

УТВЕРЖДАЮ:  
АМИНЕВА ОЛЕСЯ ЮРИСОВНА ИП

СОГЛАСОВАНО:

МОБУ СОШ



*Ирина С. З.*

**МЕНЮ**

на 2022 г. (первая неделя понедельник)

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы	№ рец
<b>Завтрак 1 СМЕНА- ОБЗ1-4,обуч 1-4,ММС 1-4; 2 СМЕНА ОБЗ 1-4 (полдник)</b>						
Хлеб пшеничный (для детского питания)	40	94	2,20	0,40	19,32	114
Яблоко шт	100	44	0,40	0,40	9,80	
Чай с сахаром(2вар)	200	35	0,10	0,02	9,90	266
Макаронные изделия отварные	155/5	219	4,20	4,35	38,85	6,43
Биточки из мяса цыпленка-бройлера	100	163	14,50	8,40	11,50	
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>600</b>	<b>555</b>	<b>21,40</b>	<b>13,57</b>	<b>89,37</b>	
<b>1 СМЕНА-Обед ОБЗ 1-4; 2 СМЕНА ММС 1-4,ОБУЧ 1-4</b>						
Хлеб ржаной(пшеничный)	40	116	1,20	0,48	13,64	0001
Хлеб пшеничный (для детского питания)	40	94	2,20	0,40	19,32	114
Свекольник со сметаной	200	108	2,94	5,50	19,64	67
Каша гречневая с куриным филе	220	285	21,00	19,00	65,00	224
Компот из смеси с/ф с/с 2вар	200	123	1,00	0,05	31,00	276
<b>Итого за Обед</b>	<b>700</b>	<b>726</b>	<b>28,34</b>	<b>25,43</b>	<b>148,60</b>	
<b>Итого за 05.09.2022</b>		<b>1 281</b>	<b>49,74</b>	<b>39,00</b>	<b>237,97</b>	
<b>Завтрак 1 СМЕНА- ОБЗ5-11,обуч 5-11,ММС 5-11; 2 СМЕНА ОБЗ 5-11 (полдник),ТЖС 5-11</b>						
Хлеб пшеничный (для детского питания)	50	118	2,75	0,50	24,15	114
Яблоко шт	100	44	0,40	0,40	9,80	
Чай с сахаром(2вар)	200	35	0,10	0,02	9,90	266
Макаронные изделия отварные	180	246	4,73	4,89	43,71	6,43
Биточки из мяса цыпленка-бройлера	100	163	14,50	8,40	11,50	
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>630</b>	<b>606</b>	<b>22,48</b>	<b>14,21</b>	<b>99,06</b>	
<b>1 СМЕНА-Обед ОБЗ 5-11; 2 СМЕНА ММС 5-11,ОБУЧ 5-11, ТЖС 5-11</b>						
Хлеб ржаной(пшеничный)	40	116	1,20	0,48	13,64	0001
Хлеб пшеничный (для детского питания)	40	94	2,20	0,40	19,32	114
Свекольник со сметаной	250	135	3,68	6,87	24,55	67
Каша гречневая с куриным филе	270	350	25,77	23,32	79,77	224
Компот из смеси с/ф с/с 2вар	200	123	1,00	0,05	31,00	276
<b>Итого за Обед</b>	<b>800</b>	<b>818</b>	<b>33,85</b>	<b>31,12</b>	<b>168,28</b>	
<b>Итого за 19.09.2022</b>		<b>1 424</b>	<b>56,33</b>	<b>45,33</b>	<b>267,34</b>	



УТВЕРЖДАЮ

И.П. АМИНЕВА ОЛЕСЯ ЮРИСОВНА

СОГЛАСОВАНО  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА

*Т.Ф. Каммуринова*  
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КАРМАСКАЛИНСКИЙ РАЙОН  
РЕСПУБЛИКИ БАШКОРТОСТАН

**МЕНЮ**

на 022 понедельник  
1-4 вит (завтр)

*Т.Ф. Каммуринова*

Наименование	Вес блюда	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Завтрак</b>					
Салат из свежих огурцов и помидоров	80	86	0,69	8,11	2,48
<i>Пищевая ценность</i>		<i>86</i>	<i>0,69</i>	<i>8,11</i>	<i>2,48</i>

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_