

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



Меню на 03.10.2022г.

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
17	Салат Витаминный	80	1,2	3,6	8,6	71
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	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	60/30	9,95	9,48	8,57	159,02
38	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого		730	27,41	36,91	105,62	867,00

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
17	Салат Витаминный	60	0,9	2,76	6,48	71
211,56	Макаронные изделия с тертым сыром	160	9,43	12,55	33,06	283,91
282,11	Чай витаминизированный	200			9,7	39
420,06	Хлеб пшеничный	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	60/30	9,95	9,48	8,57	159,02
38	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	66,1
	Сок фруктовый в инд.упаковке,0,2л	200	1	0,2	20,2	92
Итого		870	25,76	33,14	105,44	888,03

Завтрак (для обучающихся, интинающих за счет родительского взноса)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
17	Салат Витаминный	80	1,2	3,6	8,6	71
211,56	Макаронные изделия с тертым сыром	200	11,78	15,68	41,32	354,88
282,11	Чай витаминизированный	200			9,7	39
420,06	Хлеб пшеничный	50	4	0,5	27,5	130
502,53	Биточки из мяса птицы с томатным соусом	60/30	9,95	9,48	8,57	159,02
Итого		620	26,93	29,26	95,69	753,99

Повар: Гиндуллина А.В