



Меню на 07.03.2023г.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ с.Аккузево
Ф.В.Гайнуллина



Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

| № рецепта | Наименование блюда | Выход блюда, гр | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал |
|--------------|---|-----------------|--------------|--------------|--------------|-------------------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 25,2 | Салат из свеклы с растительным маслом | 100 | 1,86 | 8,45 | 10,96 | 127,28 |
| 506,5 | Орфтели из говядины с томатным соусом | 60/40 | 8,76 | 12,21 | 8,85 | 180,64 |
| 38,0 | Пюре гречневая рассыпчатая | 200/7 | 6,15 | 0,19 | 0,02 | 0,02 |
| 10 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 2,40 | 0,10 | 41,40 | 171,00 |
| 420,06 | Хлеб пшеничный | 50 | 4 | 0,5 | 27,5 | 130 |
| 476,01 | Скисломолочный продукт для детского питания | 100 | 3,2 | 3,2 | 4,5 | 62 |
| Итого | | 757 | 26,37 | 24,65 | 93,23 | 670,94 |

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

| № рецепта | Наименование блюда | Выход блюда, гр | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал |
|--------------|---|-----------------|--------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 25,2 | Салат из свеклы с растительным маслом | 60 | 1,12 | 5,07 | 6,58 | 76,37 |
| 506,5 | Орфтели из говядины с томатным соусом | 60/40 | 8,76 | 12,21 | 8,85 | 180,64 |
| 38,0 | Пюре гречневая рассыпчатая | 150/5 | 7,12 | 3,80 | 28,60 | 198,00 |
| 10 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 2,40 | 0,10 | 41,40 | 171,00 |
| 420,02 | Хлеб пшеничный | 40 | 3,2 | 0,4 | 22 | 104 |
| 476,01 | Скисломолочный продукт для детского питания | 100 | 3,2 | 3,2 | 4,5 | 62 |
| Итого | | 655 | 25,80 | 24,78 | 111,93 | 792,01 |

Завтрак (для обучающихся, питающихся за счет родительского взноса)

| № рецепта | Наименование блюда | Выход блюда, гр | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал |
|--------------|---------------------------------------|-----------------|--------------|--------------|--------------|-------------------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 25,2 | Салат из свеклы с растительным маслом | 100 | 1,86 | 8,45 | 10,96 | 127,28 |
| 506,5 | Орфтели из говядины с томатным соусом | 60/40 | 8,76 | 12,21 | 8,85 | 180,64 |
| 30,2 | Пюре гречневая вязкая с маслом | 200/7 | 6,15 | 0,19 | 0,02 | 0,02 |
| 10 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 2,40 | 0,10 | 41,40 | 171,00 |
| 420,06 | Хлеб пшеничный | 50 | 4 | 0,5 | 27,5 | 130 |
| Итого | | 657 | 23,17 | 21,45 | 88,73 | 608,94 |

Повар:  Гиндуллина А.В.