

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ с.Базитамак
Салимтарова Г.З.



Меню на 27.10.2021 г

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей, для обучающихся классов)

рецепт	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность, ккал
445,3	Биточки мясные с томатным соусом	60/40	9,97	11,9	8,87	182,53
211,05	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
27,01	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35
420,06	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
	Сок фруктовый	150	0,75	0,15	15,2	69
	ИТОГО	665/45	23,17	19,52	98,58	666,93

Завтрак (для детей, питающихся за счет родительского взноса)

№ рецепт	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность, ккал
445,3	Биточки мясные с томатным соусом	60/40	9,97	11,9	8,87	182,53
211,05	Макаронные изделия отварные с маслом	200/6	7,76	4,31	49,49	280,6
282,11	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
	ИТОГО	556/46	21,73	16,71	95,84	633,03

Завтрак (для обучающихся с ОВЗ и для детей - инвалидов)

№ рецепт	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность, ккал
445,3	Биточки мясные с томатным соусом	60/40	9,97	11,9	8,87	182,53
211,05	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5
77,01	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	22	104
	Сок фруктовый	150	0,75	0,15	15,2	69
	Кефир	200				
	ИТОГО	1010	23,17	19,52	98,58	666,93

Обед (для обучающихся с ОВЗ и для детей - инвалидов)

№ рецепт	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность, ккал
129,2	Суп картофельный с клецками	250	1,72	6,27	11,83	110,91
80,55	Котлеты рыбные с овощами	45/45	9,15	7,03	1,96	108,13
611,07	Рис трипущенный	180	4,55	7,88	46,75	275,89
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
421,11	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88
420,06	Хлеб пшеничный обогащенный	50	4	0,5	27,5	130
	ИТОГО	765	45,79	41,60	215,00	1419,76

Повар  Янгирова Г.Р./



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ с.Базитамак
Салимгареева Г.З.

Меню на 27.10.2021
Дошкольная группа МБОУ СОШ с.Базитамак

Прием пищи	Наименование изделий (блюд)	выход	выход	Пищевые вещества			Энергетич	Витамины	№
День П		1,5-3лет	3-7 лет	Б	Ж	У	цен-ть (ккал.)	С	рецепта
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	150/4	200/5	6,7	9,8	27,1	223	0,23	311,00
	квас с молоком	150	200	3,0	3,1	17,3	109	0,52	882
	Бутерброд с сыром	40/10	40/15	6,9	3,5	22,00	150	0,04	3,00
	Итого на завтрак		457,5	16,6	16,4	67,0	482,00	0,79	
Обед	Салат витаминный	40	60	0,9	2,7	6,5	53,00	3,76	40,00
	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	200	2,20	2,1	15,1	89,00	5,28	140,00
	Каши гречневая рассыпчатая	150/4	200/5	11,20	7	46,2	296,00	0	
	Котлеты куриные	75	76	10,8	17	12,90	248	0,83	
	Желе из концентрата на фруктовом или ягодном	150	200	0,00	0,00	10,0	119,00	0,00	648,00
	Хлеб пшеничный	30	30	2,37	0,30	14,49	71,40	0,00	
	Итого на обед		720	29,45	29,46	115,21	928,52	9,88	
Полдник	Ватрушки с творогом	50	70	8,10	5,1	27,6	181,00	0,04	741,00
	Чай с молоком и сахаром	150	200	1,40	1,10	11,30	59,00	0,28	ТТК № 12
	Итого на полдник		280	9,5	6,20	38,90	250,00	0,30	
Итого за день				51,25	55,76	219,21	1676,52	21,16	

Повар  /Асылбаева А.Н./