

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

Меню на 17.12.2021

Завтрак для обучающихся многодетных малообеспеченных семей

рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Каша молочная Дружба с маслом	150/5	4,86	6,72	26,35	185,91
	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
	Сыр порц.	10	2,63	2,66		35
	Хлеб пш.	45	2,93	0,45	15,53	77
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
	Йогурт	100	3,2	3,2	4,5	62
	Итого	515	13,97	20,23	62,96	492,91
Завтрак (для обучающихся с ОВЗ и для детей инвалидов)						
	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Каша молочная Дружба с маслом	180	3,5	5,42	23,6	157,53
	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
	Сыр порц.	10	2,63	2,66		35
	Хлеб пш.	45	2,93	0,45	15,53	77
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
	Йогурт	100	3,2	3,2	4,5	62

Завтрак (для питающихся за счет родительского взноса)

рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
176019	Каша молочная Дружба с маслом	180	3,5	5,42	23,6	157,53
176119	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
3	Хлеб пш.	45	2,93	0,45	15,53	77
	Итого	705	11,68	21,54	103,14	682,25

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

рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
3	Суп картофель с горошком					
	Котлеты куриные в томатном соусе	60/30	9,95	9,48	8,57	159,02
	Макаронные изделия с сыром	200	0,16	0,16	18,89	78,65
	Компот из фруктов	200	0,2	0,02	17	58
	Хлеб ржаной	40	0,24	0,4	13,6	68
	Хлеб пш.	40	2,6	0,4	13,8	68
	Итого	1075	54,17	57,38	224,35	1665

Завтрак для обучающихся начальных классов

рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Каша молочная Дружба с маслом	150/5	4,86	6,72	26,35	185,91
	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
	Сыр порц.	10	2,63	2,66		35
	Хлеб пш.	45	2,93	0,45	15,53	77
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
	Йогурт	100	3,2	3,2	4,5	62
	Салат из свежих овощей	80	0,7	3,6	3,6	36
	Итого	660	22,76	25,00	101,99	765,91

Повар: Ибрагимова И.Р.