



Утверждаю:  
директор гимназии-интернат  
Садыкова Э.И.

**Меню на 26 января 2023 года  
для обучающихся гимназии-интернат с 1 класса по 4 класс, ММС**

№ рец	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества в гр.			Энергети- ческая ценность
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>						
401	Бутерброд с малом	35	9,70	9,90	30,8	256,00
122	Каша манная молочная	230/6	7,50	10,2	36,7	268,0
282	Кисель витаминизированный «Витошка»	200			9,7	39
39	Яблоко	190	0,8	0,5	12,3	59
420	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	4,0	0,5	27,5	130
<b>для обучающихся гимназии-интерната ОБЗ</b>						
<b>Обед</b>						
53	Щи из свежей капусты	250/35	1,70	4,90	7,40	81,0
78	Жаркое по-домашнему	275	15,00	16,2	2,00	214,08
283	Чай с сахаром	200			10,0	40,00
420	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3	0,5	27,5	130
<b>Итого</b>						<b>879,83</b>

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

Утверждаю:  
директор гимназии-интернат  
Садыкова Э.Л.

**Меню на 26 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.			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
<b>II Завтрак</b>						
283	Чай с сахаром	200			10,0	40,0
36	Пряник	40	2,44	1,8	30,6	142,4
<b>Обед</b>						
53	Щи из свежей капусты	250	1,70	4,90	7,40	81,0
78	Жаркое по-домашнему	125	5,76	7,05	10,5	128,94
283	Чай с сахаром	200			10,0	40,00
420	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3	0,5	27,5	130
39	Яблоко	150	0,60	0,06	14,7	70,50
<b>для проживающих гимназии-интерната</b>						
<b>Завтрак</b>						
311	Каша молочная «Дружба»	230/6	7,1	9,8	37,3	267
420	Хлеб пшеничный витаминизированный с маслом	50/10	3,06	6,20	22,1	156,88
283	Чай с сахаром	200			10,0	40,0
<b>II Завтрак</b>						
283	Чай с сахаром	200			10,0	40,0
36	Пряник	40	2,44	1,8	30,6	142,4
<b>Обед</b>						
53	Щи из свежей капусты	250	1,70	4,90	7,40	81,0
78	Жаркое по-домашнему	125	5,76	7,05	10,5	128,94
283	Чай с сахаром	200			10,0	40,00
420	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3	0,5	27,5	130
39	Яблоко	150	0,60	0,06	14,7	70,50
<b>Полдник</b>						
85	Булочка сдобная	75	7,8	8,4	52,3	317
435	Ряженка	200	6,0	5,0	8,4	102
<b>Ужин</b>						
471	Фрикадельки из мяса говядины	50/25	6,6	4,7	5,2	90
211	Макаронные изделия отварные с маслом	200	7,3	5,6	44,5	262
283	Чай с сахаром	200			10,0	40,0
420	Хлеб пшеничный витаминизированный	80	6,08	0,64	39,4	188
<b>Итого</b>						<b>2095,72</b>

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