

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



## Меню на 08.11.2022г.

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

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
25,23	Салат из свеклы с растительным маслом	100	1,86	8,45	10,96	127,8
506,25	Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	8,76	12,21	8,85	180,4
420,02	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	22	104
175,11	Каша гречневая вязкая с маслом	130/4	4,13	3,97	18,61	126,4
	Компот из замороженных фруктов	200	0,2	0,1	25,4	25,4
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62
	<b>Итого</b>	<b>674</b>	<b>21,35</b>	<b>28,33</b>	<b>90,32</b>	<b>625,6</b>

**Завтрак (для обучающихся начальных классов)**

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
25,23	Салат из свеклы с растительным маслом	60	1,12	5,07	6,58	76,3
506,25	Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	8,76	12,21	8,85	180,4
420,02	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	22	104
175,11	Каша гречневая вязкая с маслом	130/4	4,13	3,97	18,61	126,4
	Компот из замороженных фруктов	200	0,2	0,1	25,4	25,4
	Сок фруктовый в инд.упаковке,0,2л	200	1	0,2	20,2	92
	булочка	100	8	10,0	39,0	357
	<b>Итого</b>	<b>834</b>	<b>26,41</b>	<b>31,95</b>	<b>140,64</b>	<b>961,5</b>

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

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак						
25,23	Салат из свеклы с растительным маслом	100	1,86	8,45	10,96	127,8
506,25	Тефтели из говядины с томатным соусом	60/40	8,76	12,21	8,85	180,4
420,02	Хлеб пшеничный	50	3,2	0,4	22	104
175,11	Каша гречневая вязкая с маслом	200/6	4,13	3,97	18,61	126,4
	Компот из замороженных фруктов	200	0,2	0,1	25,4	25,4
	<b>Итого</b>	<b>656</b>	<b>18,95</b>	<b>25,23</b>	<b>91,32</b>	<b>589,6</b>

Повар: *А.В.* Гиндуллина А.В