

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



Меню на 21.10.2022г.

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
15	Салат Витаминный	60	0,9	2,76	6,48	71
493,02	Каша молочная «Дружба» с маслом	200/7	6,48	0,29	0,05	0,06
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,06	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	22	104
27,01	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
	Итого	627	16,49	15,56	43,14	378,06

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
15	Салат Витаминный	60	0,9	2,76	6,48	71
493,02	Каша молочная «Дружба» с маслом	150/5	4,86	6,72	26,35	185,91
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,02	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	22	104
27,01	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
	Фрукты свежие	150	0,60	0,45	15,45	71
	Итого	725	166	172	214	604

Завтрак (для обучающихся, питающихся за счет родительского взноса)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
15	Салат Витаминный	60	0,9	2,76	6,48	71
493,02	Каша молочная «Дружба» с маслом	200/7	6,48	0,29	0,05	0,06
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
420,02	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	22	104
	Итого	507	10,58	3,45	38,51	214,96

Повар: Гиндуллина А.В