

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ
с.Рсаево Гимазов А.Г.

Меню на 12.12.2022

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
3	Капуста тушеная	60	1,29	1,95	5,64	45,3
	Чай витаминизированный	200	0	0	9,7	39
	Хлеб пш.	50	4	0,5	27,5	130
	Сыр порционный	10	2,63	2,66		35
	Рыбный суп	250	9,00	4,00	9,00	108,00
	Сок 0,2	200	1	0,2	20,2	92
	Итого	630	22,18	19,51	105,54	685,50

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Рыбный суп	250	9,00	4,00	9,00	108,00
	Капуста тушеная	60	1,29	1,95	5,64	45,3
	Чай витаминизированный	200			9,7	39
	Хлеб пш.	50	4	0,5	27,5	130
	Сыр порционный	10	2,63	2,66		35
	Итого	630	22,18	19,51	105,54	685,50

Завтрак (для питающихся за счет родительского взноса)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Капуста тушеная	60	1,29	1,95	5,64	45,3
Д07ЕО19	Чай витаминизированный	200	0	0	9,7	39
Д07ДГ19	Рыбный суп	250	9,00	4,00	9,00	108,00
	Хлеб пш.	50	4	0,5	27,5	130
	Итого	620	13,40	24,10	72,11	444,75

Повар Ибрагимова И.Р. /ФИО/