

Утверждено
Директор МБОУ СОШ
Гимазев А.Г.
с.Рсаево

Меню на 17.5.2022

Завтрак (для обучающихся начальных классов)

Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал	№ рецепта
Компот из сухофруктов	200	2,40	0,10	41,40	171,00	
Морковь отварная с рас.маслом	30	0,42	1,83	2,25	27,59	
Суп гороховый с гречками	200/15	6,62	3,88	28,57	175,69	
Хлеб пш.	45	2,93	0,45	15,53	77	
Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62	
Каша манная	200	14,98	18,15	1,97	190,2	
Фрикадельки мясные	44	11,00	8,00	10,00	160,0	
Итого	759	40,41	33,36	100,19	794,78	

Завтрак (для обучающихся из многодетных малообеспеченных семей)

Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал	№ рецепта
Компот из сухофруктов	200	2,40	0,10	41,40	171,00	
Морковь отварная с рас.маслом	30	0,42	1,83	2,25	27,59	
Суп гороховый с гречками	200/15	6,62	3,88	28,57	175,69	
Хлеб пш.	45	2,93	0,45	15,53	77	
Каша манная	200	14,98	18,15	1,97	190,2	
Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	4,5	62	
Фрикадельки мясные	44	11,00	8,00	10,00	160,0	

Завтрак (для обучающихся с ОВЗ и для детей инвалидов)

Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал	№ рецепта
Компот из сухофруктов	200	2,40	0,10	41,40	171,00	
Яблоко	120	0,5	0,5	12,25	58,57	
Каша манная	200	14,98	18,15	1,97	190,2	
Хлеб ржаной	45	2,93	0,45	15,53	77	
Итого	457	11,66	10,98	64,36	654	

Обед (для обучающихся с ОВЗ и для детей инвалидов)

Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал	№ рецепта
Суп картоф с горохом	250	5,91	4,55	19,49	142,91	
Морковь отварная с рас.маслом	30	0,42	1,83	2,25	27,59	
Фрикадельки мясные	44	11,00	8,00	10,00	160,0	
Кисель витаминизированный	200			23,5	95	
Хлеб ржаной	40	3,2	0,4	18,4	88	
Овощное рагу с отварным мясом	200	16,2	19,05	15,025	297,25	
Хлеб пш.	50	2,6	0,4	13,8	68	
Итого	920	27,93	30,26	96,68	945,8	

Завтрак (для обучающихся за счет родительского взноса)

Наименование блюда	Выход блюда, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал	№ рецепта
Суп картоф с горохом	250	5,91	4,55	19,49	142,91	
Морковь отварная с рас.маслом	30	0,42	1,83	2,25	27,59	
Компот из сухофруктов	200	2,40	0,10	41,40	171,00	
Хлеб пш.	40	2,6	0,4	13,8	68	
Фрикадельки мясные	44	11,00	8,00	10,00	160,0	
Итого	446	9,66	9,33	67,02	391,16	

Повар Ибрагимова И.Р. /ФИО/