

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ
с.Рсаево Гимазов А.Г.

Меню на 8.10.2021

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Каша молочная Дружба с маслом	150/5	4,86	6,72	26,35	185,91
	компот	200	0,20	0,10	25,40	25,40
	Сыр порц.	10	2,63	2,66		35
	Хлеб пш.	45	2,93	0,45	15,53	77
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
	йогурт	100	3,2	3,2	4,5	62
	Итого	515	13,97	20,23	62,96	492,91

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Каша молочная Дружба с маслом	150/5	4,86	6,72	26,35	185,91
	компот	200	0,20	0,10	25,40	25,40
	Сыр порц.	10	2,63	2,66		35
	Хлеб пш.	45	2,93	0,45	15,53	77
	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
	йогурт	100	3,2	3,2	4,5	62
	Итого	515	13,97	20,23	62,96	492,91

Завтрак (для обучающихся с ОВЗ и для детей инвалидов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Каша молочная Дружба с маслом	200/7	4,86	6,72	26,35	185,91
	компот	200	0,20	0,10	25,40	25,40
	Сыр порц.	10	2,63	2,66		35
	Масло сливочное	10	0,5	0,9	2	67
	хлеб рж	45	2,93	0,45	15,53	77
	йогурт	100	3,2	3,2	4,5	62
	Итого	457	11,66	10,98	54,36	654

Обед (для обучающихся с ОВЗ и для детей -инвалидов)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
	Суп картофель с горохом	250	5,91	4,55	19,49	142,91
	Котлеты мясные	60/30	9,95	9,48	8,57	159,02
	Макаронные изделия с сыром	200	0,16	0,16	18,89	78,65
	Компот	200	0,2	0,02	17	58
	Хлеб рж	40	0,24	0,4	13,8	68
	Сок 0,2	200				
	Хлеб пш.	40	2,6	0,4	13,8	68
	Итого	920	27,93	30,26	96,68	945,8

Завтрак (для питающихся за счет родительского вноса)

№ рецепта	Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал
ДОТБОУ19	Каша молочная Дружба с маслом	200/6	4,86	6,72	26,35	185,91
КОМПОТ	Компот	200	0,2	0,02	17	58
ХЛЕБПШЕН	Хлеб пш.	40	2,6	0,4	13,8	68
	Итого	446	9,66	9,33	57,02	391,16

Повар Ибрагимова И.Р. /ФИО