

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ с. Итеево



Хасанова Г.Ф

Меню на 12.12.26

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жир	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
123	Плов из птицы	200	10,850	22,690	54,050	462,030
256	Чай с молоком и сахаром	200	1,650	1,650	12,400	71,400
3	Хлеб ржаной, обогащенный	15	1,975	0,249	12,035	60,258
1	Хлеб пшеничный, обогащенный	15	1,220	0,150	7,320	36,300
	Сок фруктовый в индивид упаковке	400	1	0,2	20,2	92
	Сок	200				
	Итого	645	18,135	29,829	109,216	778,585

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей и СВО)

№рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жир	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
123	Плов из птицы	250	13,56	28,360	67,560	577,530
256	Чай с молоком и сахаром	200	1,65	1,650	12,400	71,400
3	Хлеб ржаной, обогащенный	25	2,03	0,250	12,200	60,500
1	Хлеб пшеничный, обогащенный	25	1,23	0,250	11,200	52,500
	Сок фруктовый в индивид упаковке	200	1	0,2	20,2	92
	Итого	645	18,13	29,829	109,216	778,585

Завтрак(для детей, питающихся за счет родительского вноса)

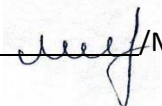
№рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жир	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
123	Плов из птицы	250	13,56	28,360	67,560	577,530
256	Чай с сахаром200	200	0,080	0,020	10,010	40,510
3	Хлеб ржаной, обогащенный	25	2,033	0,250	12,200	60,500
1	Хлеб пшеничный, обогащенный	25	1,233	0,250	11,200	52,500
	Яблоко	100				
	Итого	500	16,9	28,88	100,97	731,04

Завтрак (для обучающихся ОВЗ и для детей-инвалидов и сво)

№рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углевод ы	Энергетическая ценность, ккал
123	Плов из птицы	250	13,5	28,3	67,560	577,530
256	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,6	12,400	71,400
3	Хлеб ржаной, обогащенный витаминами	25	2,0	0,2	12,200	60,500
1	Хлеб пшеничный, обогащенный витаминами	25	1,2	0,2	11,200	52,500
	Сокфруктовыйиндивидуупаковке,0,2л	200		0	20,2	92
Итого		700	19,4	30,7	123,560	853,930

Обед(дляобучающихсяОВЗидлядетей-инвалидов и сво)

№рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность,ккал
24	Салатизсвеклысрастительныммаслом60	100	1,6	8,	9,900	118,933
71	Уха с крупой	250	8,7	0,	11,1	82,370
196	Кашапшеничнаярассыпчатая160	160	6,8	0,	42,5	237,030
390	Мясотушеное50/45	50/45	16,4	12,	3,480	192,950
299	Кисельизконцентра"Виташка"-200	200	0,0	0,	24,0	95,000
1	Хлебпшеничный,обогашенныйвитаминами20г	20	1,6	0,	9,760	48,400
2	Хлебржанойобдирныйобогашенный30	30	0,7	0,	2,200	13,050
Итого за обед		855	35,3	22,	103,	787,733
Итого за день			54,8	53,	226,	1641,663

Повар  /МударисоваГ.И./