



Меню на 27.12.2021г.

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						
211,56	Макаронные изделия с тертым сыром	200	11,78	15,68	41,32	354,88
282,11	Чай витаминизированный	200			9,7	39
420,05	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	4	0,5	27,5	130
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
502,53	Биточки из мяса птицы с томатным соусом(филе)	60/30	9,95	9,48	8,57	159,02
38	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5
	Итого	700	26,41	33,51	101,92	819,50

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
211,56	Макаронные изделия с тертым сыром	160	9,43	12,55	33,06	283,91
282,11	Чай витаминизированный	200			9,7	39
420,05	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	4	0,5	27,5	130
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
502,53	Биточки из мяса птицы с томатным соусом(филе)	60/30	9,95	9,48	8,57	159,02
13	Салат из свежих помидоров	80	0,7	3,6	3,6	51
	Сок фруктовый 0,2	400	2	0,4	40,4	184
338,00	Груша	150	1	0,5	15,5	70
	Итого	1140	27,16	34,28	138,46	983,03

Завтрак (для обучающихся, питающихся за счет родительского взноса)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
211,56	Макаронные изделия с тертым сыром	160	9,43	12,55	33,06	283,91
282,11	Чай витаминизированный	200			9,7	39
420,05	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	4	0,5	27,5	130
502,53	Биточки из мяса птицы с томатным соусом(филе)	60/30	9,95	9,48	8,57	159,02
	Итого	540	25,73	25,66	87,06	682,90

Повар:  Гайнуллина А.В.



Меню на 27.12.2021г.

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

Завтрак (для обучающихся с ОВЗ)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
211,56	Макаронные изделия с тертым сыром	200	11,78	15,68	41,32	354,88
282,11	Чай витаминизированный	200			9,7	39
420,05	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	50	4	0,5	27,5	130
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
502,53	Биточки из мяса птицы с томатным соусом(филе)	60/30	9,95	9,48	8,57	159,02
38	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого		650	26,21	33,31	97,02	796,00
Обед						
56,21	Суп с мелкошинкованными овощами со сметаной	250/10	2,14	5,76	11,48	107,06
131,80	Плов из мяса птицы (филе)	200	16,90	15,56	41,44	399,78
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,05	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	40	3,2	0,4	22	104
421,11	Хлеб ржано – пшеничный для детского питания	40	3,2	0,4	18,4	88
Итого за обед		740	25,44	22,12	103,30	738,74
Итого за день		1390,00	51,65	55,43	200,32	1534,74

Повар: Гиндуллина А.В.