

Утверждено
Директор МБОУ СОШ

с.Рсаево Гиматов А.Г.

Меню на 7.12.2022

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Плов из мяса птицы	170	14,37	15,78	35,23	339,82
	Хлеб пш	50	3,6	0,45	24,75	77
	Масло сливочное	10	0,06	5,8	0,1	52,88
	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
	яблоко	120	0,4	0,4	9,8	62
	Итого	1000	21,25	29,03	134,14	897,82

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Плов из мяса птицы	200/13	6,1	13,28	43,00	316,60
	Хлеб пш	50	3,6	0,45	24,75	77
	Масло сливочное	10	0,06	5,8	0,1	52,88
	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
	яблоко	120	0,4	0,4	9,8	62
	Итого	1000	21,25	29,03	134,14	897,82

Завтрак (для питающихся за счет родительского взноса)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Плов из мяса птицы	150/5	5,82	4,31	37,08	210,5
ХЛЕБПШЕН	Хлеб пш.	40	2,6	0,4	13,8	58
	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
	Итого	446	9,66	9,33	67,02	391,6

Повар Ибрагимова И.Р.

ФИО/