

УТВЕРЖДАЮ:  Директор школы: Габдрахманова Г. III.

Меню школьных завтраков и обедов для организации питания учащихся по МОБУ СОШ
им.Х.Султанова с. Копей-Кубово 2022 уч год

22.12.2022

1 неделя четверг

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена
			Б	Ж	У		
Завтрак: 1-4 класс, ОВЗ 1-4 класс							
227,7	Плов из куриного мяса (филе)	170	14,20	18,40	23,70	339,8	
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9	
420,06	Хлеб пшеничный с витаминами	50	4	0,5	27,5	130	
401,08	Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,88	
38,59	Мандарины	80	0,5	0,5	12,25	58,75	
Итого за Завтрак			18,76	25,2	73,53	621,33	59,76
Завтрак: ММС 5-11 класс, ОВЗ 5-11 класс							
227,7	Плов из куриного мяса (филе)	250	24,50	27,00	44,20	522,0	
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9	
420,06	Хлеб пшеничный с витаминами	50	4	0,5	27,5	130	
401,08	Масло сливочное	10	0,06	5,8	0,1	52,88	
38,59	Мандарины	80	0,5	0,5	12,25	58,75	
Итого за Завтрак			29,06	33,8	94,03	803,53	67,21
Обед: ОВЗ 1-4 класс							
56,13	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	2,03	5,67	10,16	100,62	
445,35	Котлеты из говядины п/ф	60	9,87	11,79	8,34	178,98	
302	Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,86	21,48	148,55	
283	напиток лимонный	200	0,1	0,01	18,90	73,0	
420,06	Хлеб пшеничный с витаминами	50	4	0,5	27,5	130	
421,11	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	
Итого за Обед			23,97	23,23	104,78	719,15	61,90
Итого за день			42,73	48,43	178,31	1340,48	121,66
Обед: ОВЗ 5-11 класс							
56,13	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	300/12	2,80	9,90	16,30	165,00	
445,35	Котлеты из говядины п/ф	60	9,87	11,79	8,34	178,98	
302	Каша гречневая вязкая с маслом	250/10	11,30	11,20	46,30	333,00	
283	напиток лимонный	200	0,1	0,01	18,90	73,0	
420,06	Хлеб пшеничный с витаминами	50	4	0,5	27,5	130	
421,11	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	
Итого за Обед			31,95	36,19	143,93	1021,98	74,15
Итого за день			61,01	69,99	237,96	1825,51	141,36
Завтрак : Родительский взнос							
	Винегрет овощной	60	0,81	3,1	4,3	48	
12ЕСМ	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,0	6,48	41,52	269	
07ЖР21	Компот из сухофруктов	200	1,2	0,17	27,2	80	
П45	Хлеб пшеничный	40	3,28	0,9	12,48	92	
Итого за день			15,37	10,65	85,5	489	22,52

Повар: Имашева Р.Н.