для обучающихся 1-4 классов
11.11.2026 г.

День	Наименование (завтрак)	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Среда	Запеканка из творога №279	150	23,85	11,55	22,5	289,35
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Хлеб пшеничный	60	4,73	0,6	24,14	120,88
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	**500**	**29,89**	**20,85**	**73,07**	**599,49**

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Дубовская СОШ»
_____ Э. А. Испайханова

30. 10.2026 г.

Меню горячего питания для обучающихся 1-4 классов
12.11.2026 г.

День	Наименование (завтрак)	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Четверг	Гречка отварная №4,3	100	5,73	4,06	25,76	162,5
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	218,4
	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	**500**	**17,55**	**17,66**	**95,8**	**612,34**

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Дубовская СОШ»
_____/Э. А. Испайханова
30.10.2026 г.

Меню горячего питания для обучающихся 1-4 классов
13.11.2026 г.

День	Наименование (завтрак)	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
Пятница	Рис отварной №304	100	2,43	3,58	24,46	70
	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	120,88
	Чай с лимоном №459	180	0,02	0,09	8,55	35,09
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	20	0,16	16,4	0,26	74,64
	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	218,4
	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого	**500**	**14,4**	**33,57**	**93,81**	**594,61**

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 6C7F24A8284708B20C40CFB99FB7F21C
Владелец: МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ДУБОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА"
Действителен: с 09.10.2025 до 02.01.2027