



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

## Меню на 04.10.2021г.

### Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

| № рецепта | Наименование блюда                            | Выход блюда, гр. | Белки        | Жиры         | Углеводы      | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------|---|------------------|--------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| Завтрак   |   |                  |              |              |               |                               |
| 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 обогащенный витаминами         | 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(филе) | 60/30            | 9,95         | 9,48         | 8,57          | 159,02                        |
| 38        | Яблоко  | 150              | 0,6          | 0,6          | 14,7          | 70,5                          |
|           | <b>Итого</b>                                  | <b>700</b>       | <b>26,41</b> | <b>33,51</b> | <b>101,92</b> | <b>819,50</b>                 |
|           |   |                  |              |              |               |                               |
|           |   |                  |              |              |               |                               |

### Завтрак (для обучающихся начальных классов)

| № рецепта | Наименование блюда                            | Выход блюда, гр. | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------|---|------------------|--------------|--------------|--------------|-------------------------------|
| Завтрак   |   |                  |              |              |              |                               |
| 211,56    | Макаронные изделия с тертым сыром             | 160              | 9,43         | 12,55        | 33,06        | 283,91                        |
| 282,11    | Чай витаминизированный                        | 200              |              |              | 9,7          | 39                            |
| 420,05    | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами         | 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(филе) | 60/30            | 9,95         | 9,48         | 8,57         | 159,02                        |
| 38        | Яблоко  | 150              | 0,6          | 0,6          | 14,7         | 70,5                          |
|           | <b>Итого</b>                                  | <b>660</b>       | <b>24,06</b> | <b>30,38</b> | <b>93,66</b> | <b>748,53</b>                 |
|           |   |                  |              |              |              |                               |
|           |   |                  |              |              |              |                               |

### Завтрак (для обучающихся, питающихся за счет родительского взноса)

| № рецепта | Наименование блюда                            | Выход блюда, гр. | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------|---|------------------|--------------|--------------|--------------|-------------------------------|
| Завтрак   |   |                  |              |              |              |                               |
| 211,56    | Макаронные изделия с тертым сыром             | 160              | 9,43         | 12,55        | 33,06        | 283,91                        |
| 282,11    | Чай витаминизированный                        | 200              |              |              | 9,7          | 39                            |
| 420,05    | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами         | 50               | 4            | 0,5          | 27,5         | 130                           |
| 502,53    | Биточки из мяса птицы с томатным соусом(филе) | 60/30            | 9,95         | 9,48         | 8,57         | 159,02                        |
|           | <b>Итого</b>                                  | <b>540</b>       | <b>25,73</b> | <b>25,66</b> | <b>87,06</b> | <b>682,90</b>                 |
|           |   |                  |              |              |              |                               |
|           |   |                  |              |              |              |                               |

Повар: \_\_\_\_\_ Гиндуллина А.В



# Меню на 04.10.2021г.



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

## Завтрак (для обучающихся с ОВЗ)

| № рецепта            | Наименование блюда                            | Выход<br>блюда, гр. | Белки        | Жиры         | Углеводы      | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|----------------------|---|---------------------|--------------|--------------|---------------|-------------------------------------|
| <b>Завтрак</b>       |   |                     |              |              |               |                                     |
| 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 обогащенный витаминами         | 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(филе) | 60/30               | 9,95         | 9,48         | 8,57          | 159,02                              |
| 38                   | Яблоко  | 100                 | 0,4          | 0,4          | 9,8           | 47                                  |
| <b>Итого</b>         |   | <b>650</b>          | <b>26,21</b> | <b>33,31</b> | <b>97,02</b>  | <b>796,00</b>                       |
| <b>Обед</b>          |   |                     |              |              |               |                                     |
| 56,21                | Суп с мелкошинкованными овощами со сметаной   | 250/10              | 2,14         | 5,76         | 11,48         | 107,06                              |
| 131,80               | Плов из мяса птицы (филе)                     | 200                 | 16,90        | 15,56        | 41,44         | 399,78                              |
| 283                  | Чай с сахаром                                 | 200                 |              |              | 9,98          | 39,9                                |
| 420,05               | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами         | 40                  | 3,2          | 0,4          | 22            | 104                                 |
| 421,11               | Хлеб ржано – пшеничный для детского питания   | 40                  | 3,2          | 0,4          | 18,4          | 88                                  |
| <b>Итого за обед</b> |   | <b>740</b>          | <b>25,44</b> | <b>22,12</b> | <b>103,30</b> | <b>738,74</b>                       |
| <b>Итого за день</b> |   | <b>1390,00</b>      | <b>51,65</b> | <b>55,43</b> | <b>200,32</b> | <b>1534,74</b>                      |

Повар:  Гиндуллина А.В