



Утверждаю:  
директор гимназии-интернат  
Садыкова Э.

**Меню на 25 января 2023 года  
для обучающихся гимназии-интернат с 1 класса по 4 класс, ММС**

№ рец	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества в гр.			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>						
401	Бутерброд с маслом сливочным	35	9,70	9,90	30,8	256,00
445	Котлеты из мяса птицы	75	10,0	11,8	8,34	179
138	Картофельное пюре	150	3,95	6,09	26,5	177,19
283	Чай с сахаром	200			10,0	40,00
420	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3	0,5	27,5	130
38	Апельсин	190	2	0,4	16,2	86
<b>для обучающихся гимназии-интерната ОВЗ</b>						
<b>Обед</b>						
56	Борщ с капустой и картофелем	250	2,03	5,67	10,2	100,62
388	Котлеты рыбные	60/40	9,35	8,61	11,1	157,72
211	Макаронные изделия отварные с маслом	125/5	6,00	4,30	37,1	210
283	Чай с сахаром	200			10,0	40,0
420	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4	0,5	27,5	130
<b>Итого</b>						1082,13

ст. повар: Бикмур Бикмухаметова Р.Р.  
повар: Куланбаева Куланбаева Н.С.

Утверждаю:  
директор гимназии-интернат  
Садыкова Э.И.

**Меню на 25 января 2023 года  
для обучающихся гимназии-интернат с 5 класса по 11 класс  
проживающие в с.Исянгулово**

№ рец	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества в гр.			Энергет ическая ценност ь
			Б	Ж	У	
<b>II Завтрак</b>						
283	Чай с сахаром	200			10,0	40,00
745	Печенье	30	21	0,2	2,5	96
<b>Обед</b>						
56	Борщ с капустой и картофелем	250	2,03	5,67	10,2	100,62
80	Рыба тушеная в томате с овощами	50/60	9,15	7,03	1,96	108,13
211	Макаронные изделия отварные с маслом	125/5	6,00	4,30	37,1	210
283	Чай с сахаром	200			10,0	40,0
420	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4	0,5	27,5	130
<b>для проживающих гимназии-интерната</b>						
<b>Завтрак</b>						
311	Каша овсяная молочная жидкая	230/6	7,7	11,3	31,1	257
283	Чай с сахаром	200			10,0	40,0
13	Хлеб пшеничный витаминизированный с сыром	50/10	11,3	14,4	22,7	266,78
<b>II Завтрак</b>						
283	Чай с сахаром	200			10,0	40,00
745	Печенье	30	21	0,2	2,5	96
<b>Обед</b>						
56	Борщ с капустой и картофелем	250	2,03	5,67	10,2	100,62
80	Рыба тушеная в томате с овощами	50/60	9,15	7,03	1,96	108,13
211	Макаронные изделия отварные с маслом	125/5	6,00	4,30	37,1	210
283	Чай с сахаром	200			10,0	40,0
420	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	4	0,5	27,5	130
<b>Полдник</b>						
153	Напиток витаминизированный «Витошка»	200			23,5	95,0
420	Хлеб пшеничный витаминизированный	35	3,2	0,4	22	104
<b>Ужин</b>						
347	Гуляш из мяса говядины	50/50	13,7	13,4	2,8	187
113	Каша гречневая рассыпчатая	200	9,5	7,7	38,2	264
283	Чай с сахаром	200			10,0	40,0
420	Хлеб пшеничный витаминизированный	80	6,08	0,64	39,4	188
<b>Итого</b>						2166,53

ст. повар: Бикму Бикмухаметова Р.Р.  
повар: Куланбаева Куланбаева Н.С.