

МЕНЮ
с 5 - 11 кл. ОВЗ, ДИ
ДЕНЬ 1



Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК 1						
Биточки рыбные с томатным соусом		60	0,40	4,10	2,20	46,70
Биточки рыбные	76	76	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,40
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШЕГО СОРТА	1,8	1,8	0,2	0	1,3	5,80
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1	0,84	0	0	0,1	0,30
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,6	0,6	0	0,6	0	5,20
Рис отваренный		180	4,60	7,90	47,10	277,70
КРУПА РИСОВАЯ	63	63	4,3	0,6	45,2	203,50
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,00
МАСЛО СЛАДОСЛИВНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	10	10	0,1	8,1	0,1	72,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	132,36	132,36	0	0	0	0,00
Чай с сахаром и медом		200			9,10	39,90
Чай - черный байховый	0,4	0,4	0	0	0	0,20
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,70
СЫР ПЕРЦОВЫЙ		10	2,40	3,00		37,50
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУТЯКИ)	11	10	2,4	3	0	37,50
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания		40	3,20	0,40	22,00	104,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИЗ МУКИ ПЕРВОГО СОРТА 500 гр.	40	40	3	0,2	19,5	91,90
			10,60	15,40	80,40	505,80
ОБЕД						
Салат из свежих овощей со сметаной		250/10	2,10	6,10	9,20	100,90
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	62,5	50	0,9	0,1	2,3	13,60
КАРТОФЕЛЬ	40	30	0,6	0,1	4,8	22,40
МОРОЗОВ	12,5	10	0,1	0	0,7	3,40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,91	10	0,1	0	0,8	4,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,90
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,00
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,00
Макаронные изделия (фламинго) с мясом		150/5	5,80	4,30	37,10	210,50
КОШУЛЬ ВЫСШЕГО СОРТА	52,5	52,5	5,6	0,7	35,9	172,20
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,00
МАСЛО СЛАДОСЛИВНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5	0	4	0	36,30
Мясной фарш, приправленный томатным соусом		45/45	19,80	18,00	2,90	252,00
ВЯКОЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОДУПОРТ 1 КАТЕГОРИИ	105,7	59,75	10,9	9,3	0	127,60
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,7	0,7	0	0,7	0	6,10
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,00
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШЕГО СОРТА	2	2	0,2	0	1,4	6,50
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5	0,2	0	0,9	4,50
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,125	0,95	0	0	0,1	0,40
МОРОЗОВ	3,375	2,7	0	0	0,2	0,90
СОЛЬ ИОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,6	0,6	0	0,6	0	5,20
ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ КОШУЛЬ ТХ 18 18.5		200			23,50	95,00
КОШУЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ТХ 18 18.5	25	25	0	0	19,3	77,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,00
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания		30	2,40	0,30	16,50	78,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИЗ МУКИ ПЕРВОГО СОРТА 500 гр.	30	30	2,2	0,2	14,6	68,90
Хлеб (жареный) - пшеничный для детского питания		20	1,60	0,20	9,20	44,00
ХЛЕБ (жареный)	20	20	1,3	0,2	9,20	44,00
КОШУЛЬ СВЕЖИЕ		186	0,70	0,70	18,20	87,40
КОШУЛЬ	186	186	0,7	0,7	18,2	87,40
			32,40	29,60	116,60	867,80
			43,00	46,00	197,00	1 373,80

Повар:  Сибгатуллина Ф.Ф.

с 8 - 11 лет, род. в 1908

2595

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность блюда
	Брутто, г	Нетто, г	Белка, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК						
Рис припущенный		180	4,60	7,90	47,10	277,70
крупа рисовая	63	83	4,3	0,6	45,2	203,90
соль йодированная	1,8	1,8	0	0	0	0,00
масло сливочное несоленое	10	10	0,1	8,1	0,3	72,80
вода питьевая	132,36	132,36	0	0	0	0,00
Биточки рыбные с томатным соусом (20)		60	0,40	4,10	2,20	46,70
Биточки рыбные	76	76	0	0	0	0,00
масло подсолнечное рафинированное	3,6	3,6	0	3,5	0	31,40
мука пшеничная высшего сорта	1,8	1,8	0,2	0	1,3	5,80
томатная паста	4	4	0,2	0	0,9	4,00
лук репчатый (б)	1	0,84	0	0	0,1	0,30
соль йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0,00
масло подсолнечное рафинированное	0,6	0,6	0	0,6	0	5,20
чай с сахаром (20)		200			9,10	39,90
чай черный байховый	0,4	0,4	0	0	0	0,20
сахар песок	10	10	0	0	9,7	38,70
Хлеб пшеничный обогатленный витаминами для детского питания		40	3,20	0,40	22,00	104,00
Хлеб пшеничный из муки первого сорта (600 гр)	40	40	3	0,2	19,5	91,90
			5,20	12,40	80,40	458,30
Всего за день:			6,28	12,48	89,48	468,50

Prozac

Copyright © 2008



МЕНЮ
с 1 - 4 кл. (льготное питание)
ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Еруто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК 1						
Рис пропаренный		100	3,80	0,50	39,00	229,70
КРУПЫ РИСОВАЯ	52,5	52,5	3,0	0,5	37,7	169,50
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,30
МАСЛО СЛАДО- СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	8,3	8,3	0	9,8	0,1	60,20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110,3	110,3	0	0	0	0,00
Биточки рыбные с томатным соусом		60	0,40	4,10	2,20	46,70
Биточки рыбные	76	76	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,40
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ СОРТ	1,8	1,8	0,2	0	1,3	5,80
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1	0,84	0	0	0,1	0,30
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,6	0,6	0	0,6	0	5,20
Чай с сахаром ил		200			9,10	36,90
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙКОВЫЙ	0,4	0,4	0	0	0	0,20
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,70
Сыр голландский		10	2,40	3,00		37,50
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (крутый)	11	10	2,4	3	0	37,50
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания		40	3,20	0,40	22,00	104,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИЗ МУКИ ПЕРВОГО СОРТА 500 гр	40	40	3	0,2	19,5	91,90
			9,80	14,00	72,30	457,80
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			9,80	14,00	72,30	457,80

повар: *Сибгатуллина Ф.Ф.*

Контрольные
блюда



Контрольные
блюда



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ
с.Имянкулево
Г.Т. Муратова

**МЕНЮ
с 5 -11кл. ММО
ДЕНЬ 1**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность , ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК 1						
биточки рыбные с томатными соусом	60		0,40	4,10	2,20	46,70
биточки рыбные	76	76	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,40
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,2	0	1,3	5,80
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1	0,84	0	0	0,1	0,30
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,6	0,6	0	0,6	0	5,20
Рис припущенный	180		4,60	7,90	47,10	277,70
КРУПА РИСОВАЯ	63	63	4,3	0,6	45,2	203,50
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,00
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10	0,1	8,1	0,1	72,60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	132,36	132,36	0	0	0	0,00
Чай с сахаром шк	200				9,10	39,90
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0	0	0	0,20
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,70
СЫР ПОРЦИОННЫЙ	10		2,40	3,00		37,50
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	11	10	2,4	3	0	37,50
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40		3,20	0,40	22,00	104,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИЗ МУКИ ПЕРВОГО СОРТА 500 гр.	40	40	3	0,2	19,5	91,90
			10,60	15,40	80,40	505,80
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			10,60	15,40	80,40	505,80

Повар: Сибегатуллина Ф.Ф.

Контрольные
блюда

